

L'alcolismo è una "malattia"

Dott. Giuseppe Cremonesi 2014

Ho incontrato A.A. a metà degli anni ottanta. Subito ho riportato una buona impressione di questa associazione. Fino ad allora non ricordo che fossi riuscito a recuperare alcuno dei miei pazienti alcolisti. Invece con la frequentazione del gruppo di A.A. alcuni alcolisti recuperarono la sobrietà. Nella prima festa di "compleanno" a cui ho partecipato, conobbi Flaviano. Diventammo subito amici. Egli fin dall'inizio si impegnò a fondo per insegnarmi la sua "verità" sull'alcolismo e correggere tutti i miei pregiudizi. Io medico, quindi con formazione scientifica, non ero in grado di accettare le sue opinioni che vedevo poco scientifiche e questo portava a grandi discussioni. In modo particolare due parole erano particolarmente ostili per Flaviano e precisamente la parola *dipendenza* e la parola *predisposizione*. Egli continuava ad insistere che l'alcolismo era già presente alla nascita: *l'alcolismo viene prima del bere*. Dopo qualche anno, pochi in verità, sia per il continuo insistere di Flaviano sia per il fatto che A.A. otteneva numerosi recuperi, le mie certezze cominciarono a vacillare. Il metodo funzionava, quindi ci doveva essere anche qualcosa di vero in quello che Flaviano diceva. Io mi sforzavo di armonizzare il mio sapere scientifico con quello che Flaviano sosteneva. Già in quel periodo nutrivo il dubbio che le parole che Flaviano ed io dicevamo, non si riferissero allo stesso concetto. Una volta glielo dissi anche: *"io ho l'impressione che non stiamo parlando della stessa cosa"*. Ma sempre ingabbiato nel mio sapere scientifico, quando discutevamo di dipendenza, io comunque pensavo a qualcosa connesso ad una modificazione metabolica del soggetto alcolista; questo senza tenere conto che Flaviano non era un medico, ma un avvocato e che quindi lui con la fisiologia e la biochimica aveva poca dimestichezza. Io mi rendevo conto che ci fosse qualcosa di giusto in quello che diceva, ma ancora non riuscivo a considerare tutto vero quanto lui andava sostenendo. Quando lo incontrai poco prima che morisse, glielo dissi: "Ho capito che quando discutiamo di dipendenza, abbiamo in mente due cose diverse ed è per questo che non riusciamo a metterci d'accordo; un giorno riuscirò a capire qual è la tua idea di dipendenza." Proprio perché non riuscivo ad accettare fino in fondo la sua verità, gli dissi anche: "Oggi le idee che tu ed io abbiamo sull'alcolismo, ci sembrano giuste, ma è possibile che tra dieci anni siano tutte superate o contraddette; questo non diminuirà il valore del tuo impegno, perché tu avrai sempre il merito d'aver aperto una strada nuova per conoscere questa malattia". Egli ancora ribadì: **"Ma l'alcolismo sarà sempre una malattia!"**

Flaviano morì poco dopo. I suoi amici pubblicarono postumo un libro che lui aveva scritto: **"Alcolismo Anno Zero"**, un libro a tesi con cui egli cercava in ogni modo di dimostrare la verità della sua opinione. Io l'ho letto diverse volte, ma sempre prigioniero del mio errore iniziale, non riuscivo a capire quello che invece era

chiarissimo sia nelle sue parole da vivo sia nel suo libro. Io ho dunque impiegato più di dieci anni per riuscire a capire qualcosa di quanto egli diceva. Il risultato delle mie riflessioni è stata una relazione tenuta a Senigallia il 4 novembre 2005. Questo è un passo di quanto dissi: “Questo è tutto il messaggio di Flaviano: **La persona nasce ammalata d'alcolismo. L'evidenza si ha solo con l'incontro della bevanda alcolica; in tal caso scatta la compulsione alcolica, ossia il bere senza moderazione. La mancanza di moderazione (cioè l'incapacità di fermarsi) precede il bere, anzi è la causa dell'abuso non la conseguenza**”.

Al termine del mio intervento a Senigallia, venni avvicinato da un vecchio alcolista anonimo che mi disse: “Io ho conosciuto Flaviano; egli diceva proprio queste cose e lui le ha apprese da Bill. Mi spiace che il tempo non abbia permesso una discussione, perché avrei voluto prendere anch'io la parola e ribadire questi concetti”.

Io non so se veramente Flaviano ha derivato la sua dottrina sull'alcolismo da Bill; non ho conoscenza diretta, però non ho motivi per dubitare delle parole di quel alcolista. Bill insieme a Bob è stato il cofondatore di A.A., quindi in tal caso questi concetti, sopra esposti, vanno considerati patrimonio culturale di A.A.

