

VALERIA TENCA

Alcol: problemi e possibili soluzioni.

I giovani e il consumo di alcol.

In aumento il numero di giovani che abusano di alcol.

Il consumo di alcol sta diventando un serio problema soprattutto tra i giovani che ne fanno uso, senza sapere a cui vanno incontro.

Nel decennio 2000-2010 è aumentato il numero di giovani che consumano alcolici e superalcolici, spesso lontano dai pasti e con frequenza occasionale.

L'aumento dei consumi fuori pasto riguarda sia gli uomini che le donne e questo consumo si è particolarmente aggravato tra i giovani nella fascia di età tra i 18 e i 24 anni.

Una modalità, molto diffusa tra i giovani, è il bere molte unità alcoliche in poco tempo, chiamato anche "binge drinking" ed introdotto dal nord Europa.

I giovani tendono più a bere quando sono insieme agli amici, in discoteca o nei pub e la maggior parte delle volte i ragazzi, bevono per divertirsi o per distrarsi, senza essere consapevoli dei rischi che corrono.

Nonostante l'alcol sia una sostanza che fa male, la società mantiene nei suoi confronti un atteggiamento che ne favorisce il consumo. Sia nelle pubblicità, ma anche nei film, si vedono spesso scene in cui i protagonisti fanno uso di alcol.

Un problema molto grave per quanto riguarda l'abuso di alcol è la mortalità dovuta ad incidenti stradali. Secondo i dati ricavati nell'anno 2008 il 37% della mortalità causata da incidenti stradali è riconducibile all'abuso di alcol. Tante volte in questi incidenti sono coinvolte persone innocenti, che per colpa di persone che si mettono alla guida dopo aver bevuto, ci rimettono la vita.

L'abuso di alcol comporta una serie di danni alla salute, infatti l'alcol è il terzo fattore di rischio di malattia e morte prematura.

Famiglie e scuole devono intervenire per informare i giovani sull'uso e sull'abuso di alcol, lasciando ampio spazio al dialogo e coinvolgendoli in attività che li aiutino a capire ciò che l'assunzione di alcol comporta.

L'abuso di alcol non è un problema da sottovalutare ed occorre ricordare che l'importante è non eccedere e consumare alcol in dosi moderate in modo da non mettere in gioco la propria vita e la vita degli altri.