

Pillole di Pediatria
ABUSO DI ALCOL: COSA I GENITORI DOVREBBERO SAPERE

a cura della Dott.ssa Valeria Zanna
Dipartimento di Neuroscienze - Unità Operativa di Neuropsichiatria Infantile

- Che cos'è l'alcol?** **L'alcol è una sostanza tossica** e potenzialmente cancerogena, che può creare una dipendenza elevata ed esporre le persone che bevono a rischi, anche dopo un singolo episodio di consumo: qualsiasi organo o apparato del corpo può essere quindi sede di un danno da alcol.
- Quali sono gli effetti immediati e futuri del consumo precoce di alcol?** Bisogna distinguere gli effetti esercitati dall'etanolo sul **S.N.C. (Sistema nervoso centrale)** da quelli esercitati più in generale sull'intero organismo.
- Le principali **patologie extraneurali** alcol-correlate interessano prevalentemente **l'apparato digerente**: le mucose del tubo digerente divengono distrofiche ed inefficienti conducendo a malassorbimento, sanguinamenti e processi displastici.
- Danno epatico** di differente gravità e progressivamente irreversibile compare nella quasi totalità degli alcolisti: steatosi, epatopatia, acuta e cronica, cirrosi con sviluppo di ipertensione portale e carcinoma.
- La pancreatite acuta** può costituire un'emergenza medica.
- Importanti alterazioni** possono poi interessare gli apparati cardiocircolatorio, respiratorio, endocrino e riproduttivo ed il sistema immunitario.
- Gli effetti a carico del Sistema Nervoso possono essere reversibili o persistenti.**
- Tra le manifestazioni reversibili** si considerano.
- l'intossicazione acuta,
 - la sindrome da astinenza,
 - i quadri psichiatrici indotti.
- I disturbi persistenti esprimono il danno biologico** arrecato dall'alcol al S.N.C. per cui essi persistono dopo l'interruzione del potus e nei casi più gravi possono diventare irreversibili; si tratta **di deficit della memoria** conosciuti come Encefalopatia di Wernicke per la forma acuta e la Sindrome di Korsakoff per la condizione cronica.
- Come e perché bevono i ragazzi?** La maggior parte degli adolescenti beve moderatamente, sempre in compagnia, molti infatti assaggiano bevande alcoliche per la prima volta in famiglia, in occasione di feste o ricorrenze.
- Durante l'adolescenza l'uso di alcol è visto come un rituale che crea legami, lo si associa all'allegria e alla convivialità, permette ai ragazzi di avere interazioni più distese e di sentirsi adulti dando loro la possibilità di fare una cosa che fanno solo gli adulti.
- Bere per ubriacarsi, o binge drinking, è un nuovo stile di consumo** che sta diventando popolare tra i giovani ed è in crescita secondo i dati dell'OMS.

Consiste nel bere cinque o più bevande alcoliche in un'unica occasione, lontano dai pasti, in genere nel fine settimana, con lo scopo di sentirsi più disinvolti e più sicuri di sé.

È bene sapere che **l'abuso di alcol può essere la spia di condizioni psicopatologiche sottostanti.**

Un'associazione tra **depressione** e alcolismo è confermata da tutti gli studi soprattutto nel sesso femminile.

Seguono i **disturbi d'ansia** con maggior frequenza per la fobia sociale, il **disturbo da attacchi di panico** e il **disturbo post traumatico da stress.**

I disturbi da uso di alcol risultano associati anche ai disturbi di personalità:

- **nel disturbo dipendente** ed evitante l'alcol verrebbe assunto per le sue proprietà sedative o disinibenti;
- **nel disturbo borderline e antisociale** gli alti livelli di irritabilità ed impulsività ne favoriscono l'abuso.

Cosa può fare un genitore?

Favorire lo sviluppo della responsabilità personale

Proibire semplicemente a un adolescente di assumere bevande alcoliche può avere un effetto contrario a quello voluto perché a questa età tutto è soggetto a critica e visto come un'esagerazione.

Per questo motivo è fondamentale parlare apertamente con i propri figli, spiegare loro, ad esempio, che prima di 15 anni il corpo non è pienamente in grado di smaltire l'alcol, o che questo può creare danni seri all'organismo.

Parlare con i figli per far loro sviluppare capacità critiche

È fondamentale parlare ai giovani, fin da quando sono bambini, creare intorno a loro un ambiente familiare in cui la presenza dell'alcol sia visibile, ma discreta, e il suo consumo moderato.

Si può discutere con loro sulle etichette delle bevande che li attirano, ad esempio spiegare cos'è la gradazione alcolica.

Questo comportamento aiuta a responsabilizzare i ragazzi e può essere un'occasione per sentirsi complici.

Insegnare ai figli a capire i propri limiti

adottando in famiglia comportamenti e stili di consumo sani.

Spesso capita che i ragazzi bevano, e magari esagerino, per assumere un ruolo all'interno del gruppo.

È importante spiegare loro che esiste un limite tra uso e abuso di alcol, informarli di come l'alcol possa alterare e peggiorare lo stato psicofisico delle persone, ma soprattutto che il corpo richiede, nel tempo, quantità sempre maggiori di questa sostanza per arrivare a provare le stesse sensazioni.