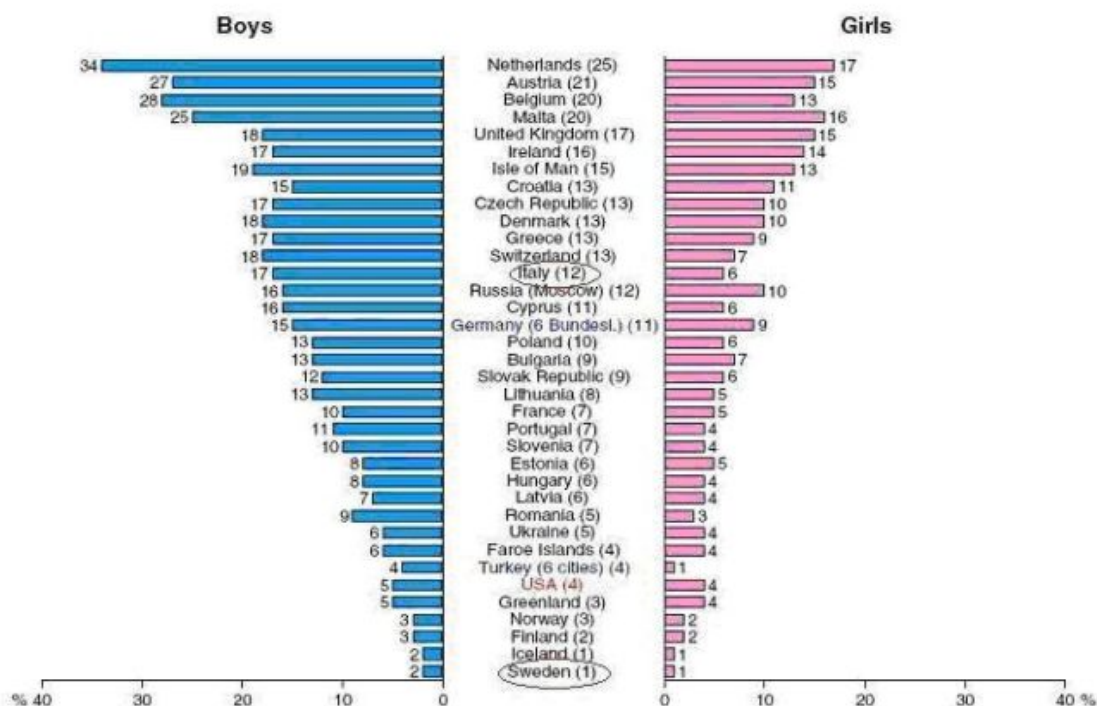


Italiani, popolo di beoni?

Figura 1 Percentuale di 15-16enni che ha consumato una qualsiasi bevanda alcolica almeno 10 volte nell'ultimo mese.



Fonte: The Espad Report 2003.

La prima Conferenza nazionale sull'alcol organizzata dal Ministero delle Politiche Sociali ha lanciato un grido di allarme per la diffusione del consumo di alcolici nella popolazione e in particolare tra gli adolescenti. Su molti giornali hanno campeggiato titoli preoccupanti come quello di Repubblica ("Alcol, a rischio oltre 9 milioni di italiani") o del Corriere della sera ("Alcol, un ragazzino su cinque inizia a bere tra gli 11 e i 15 anni"). E' importante rafforzare nella cittadinanza la conoscenza dei rischi per la salute correlati all'alcol, ci si chiede tuttavia se in Italia esista un "problema alcol" tale da farne l'ennesima fonte di apprensione e di insicurezza per i cittadini rispetto al proprio stile di vita e al futuro dei propri figli.

Il modello italiano di consumo alcolico

A fronte delle affermazioni diffuse dai media nei resoconti della Conferenza nazionale sull'alcol un paio di riflessioni saranno sorte spontanee a molti:

- gli italiani, forse incupiti dall'arrivo di una dura congiuntura economica, stanno cercando in massa rifugio e oblio nella bottiglia;
- all'insaputa di tutti, genitori in primis, sta montando una marea di piccoli bevitori incalliti.

