

LA STAMPA

Alcolismo, nove bevitori su dieci non hanno vera dipendenza

Indagine americana suggerisce di adeguare le misure per contrastare il consumo eccessivo di alcol

26/11/2014 - 90% di chi beve in modo eccessivo non è un alcolista, nonostante siamo portati a pensare che ogni forte bevitore rientri in questa definizione clinica di dipendenza da sostanze. Lo dicono i ricercatori dei Centers for Disease Control and Prevention americani, che hanno condotto un'indagine sul consumo di alcol in 140mila americani adulti tra il 2009 e il 2011. (*)

Lo studio. - I dati mostrano che un americano su tre beve in modo eccessivo. Tra i forti bevitori, la percentuale di alcolisti è del 10% e non cambia tra chi pratica il cosiddetto binge-drinking, delle vere e proprie "abbuffate alcoliche" ma saltuarie. Questo tipo di comportamento, il più diffuso, è definito come «il consumo in una sola occasione di cinque o più bevande alcoliche per gli uomini e quattro o più per le donne». E anche tra i più incalliti, quelli che riportano più di 10 episodi di binge-drinking nel mese precedente all'indagine, oltre i due terzi non rientra nei criteri dell'alcolismo.

I limiti. La raccolta dei dati è avvenuta tramite l'auto compilazione dei questionari e si affida dunque al giudizio degli intervistati, che potrebbero sottostimare il reale consumo di alcol.

Le cifre in Italia. Anche nel nostro paese, è aumentato il consumo annuale pro-capite, soprattutto quello femminile e giovanile, e sempre più spesso alziamo il gomito anche fuori pasto. Secondo la relazione 2013 al Parlamento su alcol e problemi alcol correlati, sono binge-drinkers il 20,1% dei maschi di età compresa tra i 18 e i 24 anni. Nel complesso, dice l'Istat, i comportamenti a rischio nel consumo di alcol riguardano 7 milioni e 144 mila persone (13,2%). Di alcol si può anche morire: i dati più recenti parlano di quasi 17mila decessi per cause attribuibili in modo diretto e indiretto all'alcol tra le persone di età superiore ai 15 anni.

Oltre l'alcolismo. L'indagine statunitense descrive un fenomeno più vasto. «Non ridimensioniamo affatto la piaga dell'alcolismo, con il suo tragico bilancio di malattie e il suo peso economico-sociale. Tuttavia, il fatto che il 90% di chi beve troppo non sia affetto da un disturbo di dipendenza ci dice che abbiamo a che fare con un problema ancora più grande» commentano dal National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. Ma, forse, più facile da risolvere. Adottando una prospettiva più ampia, senza focalizzarsi sulla dipendenza come si è fatto finora e cambiando strategia: al potenziamento dei servizi contro le dipendenze accostare politiche di prevenzione e di educazione.

(*) Nota: la dipendenza da alcol riguarda una minoranza dei bevitori problematici, è un dato noto già da tempo. Come pure era noto che parte dei problemi alcol correlati fosse legato a un bere considerato moderato. Non sono i dati che mancano, ma la capacità di leggerli. La distinzione tra bere "buono" e bere "cattivo" non si è mai basata su dati scientifici, ma sul desiderio dei bevitori, scienziati compresi, di sentirsi dalla parte giusta. Come sempre, le vere scoperte nascono dal vedere le stesse cose con occhi diversi.

QUOTIDIANO ONLINE

Lombardia

L'importante ruolo della scuola nel frenare fra i giovani l'uso di alcool e tabacco

Dati, proposte e iniziative in un Convegno promosso dalla Commissione Sanità della Regione Lombardia.

Lecco, 26 novembre 2014 - Sensibilizzare, riflettere sull'efficacia degli interventi di prevenzione messi in atto da soggetti istituzionali e no profit, e implementare, soprattutto con e nelle scuole, stili di vita più sani e responsabili. Questi i temi affrontati oggi durante il Convegno "Prevenzione primaria dell'alcool e del tabagismo nel sistema scolastico", promosso dalla Commissione consiliare Sanità.

