

21/07/2017

Giovani e alcol l'83% ne fa un uso sconsiderato



Massimo Canorro Giornalista & web content editor

La grande abbuffata. Di alcol. Non stiamo parlando, infatti, del film diretto da Marco Ferreri nel 1973, bensì della cosiddetta “abbuffata alcolica” che sempre più giovani continuano a praticare, incuranti delle terribili conseguenze. Sono sempre più frequenti, in questo senso, i campanelli di allarme. E sul rapporto (deleterio) di molti giovani con l’alcol si è espressa anche una ricerca dell’Osservatorio Epidemiologico delle Dipendenze Patologiche dell’Azienda Usl di Bologna, dal quale emerge che su 390 ragazzi e ragazze felsinei tra i 18 e i 29 anni, suddivisi tra studenti, lavoratori e in cerca di occupazione, l’83% fa un uso estremo di alcol, concentrato in un’occasione.

Pericolo di sviluppare una dipendenza cronica

Denominato fino a qualche tempo fa “Binge drinking” e di recente ribattezzato “Heavy episodic drinking” (cambia il nome, ma non la sostanza), il fenomeno ormai interessa la stragrande maggioranza degli adolescenti e dei giovani adulti, sempre più attratti dall’alcol. In entrambi i casi, infatti, si intende “la modalità di consumo alcolico che comporta l’assunzione in un’unica occasione e in un ristretto arco di tempo di quantità di alcol molto elevate”, come riporta il sito del Ministero della Salute.

L’Ordine degli Psicologi dell’Emilia Romagna sta analizzando alcuni aspetti del problema, per comprenderlo e individuare gli strumenti che possano aiutare, se non a risolverlo, quantomeno ad arginarlo. “L’abbuffata alcolica è molto comune soprattutto nella fascia di età di passaggio alla maturità – spiega l’Ordine

attraverso un comunicato – e questo è anche uno dei motivi che la rende pericolosa: le abitudini contratte in questa fase della vita possono perdurare a lungo, con il rischio di sviluppare una dipendenza cronica”.

Per paradosso, la relativa saltuarietà della condotta legata alle abbuffate alcoliche è un aspetto che può incrementarne la pericolosità. “Perché, dato l’uso non quotidiano ma eccessivo di alcol, i giovani tendono ad autogiustificare il proprio atteggiamento, considerandolo, appunto, occasionale e di poco conto”, prosegue il comunicato.

Abuso di alcol, conseguenze psicologiche e sociali

Di prassi, l’abuso di alcol si concentra nei weekend e nei contesti di svago (discoteche, pub, feste) ma, benché non sia un consumo regolare, può comunque mutare in cronico con l’avanzare del tempo, con conseguenze psicologiche e sociali da non sottovalutare. “Lo stato di alterazione portato da un’abbuffata alcolica può causare una difficoltà nel gestire gli impulsi e le relazioni affettive, familiari e sessuali”, spiegano dall’Ordine degli Psicologi dell’Emilia Romagna. “Ansia e tendenza alla depressione e all’aggressività sono alcuni possibili sintomi: diviene difficile governare la rabbia. I problemi aumentano dove ci siano particolari situazioni di fragilità, con una condizione psicopatologica preesistente che può peggiorare se le viene affiancato l’alcol”.

Strategie di prevenzione dell’alcolismo

Voglia di apparire più adulti, ma anche di trasgredire, di ricercare un’indipendenza per rafforzare l’identità personale e di essere accettati. Sono tutte motivazioni che possono spingere i giovani verso l’abuso di alcol. E qui subentra l’importanza della prevenzione all’abuso di alcol, come illustra l’Ordine: “Si può effettuare rinforzando le difese naturali dei ragazzi, la loro resilienza, l’autostima e la capacità di autoregolazione, per capire quando è il momento di fermarsi. Per modificare gli atteggiamenti e i comportamenti dei giovani non è sufficiente la sola sensibilizzazione sull’argomento. È fondamentale trasmettere abilità relazionali e sociali, con modalità di apprendimento interattivo e cooperativo”.