Ma in Italia è veramente il caso di allarmarsi? Innanzitutto, come si legge nelle *Linee guida per una sana alimentazione* stilate dall'Inran[1], un consumo moderato e legato ai pasti, tipico della cosiddetta dieta mediterranea, non crea danni alla salute, quindi è importante considerare quanto si beve e con quale frequenza, tenendo a mente che non esiste un livello standard di consumo moderato valido per ciascun individuo[2].

Negli ultimi decenni, in Italia, il consumo medio annuo pro capite di alcol si è molto ridimensionato e attualmente è al di sotto della media europea (10,5 litri, contro 11,4). I confronti internazionali confortano il modello italiano di consumo: siamo uno dei paesi europei con più astemi e con più consumatori abituali che tendono a bere tutti i giorni ma a tavola. Nell'Ue25 si beve soprattutto una volta alla settimana e in quantità spesso massicce, e la media di unità alcoliche giornaliere[3], che in Italia è di 1,5, in Europa è vicina a 2,5. Nel complesso in Italia il consumo di alcol oltre ad essere meno diffuso rispetto alla media europea è più moderato ed equilibrato. Insomma, se da noi la questione alcol merita allarme, nel resto d'Europa dovrebbe creare il panico.

Non sono gli italiani ad essere diventati dei beoni, è la soglia del rischio che è mutata

Il numero degli italiani a rischio per il consumo di alcol è condizionato dall'altezza alla quale si pone l'asticella del bere problematico. I criteri di quantificazione della popolazione che fa uso eccessivo di alcol sono mutati e oggi, per essere considerati a rischio, è sufficiente bere meno rispetto a ieri. In un rapporto del 2004 l'Osservatorio fumo, alcol e droga dell'Istituto superiore di sanità(Ossfad-Iss) quantificava la popolazione a rischio in 3 milioni di individui, quattro anni dopo le nuove stime Iss, basate su un nuovo approccio più stringente mutuato dalle raccomandazioni dell'Organizzazione mondiale della sanità (Oms), hanno individuato 9 milioni di bevitori eccessivi.

In altre parole, non sono gli italiani ad essere diventati dei beoni, ma è il concetto di rischio alcolcorrelato che è mutato: 6 milioni di persone che fino a ieri erano dei bevitori moderati oggi sono considerati dei potenziali futuri malati multicronici. Tra questi abbiamo almeno un milione e mezzo di anziani che da una vita bevono un bicchiere di vino a pranzo e uno a cena, oltre a un paio di milioni di giovani e di adulti che hanno alzato il gomito a capodanno o il giorno del proprio compleanno. Di fronte a certe stime sembra essere "a rischio" anche il buon senso.

A voler essere rigorosi fino in fondo nei criteri di quantificazione, l'Oms

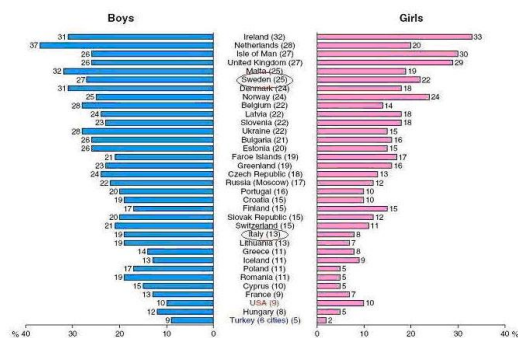
raccomanda anche di non bere mai fuori pasto, cosa che nel 2006 hanno fatto ben 13 milioni di italiani (Istat, Multiscopo 2006). I margini per incrementare ulteriormente la popolazione a rischio e per rafforzare l'allarme alcol quindi non mancano.

Quanti sono gli adolescenti veramente a rischio?

Affermare che un ragazzino su cinque inizia a bere a 11-15 anni lascia presupporre che una volta cominciato faccia dell'alcol una (pessima) consuetudine. Ma questo dato, ricavato dall'indagine Multiscopo dell'Istat, fa riferimento al consumo di almeno un'unità alcolica negli ultimi 12 mesi, cioè ad un consumo anche del tutto episodico. Se ne può dedurre che tra gli adolescenti problematici sono stati inclusi anche coloro che nel corso dell'anno hanno bevuto un bicchiere di vino facendo un brindisi[4].