"La nostra priorità quando si parla di prevenzione rispetto ad alcolismo e tabagismo deve riguardare soprattutto la fascia degli adolescenti e dei giovani, attraverso forme efficaci d'intervento - ha detto nel corso del suo intervento il Presidente del Consiglio

regionale, Raffaele Cattaneo, -. In tal senso è necessario intervenire sui fattori di rischio e mettere in rete i diversi attori: la scuola, le organizzazioni della sanità, la famiglia e le istituzioni". Tra le ipotesi lanciate (introduzione di una tassa di scopo nella vendita di tabacco e alcool; campagne di comunicazione più efficaci e ideazione di app sul tema), il Presidente Cattaneo ha citato come esempio positivo le misure introdotte nella recente legge regionale sul gioco d'azzardo patologico, che prevedono forme di tutela rispetto alle zone sensibili (come scuole, ospedali) dove non si possono installare slot-machines. "Nella cura dipendenze da alcol e tabagismo - ha infine concluso Cattaneo - si deve anche pensare di premiare gli stili di vita sani".

Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) ogni anno quasi 6 milioni di persone perdono la vita per i danni causati dal tabagismo. Il fenomeno è particolarmente preoccupante nei giovani che in età sempre più precoce - 15-17 anni, ma la prima volta riguarda una fascia sempre più ampia di ragazzi di 11 anni- fanno uso di tabacco. L'11% dei maschi di 11 anni di età dichiara di aver consumato 6 bicchieri o più di bevande alcoliche in un'unica serata, percentuale che sale al 40,7% dei 15enni (le medie tra le coetanee si attestano al 3,9% per poi salire al 25,4%). I bevitori a rischio rappresentano quasi un quinto della popolazione italiana di 11 anni e più (circa 10 milioni di ragazzi).

Per quanto riguarda i costi sociali, si stima che in Lombardia costi sanitari legati alla cura si aggirano sui 3,13 MLD € - ha dichiarato Biagio Tinghino, Presidente dell'Associazione italiana di Tabaccologia ASL Monza e Brianza. Il costo medio per ciclo terapeutico per paziente in cura per dipendenza si aggira sui 3mila€. A tale proposito, il consigliere Stefano Carugo (NCD), ha avanzato l'ipotesi di introdurre una tassa di scopo nella vendita di tabacco e bevande alcoliche.

(*) Nota: una tassa sulle sigarette per sostenere il costo delle terapie correlate probabilmente non solleverebbe molte critiche. Una analoga tassa sugli alcolici probabilmente si. Proponendole assieme magari non passerebbero, ma si scatenerebbe una utile discussione.

CORRIERE DELLA SERA - FORUM NUTRIZIONE

ancora sul vino

salve doc,

questo è un argomento che mi fa...innervosire perchè detesto l'ipocrisia!

Dato per assodato che anche un grammo di alcool è cancerogeno, allora perchè non viene scritto sulle bottiglie ciò che viene scritto sui pacchetti di sigarette? forse mi dirà che fumare una sola sigaretta al giorno è peggio che bere due bicchieri di vino al giorno?

anche fosse così, in un mondo ideale il consumatore dovrebbe essere messo a conoscenza che l'alcool è cancerogeno, poi decidesse lui come farla finita!

Un caro saluto
ommene

Risponde Andrea Ghiselli

Sì, il suo ragionamento fila e non è escluso che prima o poi ci si arrivi. Per ora ci accontenteremmo di riuscire a vincere una piccola battaglia che riguarda la deroga di cui le bevande alcoliche godono per l'etichettatura nutrizionale. Già poter scrivere in etichetta quante calorie contengono 100 grammi di una certa bevanda e quante calorie ci sono in una porzione sarebbe già importante per dare un'informazione corretta al consumatore e permettergli di scegliere per lo meno sulla base dell'apporto calorico

ASAPS

Farmaci e alcool, possono condizionare la guida dei veicoli
di Girolamo Simonato - Direttore www.motorioggi.it

Una serie di malattie può condizionare o annullare la capacità di guida mentre alcuni farmaci, se del caso, possono ripristinare la capacità di guida di una persona malata.

Questo vale in linea generale, però si deve tener in debito conto gli effetti collaterali che non provochino limitazioni rilevanti per la guida. Molti automobilisti e conducenti di veicoli non pensano a questo all'effetto collaterale che possono rappresentare durante la guida, mettendo in serio pericolo non solo la loro incolumità ma bensì anche la sicurezza altrì e quella stradale.

