

Bevande alcoliche e salute. Tutto quello che è importante sapere

di Alberto Frosi
Effigi Editore

Libro, 211 pagine
ordinabile online e da settembre 2025 in tutte le librerie

Presentazione

La disciplina dell'alcolologia, intesa come attenzione da parte della medicina alla diagnosi e al trattamento delle persone affette dalla malattia della dipendenza alcolica, si è affacciata in Italia solo nel penultimo decennio del secolo scorso, mentre fino ad allora l'alcolismo, equiparato all'ubriachezza, era stato soprattutto considerato un vizio e un'immoralità, da combattere con mezzi legali e contentivi, così da trovare collocazione, se non nelle carceri, nei letti degli ospedali psichiatrici di quei tempi.

Così, verso la fine degli anni '70 e con l'arrivo degli anni'80, iniziarono a germinare e a crescere simultaneamente e in modo indipendente iniziative di cura in alcuni reparti ospedalieri, specialmente nella gastroenterologia, ma anche in medicina, lungodegenza e psichiatria, in alcuni luoghi e grazie a qualche medico lungimirante: a Padova con Remo Naccarato, a Firenze con Antonio Morettini, a Udine con Renzo Buttolo, a Senigallia con Vincenzo Aliotta, a Bologna con Giovanni Gasbarrini, e nel comprensorio di Milano con Gaspare Jean. Ma, ancora prima, tali iniziative erano state precedute dalla comparsa dei primi gruppi di Alcolisti Anonimi, creati negli Stati Uniti nel 1935, ma in Italia sorti definitivamente a partire dal 1972 a Roma, e che da qui hanno poi generato altri gruppi rivolti anche alle altre dipendenze.

L'alcolologia si stava dunque costituendo come disciplina a sé stante, e come conseguenza sono apparse una serie di pubblicazioni di tipo sanitario, psicologico, epidemiologico, sociologico, indicative di questo nuovo interesse al problema. Tra le prime, ricordiamo appena *Alcol e Dintorni* di Mauro Ceccanti uscito nel 1989, *Alcool, alcolici, alcolismo* di Pier Maria Furlan e Rocco Picci nel 1990, *Alcolismo* di Luigi Janiri e collaboratori nel 2000, *L'alcolologia nell'ambulatorio del medico di medicina generale* di Mauro Cibin e colleghi nel 2001; permettendoci anche di rammentare il nostro *Libro Italiano di Alcolologia* (2000-2004), che in due volumi aveva raccolto il contributo di ben 146 esperti italiani di varie specialità.

Negli anni seguenti, hanno fatto seguito altri libri e manuali di argomento sanitario e psicologico.

Tra i testi epidemiologici, ricordiamo la serie prodotta dall'*Osservatorio Permanente sui Giovani e l'Alcool* a partire dal 1991, curata da Daniele Rossi, Enrico Tempesta e Michele Contel, e protrattasi nel tempo, sui temi della produzione, del consumo e dell'abuso di bevande alcoliche

Tra i volumi di pertinenza sociologica si devono almeno ricordare le pubblicazioni della scuola torinese, tra cui è da menzionare *L'ingannevole sponda* Amedeo Cottino, 1991, e i lavori di Franca Beccaria - *Alcol e generazioni*, 2010 e *La rivoluzione del bere*, 2016.

La consistente letteratura degli *Alcolisti Anonimi*, e delle associazioni ad essi parallele, si è invece in grande prevalenza diffusa internamente ai gruppi, e solo in qualche caso libri che ne illustrano le caratteristiche sono usufruibili in librerie. Pubblicazioni che sono, per converso, disponibili nel caso dei *Club Alcologici*, messi in piedi nel nostro paese più di quaranta anni fa dallo psichiatra croato Vladimir Hudolin.

Un altro recente lavoro, *Le patologie alcol-correlate*, è comparso nel 2024. Curato dal professor Fabio Caputo con la collaborazione di trenta specialisti, affronta validamente in modo sistematico l'epidemiologia, la diagnosi e il trattamento delle malattie attribuibili al consumo di bevande alcoliche.

Infine, compare ora *Bevande alcoliche e salute. Tutto quello che è importante sapere*, del dottor Alberto Frosi, che si pone, come ultimo, in questa lunga tradizione editoriale.

Che significato può avere oggi un tale ulteriore contributo?

Nel nostro caso, credo che vi siano almeno due buone utili ragioni nell'arrivo di questo testo. La prima è che, essendo scritto da un solo autore, ha le caratteristiche di una narrazione la quale, a partire dal titolo, scorre in modo discorsivo, proponendosi di divulgare informazioni che sono descritte in modo piano e piuttosto unitario, ma attente alle risultanze della scienza, con lo scopo di comprendere il fenomeno della dipendenza e, in generale, di far capire i rischi del consumo di bevande alcoliche.