L'ideale per la salute di un 15enne sarebbe la completa astensione dall'alcol, tuttavia le stime sul rischio alcolcorrelato dovrebbero contemplare anche tra i giovanissimi una distinzione tra consumo sporadico ed eccessivo. Solo conoscendo l'effettiva diffusione dei vari modelli di consumo sarà possibile adottare delle misure calibrate, che mirino ad una consapevolezza dei rischi piuttosto che ad una demonizzazione *tout court* dell'alcol.

Figura 2 Percentuale di 15-16enni che ha bevuto per ubriacarsi (binge drinking) almeno 3 volte nell'ultimo mese.



Fonte: The Espad Report 2003.

E' utile il proibizionismo per limitare il consumo tra i giovani?

In Italia per gli under 16 vige il divieto di somministrazione di bevande alcoliche nei luoghi pubblici, ma non quello di vendita, né tanto meno di consumo tra le mura domestiche.

Dalla Conferenza sull'alcol è giunta la proposta di innalzare a 18 anni l'età limite per l'acquisto di alcolici adeguando la legislazione italiana a quella di numerosi paesi europei. In Svezia vige il divieto di vendita di alcolici ai minori di 20 anni e solo l'1% dei 15-16enni beve almeno due volte alla settimana, rispetto al 12% dell'Italia, tuttavia la diffusione del cosiddetto binge drinking, il bere allo scopo di ubriacarsi, tra gli studenti svedesi è molto maggiore, 25 contro 13% (Figure 1 e 2)[5].

Gli eccessi alcolici dei ragazzi che vivono in paesi dove la vendita è rigidamente regolamentata e il limite di età più elevato lasciano qualche dubbio rispetto all'utilità di una politica proibizionista per limitare l'abuso tra i giovani. Il rischio è che il consumo di alcolici dei minorenni esca completamente dal controllo familiare ammantandosi del fascino della trasgressione e che anche in Italia si possano ulteriormente diffondere i modelli di consumo dei paesi nordici.

[1] Istituto nazionale di ricerca per gli alimenti e la nutrizione.

[2] A parità di consumo, la concentrazione di alcol nel sangue varia con l'età, il sesso, il peso, la modalità di assunzione (durante o fuori pasto), il metabolismo individuale, l'abitudine all'alcol e alcuni imponderabili fattori genetici.

[3] La quantità di alcol consumata si misura attraverso l'*unità alcolica* (UA), che è pari ad un bicchiere di vino, a una lattina di birra o a un bicchierino di amaro o di un superalcolico. La stima dell'ISS presentata alla Conferenza sull'alcol considera a rischio le seguenti categorie di consumatori quotidiani: le donne che bevono più di 1-2 UA, gli uomini che eccedono le 2-3 UA, i giovani di 16-17 anni che bevono più di 1 UA e gli ultra 65enni che eccedono il consumo di 1 UA. A questi vanno aggiunti tutti i giovani di 11-15 anni che hanno assunto anche una sola UA nel corso dell'anno e tutti coloro che almeno per una volta nell'anno hanno bevuto oltre 5 UA in un'unica occasione (*binge drinkers*). A differenza del passato, vengono congiuntamente considerate "a rischio" due differenti categorie di bevitori: i consumatori quotidiani non moderati e i bevitori anche sporadici ma eccessivi.

[4] Una considerazione a margine: da un'indagine sulle famiglie come la Multiscopo dell'Istat è difficile che trapelino comportamenti anomali o devianti degli adolescenti dei quali le famiglie stesse non siano a conoscenza. E' possibile che molte delle condotte dannose per la salute di un giovanissimo rilevate dall'indagine siano già note alla famiglia e colpevolmente non scoraggiate, se non favorite. I titoli sui giornali avrebbero potuto essere su questo tenore: "Un genitore su cinque talvolta consente ai figli adolescenti

di bere alcolici anche se questo fa malissimo alla loro salute". Certamente un titolo meno eclatante di quelli apparsi, ma forse più vicino alla realtà.

[5] I dati sono tratti dal Rapporto Espad (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) del 2003. Dal 1995 l'Espad conduce un'indagine campionaria sul consumo di alcol e droga tra la popolazione scolastica 15-16enne di 35 paesi europei.