È opportuno una debita informazione e una consulenza esperta sul dosaggio e sugli effetti dei farmaci prima di intraprendere la guida del proprio veicolo.

A differenza dell'alcol per i medicinali non è possibile una "soluzione zero". Generalmente l'alcol è considerato come qualcosa a cui si può rinunciare nella guida, a differenza di molti farmaci visto che molte persone possono prendere parte alla circolazione stradale solo con l'aiuto di tali farmaci.

La combinazione di diversi farmaci con l'alcol e/o droghe rende la già complessa questione ancora più complicata. Per questo, per un uso responsabile in considerazione degli effetti combinati è indispensabile una consulenza da parte di personale medico specializzato.

In caso di contemporanea assunzione di più principi attivi, quali la diversa composizione di più medicinali, l'effetto collaterale si potrebbero sommare.

Questo significa che i farmaci influiscono reciprocamente sui relativi effetti e di conseguenza potrebbero compromettere la sicurezza della persona.

È importante sottolineare che la contemporanea assunzione di farmaci e alcol possono comportare un effetto combinato soggettivo della persona.

L'alcol può modificare, alleviare o accentuare l'effetto previsto di un farmaco, dobbiamo sfatare che le quantità minime non influiscono, anzi, possono aggravare considerevolmente gli effetti (collaterali) dei farmaci che limitano la capacità di guidare.

Pertanto, in generale bisognerebbe rinunciare a guidare un veicolo se si sono assunti farmaci e si è bevuto dell'alcol.

Questa analisi trasmette che l'effetto dei medicinali può incidere negativamente sulla guida. Le statistiche indicano che più di dieci milioni di italiani li assumono con frequenza. Le tre categorie più diffuse tra i farmaci che presentano controindicazioni per la guida sono i miorilassanti, utilizzati per lenire i dolori muscolari, i sonniferi e gli antistaminici, cioè le medicine anti-allergiche.

Lo studio e la predisposizione dei test organizzati dalla rivista Quattroruote sulla propria pista di Vairano (PV), in collaborazione con l'Istituto Clinico Humanitas e la Polizia stradale, è stato proprio quello di valutare il loro impatto sugli automobilisti, che a seconda dei casi è stato più o meno marcato. Inoltre, la complessità normativa del C.d.S. rende molto difficili i controlli, che sono molto meno frequenti di quelli per la guida in stato di ebbrezza, quindi l'effetto potenziale sulla sicurezza stradale è tutt'altro che trascurabile.

L'assunzione del miorilassante (tizanidina 2 mg) comporta quasi immediatamente la percezione di un senso di rallentamento nei movimenti e delle difficoltà di gestione del volante; la consapevolezza del proprio stato inducono il guidatore a essere più lento e prudente, ma questo non gli impedisce di abbattere, in tutto, tre birilli e di mettere in mostra tempi di reazione sensibilmente più alti. L'antistaminico (cetirizina 20 mg) induce un po' di sonnolenza che lo porta a guidare più lentamente e a commettere un errore nella prova di evitare dell'ostacolo; a un secondo tentativo, i risultati migliorano, forse per effetto della maggiore conoscenza del percorso e del benefico effetto del medicinale sulla respirazione del conducente (una più efficace ossigenazione del sangue incide positivamente sui comportamenti). Restano, tuttavia, problematici il superamento dello slalom e la prova di parcheggio.

I risultati peggiori, infine, sono quelli conseguiti dal soggetto che, tre ore prima della prova (invece che le sette-otto consigliate) ha assunto un sonnifero (zolpidem 10 mg): le sue prime prove risultano disastrose, tra stragi di birilli abbattuti, tempi di reazione dilatati ed evidenti difficoltà di concentrazione. Con il passare del tempo, il guidatore si sente meglio, ma è una percezione che si rivela illusoria: dopo oltre cinque ore dall'assunzione del farmaco, il numero di birilli abbattuti è ancora elevato.

In presenza dell'assunzione di farmaci è necessario seguire scrupolosamente le indicazioni del foglietto illustrativo, soprattutto nella parte delle controindicazioni ed effetti collaterali.

Molti degli utenti della strada indicano nell'assunzione dell'alcool la causa principale, lo studio della medicina ha asserito che il binomio alcool e farmaci può produrre un effetto ancor più grave.