L'altro aspetto è la preoccupazione trasmessaci dal dottor Frosi, che deriva dalla sua lunga vita professionale di clinico medico, dedicata alla cura delle patologie alcol-correlate e al suo insegnamento. Pur non considerandosi appartenente alla categoria dei proibizionisti, ma avendo egli a cuore i tanti aspetti della salute, Frosi cerca di informare i lettori e di promuovere la loro consapevolezza dei possibili pericoli associati al consumo alcolico; il che giustifica, tra l'altro, le molte pagine riservate all'interazione tra consumo di bevande alcoliche e il lavoro, la guida, la maternità; quelle consegnate a segnalare l'importanza dei gruppi di auto aiuto nella riabilitazione degli alcolisti; quelle relative all'impatto che il COVID-19 ha avuto sulle modalità del bere, e ai temi attualmente più discussi della politica alcolologica preventiva, cioè le ripercussioni del bere sulle malattie cardiovascolari e sul cancro.

La pubblicazione è, anche, in qualche modo, una delle tante condivisioni avvenute nel percorso che ha visto Alberto, me, e altri alcologi, partecipare insieme al gruppo *Focus sui 12 Passi*, il quale durante un trentennio ha potuto realizzare progetti e studi su e collaborazioni con le associazioni fondate sul programma dei 12 Passi di Alcolisti Anonimi.

In definitiva, questo testo è una lettura consigliabile, anche per non specialisti, ed è in grado di condurci all'interno del complesso pianeta alcol, aggiornandoci sull'odierno dibattito alcolico in corso tra i vari esperti, e mantenendoci attenti ai problemi a cui può portarci un consumo non consapevole delle bevande alcoliche.

Facendo i migliori complimenti al dottor Frosi per questa sua meritoria fatica, auguriamo a *Bevande alcoliche e salute* un'ampia diffusione tra il pubblico.

Allaman Allamani
già Coordinatore del Centro Alcologico della Azienda Sanitaria di Firenze
Consulente dell'Agenzia Regionale di Sanità Toscana

Introduzione

Subito dopo la laurea, al primo impatto come medico in un reparto di medicina generale di un grande ospedale, il problema dell'alcolismo e delle malattie alcol-correlate, mi si è presentato in modo eclatante.

Nel prosieguo della vita ospedaliera, si è confermata la drammaticità degli effetti sulla salute pubblica dell'uso-abuso delle bevande alcoliche, specie se visto dall'osservatorio dei luoghi di cura per soggetti in fase acuta di malattia.

Successivamente, l'esperienza del pronto soccorso, praticata per un quindicennio, mi ha confermato, da angolazione diversa, l'impressione che mi ero fatto lavorando solo in reparto di degenza.

Dunque, fin dai primi anni di professione sono stato spinto ad approfondire l'argomento alcol e salute.

Il caso, o forse no, ha voluto che, nell'ambito della vastissima disciplina rappresentata dalla medicina interna, mi orientassi verso la sub-specializzazione in malattie del fegato, che è, come è noto, l'organo più elettivamente colpito dal danno da alcol.

È così che, negli anni, penso di aver accumulato non poche conoscenze ed esperienza su questo argomento, non perdendo occasione di aggiornamento, di confronto e mettendomi costantemente in discussione, non solo con i colleghi, i medici delle varie branche, gli infermieri, ma anche con gli stessi pazienti e loro parenti.

Nei decenni la situazione alcolismo e malattie alcol correlate in Italia è cambiata, in meglio.

Il consumo di bevande alcoliche pro capite è sensibilmente diminuito, si sono sviluppati i servizi di prevenzione, cura e riabilitazione che non esistevano del tutto.

Ritengo che il movimento culturale e scientifico che si è sviluppato in Italia, a partire dalla fine degli anni settanta, abbia avuto un ruolo importante nel conseguire questi risultati davvero eccellenti.

La collaborazione con le associazioni di autoaiuto che operano in campo alcolologico è stata, a tal proposito, essenziale.

C'è tuttavia in atto una preoccupante tendenza ad un peggioramento della situazione, specie tra i giovani, di cui le conseguenze non possono essere avvertite in tempi brevi, tranne quelle sull'aumento degli incidenti e dei comportamenti abnormi e illegali, già sotto gli occhi di tutti.

Il pericolo che anche da noi si possa imboccare una deriva drammatica come quella che ha colpito negli ultimi decenni il Regno Unito è da tenere sempre ben presente e prevenuto in modo fermo.