Anche dopo Senigallia, seppure avessi già visto un grosso squarcio di luce, mi rimanevano ancora alcune zone di ombra. La completa conoscenza del pensiero di Flaviano venne il giorno in cui pensai: la dottrina di A.A. sull'alcolismo è una verità operativa non una verità scientifica. Questo me lo ripeto spesso per buona pace mia e dei miei colleghi medici. Questa verità è profondamente legata al metodo di recupero; essa è funzionale al recupero. La grande intuizione di alcolisti anonimi è che tutte le persone, uomini e donne, possono essere suddivise in due gruppi. Il primo, il più numeroso, è composto da coloro che sono in grado di controllare la quantità di alcol introdotto ed essi sono detti sobri naturali. Il secondo gruppo, meno numeroso, è composto da coloro che non sono in grado di controllare la propria introduzione di alcol e questi sono chiamati alcolisti.

E' la dottrina che ha deciso il metodo di recupero? Oppure è il metodo di recupero che ha generato la dottrina? Io propendo per la seconda ipotesi.

Fin dai primi tempi della mia frequentazione con Flaviano, mi ero accorto che i vocaboli usati da alcolisti anonimi non sempre avevano il significato preciso con cui erano usati in Medicina. La più importante di tutte è la parola **compulsione**. In precedenza ho detto: gli alcolisti sono coloro che non sanno controllare la quantità di alcol introdotto. Lo stesso concetto viene espresso con la frase seguente: quando un alcolista inizia a bere alcol gli scatta la compulsione. Mi ripeto: le due frasi sono intercambiabili ed esprimono lo stesso concetto. Per A.A. e per Flaviano la compulsione è sinonimo di incapacità a controllare la propria introduzione di alcol. *La incapacità di controllare l'introduzione di alcol o, se preferite, la compulsione è la malattia alcolismo.* Flaviano non parlava dei sintomi dell'alcolismo, ma del sintomo. Per lui il sintomo era uno solo. (1 pag.55)

IL SINTOMO DELL'ALCOLISMO = LA COMPULSIONE ALCOLICA

Questo sintomo può essere espresso con altre parole che indicano lo stesso fenomeno: *”è il primo bicchiere che fa male all’alcolista, non l’ultimo”*. Oppure: *“l’alcolista non deve bere il primo bicchiere”*. Ed altre ancora.

Questa definizione di malattia alcolismo ha una conseguenza chiara e rigorosa: *“l’alcolista che vuole recuperare la sobrietà, deve astenersi totalmente dall’alcol e per tutta la vita”*. Non ha senso anzi è un errore raccomandare all’alcolista di bere con moderazione. Questo sarebbe come dirgli: “ubriacati liberamente”. Programmi di educazione all’alcol, inviti a diminuire le quantità introdotte, studio su eventuali effetti benefici dell’alcol sono certamente utili, ma lo sono per le persone del primo gruppo, cioè per quelli che sono in grado di controllare la quantità di alcol introdotto. Per gli alcolisti, cioè per quelli che hanno la compulsione alcolica, ripeto, l’alcol va sospeso del tutto e per sempre. A.A. propone all’alcolista di smettere di bere non per tutta la vita, ma solo per le 24 ore in corso. Mara Mancina in **Breve storia di Alcolisti Anonimi** (2) spiega molto bene il significato delle 24 ore. Per il mio discorso, in modo semplicistico, è sufficiente dire: oggi per 24 ore l’alcolista non beve, domani, quando sarà diventato oggi, farà di nuovo le 24 ore e così dopodomani. Continuerà dunque ogni giorno a fare le 24 ore ed a non assumere più alcol per tutta la vita.

Dire che cos’è la malattia alcolismo e dire come si recupera l’alcolista alla sobrietà è un tutt’uno. E’ come una medaglia: su una faccia c’è la dottrina, sull’altra il metodo di recupero.

Una persona che frequenta A.A. sente pronunciare spesso alcuni motti che possiamo definire patrimonio di Alcolisti Anonimi. Desidero ora citare qui di seguito quelli che reputo più utili alla mia meditazione:

- 1) L’alcolista è incapace di controllare l’introduzione di alcol.
- 2) Quando l’alcolista assume alcol, gli scatta la compulsione.
- 3) L’alcolista non è in grado di bere con moderazione.
- 4) E’ il primo bicchiere che fa male all’alcolista, non l’ultimo.
- 5) L’alcolista non deve bere il primo bicchiere.
- 6) L’alcolista deve astenersi dall’alcol per tutta la vita.
- 7) L’alcolista deve fare le 24 ore.
- 8) **Abbiamo ammesso di essere impotenti di fronte all’alcol e di non poter più controllare la nostra vita.**

Anche se apparentemente diverse, queste proposizioni sono equivalenti e si riferiscono all’una od all’altra faccia della medaglia.

L’ottava proposizione l’ho scritta in rosso perché è il primo dei dodici passi del programma di A.A. In questo primo passo l’alcolista dichiara la propria impotenza verso l’alcol. Questa dichiarazione va quindi considerata opinione ufficiale di A.A. sull’alcolismo.