Curarsi è bene, guidare con sicurezza è corretto, certamente non si deve compromettere la sicurezza altrui.

SPORTECONOMY

L'UE mette al bando gli sponsor alcolici

mercoledì 26 novembre 2014 - Dopo le sigarette adesso tocca agli sponsor dell'alcool, anch'essi entrati nel mirino dell'UE. Martini, Smirnoff e Johnnie Walker sono le marche di bevande alcoliche più note ed importanti della Formula 1 contemporanea (senza dimenticare GHMumm, lo champagne ufficiale della F1).

Basti pensare che proprio Smirnoff, la nota marca di Vodka, ha stipulato nel maggio 2014 un contratto milionario con la Force India, portando il team indiano a modificare in modo evidente la livrea della vettura. Martini contribuisce alla crescita della Williams con 10 milioni di dollari l'anno, mentre Johnnie Walker è il fornitore ufficiale di whisky per l'intero circus e versa alla McLaren, partner storico, 15 milioni all'anno.

Escludere le pubblicità alcoliche dalla Formula 1, tuttavia, significherebbe dare il colpo di grazia alle scuderie, soprattutto le più piccole e, in questo momento della stagione, appare decisamente grottesco l'accanimento dimostrato dalle associazioni sulla sicurezza stradale. (*)

(*) Nota: così come per le sigarette, prima o poi le sponsorizzazioni alcoliche verranno tolte dalla Formula 1. Non importa quanti interessi ci siano in gioco. Certe battaglie sono vinte in partenza; è il progresso civile stesso che rende incompatibile l'associazione, anche simbolica, tra alcolici e guida sportiva.

TREVISO TODAY

Incidente mortale a Costabissara di Vicenza: investitore ubriaco

Gli esami hanno accertato che il conducente dell'auto che si è scontrata con quella delle due vittime aveva un tasso il doppio del consentito

VICENZA 25 novembre 2014- Aveva un tasso etilico oltre il doppio del consentito, A.P., 43 anni, di Isola Vicentina, l'uomo che, a Motta, lungo la provinciale 46, si è schiantato frontalmente contro un'altra auto, causando la morte di Ada Francesca Buccino e della figlia Maria Rosaria Grisolia, quest'ultima trevigiana di 49 anni. Ora rischia 15 anni di carcere.

Il dato è emerso dopo i rilievi della polizia locale e del personale medico, come da prassi. Secondo quanto riferisce Il Giornale di Vicenza, il tragico epilogo di una domenica pomeriggio in famiglia sarebbe stato causato da un sorpasso azzardato, dettato dallo stato di ebrezza. Sia l'accusato, che si trovava in macchina con la moglie e i due figli, sia le vittime avevano trascorso il pranzo con dei parenti. Poi, il ritorno a casa per A.P. e un giro in auto con il nipotino. Ma, alle 16 e 50, due vite sono state troncate ed è stata segnata in modo indissolubile quella di molte altre.

ANSA

Ubriaco picchia la moglie, arrestato

A chiamare polizia a Bologna è stata la figlia di 11 anni

BOLOGNA, 25 NOV - Ha iniziato a gridare e a litigare con la moglie, poi l'ha picchiata e colpita con una testata. La donna si è così rifugiata in una stanza della casa con i quattro figli, tutti minorenni, e ha messo davanti alla porta dei mobili per impedire l'accesso al marito. Ma l'uomo, 56enne marocchino, ha sfondato l'ingresso e lanciato degli oggetti. E' successo ieri sera a Bologna. A chiamare la polizia è stata la figlia più grande, di 11 anni. L'uomo, che era ubriaco, è stato arrestato.

TODAY

Guidava ubriaco: uccide il figlio di 10 e ferisce un bambino di 11

Nell'incidente ha perso la vita il figlio. Fuori pericolo l'altro bambino. L'uomo dovrà rispondere di omicidio stradale

STATI UNITI, Redazione • 25 novembre 2014 - Ubriaco, si è messo alla guida. Ha avuto un incidente e ha ucciso il figlio di 10 anni che era con lui in macchina e ha ferito un altro bambino di 11 anni. E' successo nella contea di Knox, nel Tennessee, a Knoxville.

