

## **Alcol e adolescenti: un fenomeno drammatico, da non sottovalutare**

Intervista alla Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

### **Sintesi dell'intervista e punti chiave**

L'abuso di alcol sta diventando una piaga sociale che coinvolge un numero sempre più elevato di giovani: le bevute compulsive e autodistruttive del sabato sera, con il loro frequente e tragico epilogo stradale, ne sono il segnale più evidente. La tendenza non risparmia nessuno: le ragazze bevono quanto i maschi, e il loro numero cresce persino più velocemente. Di fronte a un fenomeno così preoccupante, è doveroso che i genitori non abbassino la guardia: perché l'alcolismo compromette la salute, pregiudica l'apprendimento, ostacola lo sviluppo della personalità, precipita le famiglie nel dolore e nella disperazione, e aumenta i rischi anche per gli altri, soprattutto a causa degli incidenti provocati dalla guida in stato di ebbrezza.

Quali danni produce l'alcol sul cervello? Perché per i giovani è particolarmente pericoloso? Quali altri comportamenti a rischio si possono associare alla dipendenza dagli alcolici? E' vero che l'educazione può influenzare, in positivo, anche il funzionamento del cervello e in particolare la capacità di autocontrollo?

In questa intervista illustriamo:

- perché l'alcol è così pericoloso per i ragazzi: il cervello dell'adolescente ha una particolare vulnerabilità ai fattori tossici esogeni, ossia che provengono dall'ambiente e sono veicolati nell'organismo anche da stili di vita sbagliati, come è il bere eccessivo;
- come l'alcol agisce sul cervello: interferisce con la crescita della corteccia cerebrale e la formazione delle connessioni nervose, da cui dipendono la memoria, la capacità di apprendere, la curiosità, la voglia di fare e di affrontare con entusiasmo la vita; ostacola lo sviluppo del lobo frontale, che modula e controlla i comportamenti; favorisce la formazione di circuiti neuronali patologici che favoriscono l'abuso stesso;
- il ruolo del lobo frontale nel governare le spinte impulsive – e di per sé sane – mediate dal sistema dopaminergico. Il lobo però va allenato sin dall'infanzia: è fondamentale che i genitori esprimano ben presto dei "no" autorevoli e motivati, in modo da aiutare il bambino a interiorizzare il controllo degli impulsi. Se questo non avviene, con il terremoto ormonale della pubertà i comportamenti si fanno sempre più incontrollabili, soprattutto se poi il ragazzo è dedito all'alcol o alla droga;
- gli altri comportamenti pericolosi associati al "binge drinking", ossia alle bevute compulsive superiori a 5 bicchieri: scarso rendimento scolastico, fumo, assunzione di droghe, guida ad alta velocità, rapporti sessuali non protetti (con conseguente rischio di gravidanze indesiderate e malattie sessualmente trasmesse).

**In sintesi:** la tendenza a bere alcolici nei giovanissimi può iniziare per gioco, conformismo, timidezza, paura della vita. Ma è sempre un segnale di vulnerabilità, un autentico "allarme rosso" da non sottovalutare mai. E' quindi importante che i genitori non banalizzino le prime

trasgressioni dei figli e abbiano il coraggio di dare loro delle regole, con fermezza e amore.