Ripeto qui la verità operativa di Alcolisti Anonimi.

L'alcolista è una persona non in grado di controllare la quantità di alcol introdotto. L'alcolista che vuole recuperare la sobrietà, deve astenersi completamente e per tutta la vita dall'alcol.

Come fare per astenersi per sempre dall'alcol, lo spiega bene Mara Mancina (2) e pertanto al suo testo rimando. Per la mia meditazione invece faccio un ulteriore passo e torno a Flaviano, quando quel giorno mi ribadì: “Ma l'alcolismo sarà sempre una malattia!” Per capire bene cosa volesse intendere, debbo dire qui che egli faceva una contrapposizione tra malattia e vizio (1 pag.39) ed anche tra malattia e dipendenza (1 pag.55). Malattia opposto di vizio; malattia opposto di dipendenza. Da questa contrapposizione si arguisce che dipendenza = vizio. Questo spiega l'ostilità di Flaviano per la parola dipendenza. Quello che lui intendeva con la parola malattia, è scritto chiaramente a pagina 78 del libro **Alcolismo Anno Zero** (1): *la malattia alcolismo precede il fatto di bere*. Quindi, secondo la sua idea, prima vi è l'incapacità a controllare l'introduzione di alcol; solo dopo questa incapacità provoca l'abuso. In caso di vizio (o di dipendenza) accadrebbe l'opposto: sarebbe l'abuso ripetuto di alcol che provoca l'incapacità a controllare l'introduzione di esso. In caso di malattia la incapacità di controllare l'introduzione di alcol sarebbe la causa, mentre in caso di dipendenza l'incapacità di controllarne l'introduzione sarebbe l'effetto. Questo spiega anche l'ostilità che Flaviano aveva per la parola *predisposizione*, la quale indicherebbe la necessità di un qualche comportamento errato voluto dalla persona perché possa realizzarsi compiutamente la incapacità a controllare l'introduzione di alcol. In questo caso non sarebbe più malattia, ma vizio. Flaviano è morto nel 1991; dopo di allora sono stati fatti molti progressi nelle nostre conoscenze scientifiche (3). Alterazioni dell'encefalogramma simili a quelle dei padri alcolisti sono state trovate in figli che ancora non hanno iniziato a bere alcol. Oggi sono più di dieci i geni conosciuti, correlati con l'alcolismo. Oltre ai geni sono chiamati in causa anche fattori acquisiti come lo stress. Nell'alcolismo vi è un'alterazione fisiopatologica del sistema limbico (dopaminergico), quello della gratificazione. Infatti la dopamina è il neurotrasmettitore responsabile delle sensazioni di piacere, di benessere e di ricompensa. Un'altra alterazione fisiopatologica è stata trovata nella corteccia cerebrale frontale, quella deputata all'inibizione, per alterazione dei recettori del GABA. Forme alleliche del gene che codifica per il recettore per l'acetilcolina di tipo muscarinico *M2 (CHRM2)*, sono correlate alle condizioni cliniche di alcolismo e di depressione maggiore. Sempre maggiori evidenze suggeriscono l'importanza che il sistema serotoninergico avrebbe nel controllo dell'impulso, per cui il deficit della serotonina potrebbe contribuire alla perdita di controllo sull'assunzione di sostanze e quindi anche di alcol. Alla fine le nostre conoscenze scientifiche riusciranno a darci la spiegazione del meccanismo per cui un soggetto è incapace di controllare la quantità di alcol introdotto. Flaviano non aveva bisogno di queste conferme. Egli meditando sul suo alcolismo, non aveva trovato alcuna azione, alcun comportamento che potesse essere la causa della sua incapacità a controllare l'introduzione di alcol. Egli si era trovato intrappolato nel suo alcolismo senza sapere come ci fosse finito dentro. Per

questo quel giorno fu così perentorio: “ma l’alcolismo sarà sempre una malattia”. Prima di concludere è importante ricordare che la definizione di alcolismo di Alcolisti Anonimi non è la stessa dell’Organizzazione Mondiale della Sanità. Abbiamo detto fin dall’inizio che A.A. ha una necessità operativa. Anche soggetti con capacità di controllare l’introduzione di alcol possono essere affetti da patologia alcol correlata. Verso questi soggetti, l’ho detto anche prima, sono possibili campagne di informazione e di educazione ad un bere moderato. Un soggetto che sa bere con moderazione, però non ha bisogno di fare le 24 ore, quindi per A.A. non è un alcolista.

- (1) Flaviano Poncipé, **Alcolismo Anno Zero**, La Valleditrice 1993
- (2) Mara Mancina, **Breve storia di Alcolisti Anonimi e relativo Programma**, www.focus12passi.it/archivio
- (3) Giovanni Addolorato, Anna Ferrulli, Lorenzo Leggio, Marco Diana, **Il craving nell’alcol-dipendenza: meccanismi fisiopatologici e trattamento**, [Il craving nell'alcol-dipendenza - Dronet](#)