Steven Steelman jr. ha perso il controllo dell'auto, è finito fuori strada colpendo un palo del telefono e un albero. Per la polizia, il piccolo di 10 anni, Steven Steelman III, è morto al momento dell'impatto.

L'altro ragazzino, Nathan Lawson, è rimasto ferito ed è stato ricoverato all'University of Tennessee Medical Center, ma non è in pericolo di vita.

Steven Steelman jr è stato accusato di omicidio stradale, guida in stato di ebbrezza e guida pericolosa. Steelman era anche senza patente e l'auto non aveva assicurazione.

VOCIDISPORT

George "the" Best, nove anni dalla scomparsa del più grande numero 7 di sempre

Edoardo Stilli

25 novembre 2014 - C'è una maglia a Manchester, sponda Red devils, che ha qualcosa più delle altre, che non tutti possono mettere, che rappresenta una vera e propria religione, una maglia che va guadagnata sul campo per poter rendere omaggio ai grandi che l'hanno indossata in passato. Quella maglia è la numero 7. Una maglia indossata da campioni del calibro di Cantona, Beckham, Cristiano Ronaldo e adesso Angel Di Maria ma che ha visto nascere la sua leggenda sulle spalle di uno dei migliori giocatori di sempre, George Best. Sul fatto che il giocatore di Belfast sia stato uno dei più grandi di sempre non c'è da discutere, inserito all'ottavo posto nella classifica dei migliori calciatori del XX secolo IFFHS, pallone d'oro nel 1968, "leggenda del calcio" del Golde Foot e autore di 256 reti in carriera.

Ci sarebbe semmai da discutere su dove sarebbe potuto arrivare se non avesse avuto il vizio di bere e se avesse avuto più interesse nel giocare a calcio che nel conquistare donne. "Se io fossi nato brutto non avreste mai sentito parlare di Pelè" e "Nel 1969 ho dato un taglio a donne e alcool. Sono stati i 20 minuti più brutti della mia vita" sono soltanto due delle dichiarazioni di Best che danno un'idea del personaggio del quale si sta parlando, a queste sarebbe giusto aggiungere le parole di Maradona: "Era un grande giocatore, più loco di me". Un giocatore tanto "loco" da cercare di scappare ai fantasmi dell'alcool facendosi cucire delle sacche di antabusa nello stomaco, sacche con le quali anche un solo sorso di birra provoca dolori allucinanti, ma che nemmeno con queste riuscì a uscire dal tunnel.

George Best è stato non soltanto l'icona di una generazione calcistica ma degli interi anni 70', un personaggio inimitabile, un uomo che ha rappresentato per molti un modo di vivere. Best che ha sempre amato vivere di eccessi. "Non so se sia meglio segnare al Liverpool o andare a letto con Miss mondo. Per fortuna io non ho dovuto scegliere", "ho speso molti soldi per alcool, ragazze e macchine veloci. Il resto l'ho sperperato". (*) Forse per descrivere bene George Best basterebbe raccontare una partita, un'amichevole giocata il 22 gennaio del 1976, Irlanda del Nord - Olanda. È una partita dall'esito scontato, la grande Olanda del calcio totale, l'Olanda di John Crujff, 3 volte pallone d'oro in quegli anni, contro una nazionale povera di talenti se non per il numero 7 del Manchester United. Best recupera il pallone a centrocampo e, invece di correre verso la porta, punta Crujff, salta due avversari, gli arriva vicino, gli fa tunnel e porta la palla in rimessa laterale, tornando indietro gli passa accanto e gli dice: "Tu sei il più il forte di tutti, ma solo perchè io non ho tempo."

Best si è spento nove anni fa, a soli 59 anni, dopo una vita di corsa che lo aveva visto essere il più giovane esordiente in una finale di FA Cup ma anche interrompere la sua carriera ad alti livelli a 25 anni, quando decise di anteporre, definitivamente, la bella vita, l'alcool e le donne al calcio. La sua leggenda vivrà per sempre, l'Irlanda del Nord gli ha dedicato una banconota, un onore riservato agli eroi nazionali, e fuori dall'Old Trafford la sua statua ricorda a tutti chi è stato il migliore, ricorda a tutti The Best.

(*) Nota: George Best è morto prematuramente a causa degli alcolici, la maggior parte delle sue scelte non erano condivisibili, ma una buona battuta merita sempre un sorriso.