Si sono poco alla volta fatti strada nuovi concetti, come quello dei "disturbi da uso dell'alcol", in un continuum di gravità, con la tendenza, peraltro a mio avviso non ancora definitiva, a sostituire i precedenti di alcolismo, alcol-dipendenza.

Il primo a cadere definitivamente è stato il concetto di "alcolismo cronico", decisamente obsoleto.

La nozione di malattie o patologie alcol-correlate conserva una solida validità, specie dal punto di vista dei danni organici causati dall'alcol.

Il concetto di uso dannoso dell'alcol tende a sostituire il concetto di abuso alcolico.

In questo testo il termine alcolismo verrà ancora utilizzato per comodità comunicativa, essendo esso di uso corrente.

Lo stimolo ad approfondire ulteriormente l'argomento alcol e salute umana mi è venuto da lezioni che sono stato chiamato a tenere a un corso di laurea per infermieri, nell'ambito di un seminario annuale che vede impegnate altre figure professionali interessate al tema alcol e salute.

L'iniziativa di questo collegamento tra Università e professionisti in campo alcolico, è partita meritoriamente dall'associazione Alcolisti Anonimi e vede la partecipazione diretta di suoi rappresentanti, i quali portano loro personali testimonianze.

Un ringraziamento va all'associazione medesima e ai docenti e direttori di sezione della Facoltà di Infermieristica dell'Università Milano Bicocca, con sede all'Ospedale Manzoni di Lecco, che hanno reso possibile l'evento didattico, riproposto annualmente da diversi anni.

I corsi di laurea sia per medici sia per infermieri dovrebbero contenere obbligatoriamente questo tipo di formazione ma ciò in pratica, a mia conoscenza, non avviene in modo sistematico.

L'interesse, tra i giovani studenti, è testimoniato dall'alto numero di iscrizioni ad un corso elettivo come quello cui ho accennato.

La scelta degli argomenti, inizialmente trattati nelle lezioni, deriva dalle esigenze di formazione, da me individuate, dei giovani futuri infermieri.

In seguito ho deciso di approfondire altri argomenti, specie quelli relativamente meno noti, oppure maggiormente controversi, nell'ampissimo tema alcol e salute, come alcol e cancro, alcol e malattie cardiovascolari, alcol e lavoro, ed altri di grande attualità e rilevanza.

Così sono nati i capitoli di questo libro, che non vuole e non può essere una sorta di piccolo trattato.

Molte nozioni specialistiche riguardanti alcol e salute sono facilmente reperibili in pubblicazioni di ottimo livello, oltre che su siti qualificati e attendibili sulla rete internet.

Qui si sono volute sintetizzare alcune nozioni e acquisizioni aggiornate su singoli temi specifici, a mio avviso di interesse per alcune categorie di lettori e, credo, anche per il lettore semplicemente curioso di addentrarsi nell'argomento.

Le basi sono scientifiche rigorose ma c'è stato un impegno a rendere il testo il più divulgativo possibile. Concetti tecnici, così come pure i grafici presentati, sono spiegati in modo semplice ed accessibile. Per chi lavora nell'ambito sanitario, sono anche fornite nozioni più specifiche di pratica utilità. Del resto, come sappiamo, anche la popolazione generale è costantemente alla ricerca sul web di informazioni di carattere medico, anche specialistico, spesso incorrendo in fonti poco o per nulla attendibili.

Le nozioni confermate dalla letteratura scientifica sono corroborate da una lunga e pregnante esperienza, vissuta sul campo.

La letteratura scientifica più frequentemente utilizzata risente della mia formazione, cioè internistica generale ed epatologica, come subspecialità. Si tratta per lo più delle riviste medico scientifiche da me consultate regolarmente nel corso degli anni, senza alcuna pretesa di revisione sistematica della produzione di lavori, che è enorme, sull'argomento.

L'intento è di trattare, in ciascun capitolo, ogni singolo argomento in modo organico e coerente, evitando eccessivi richiami ad altre parti del libro, per gli innumerevoli collegamenti che esistono all'interno di una materia che ha lo stesso comun denominatore. Ciò ha comportato alcune ripetizioni, peraltro utili a ribadire concetti fondamentali.

Come ultima ma importante annotazione, tengo ad affermare che il mio pensiero è scevro da qualsiasi risvolto giudicante rispetto all'uso di bevande alcoliche, essendo ben consapevole che esse hanno accompagnato per millenni la civiltà umana, fin dalle origini, coinvolgendo inestricabilmente aspetti culturali, alimentari ed economici di tale rilevanza da non poterne prescindere.

Alberto Frosi