

RASSEGNA STAMPA SU VINO, BIRRA E ALTRI ALCOLICI

A cura di Roberto Argenta, Guido Dellagiacoma, Alessandro Sbarbada

REPUBBLICA.IT

Ecco una buona notizia: sorpresa, la birra non fa ingrassare

Lungi dall'essere un cattivo alleato per la nostra salute, "può apportare nutrienti positivi con un basso livello di calorie"

di LARA DE LUNA

https://www.repubblica.it/sapori/2019/03/25/news/birra_e_calorie_ricerca_assobirra-222258314/?ref=fbpr&fbclid=IwAR3f5bTr_3haF7tGqQXCXeVxwYcX1BCwt-mejFV8nIDagFvhuboXVa-DIsY

"La birra non fa male. La birra fa dimagrire. La birra fa bene". Sono alcuni dei claim di notizie più o meno vere che negli ultimi anni sono rimbaltate tra i meandri del web, complici ovviamente i social network, andando ad alimentare apparentemente solo una serie di dicerie e credenze buone per i creduloni, o poco più. In realtà però c'è molto di vero in quelle frasi, e a portarlo alla luce è stata una ricerca condotta su richiesta di AssoBirra. Secondo cui la birra non fa dimagrire, magari, ma è ipocalorica e naturale.

In Italia - ed è innegabile - è in atto una primavera della birra, testimoniata dall'ampliamento dell'offerta di prodotto, dal boom dei micro birrifici artigianali, dalla nascita di iniziative dedicate mirate ad ampliarne il raggio d'azione e ad avvicinarla ad altri comparti della ristorazione. E, ovviamente, dall'aumento dei consumi. Oggi "più di tre italiani su quattro consumano birra, con valori in crescita negli ultimi cinque anni", una crescita in cui le quote rosa fanno la loro parte, visto che nello stesso arco di tempo "più 4 donne su 5 hanno aumentato il loro consumo di questa bevanda", facendo arrivare al 70% la "quota rosa" che abitualmente beve birra. Una crescita notevole che, sposata a un generale rinascimento dell'alimentazione che sta avendo luogo in questi anni nel nostro paese, porta anche a una naturale voglia di sapere di più di quello che si beve. Alla necessità di informarsi e quindi alla naturale capacità di sfatare molti miti. Magari grazie a una chiacchierata con un maestro birraio in un piccolo birrificio artigianale.

Secondo la ricerca di AssoBirra, infatti, più del 40% degli intervistati pensa che sia "adatta a un'alimentazione sana", ben il 52% la reputa una "bevanda facilmente digeribile" e le viene riconosciuta anche una capacità antiossidante da "oltre il 39% degli intervistati" senza distinzione di sesso, segno che il binomio uomo&birra visto come una piccola enclave inscindibile, insieme a tutti i clichè che ne conseguono, oramai è sorpassato. Lontana dall'immagine di liquido "malvagio", rozzo, senza qualità, la birra è una bevanda tendenzialmente naturale e poco calorica e, secondo la ricerca, "apporta al nostro organismo sostanze utili dal punto di vista nutritivo ed energetico; costituita da acqua per circa il 90-93%, contiene minerali utili come il potassio e il magnesio, microelementi come lo zinco, il selenio e vitamine idrosolubili (B2, B3 e folati). Ma anche fibre e poco alcol" che le permettono, se consumata con moderazione "di apportare sostanze nutritive a basso contenuto calorico. Un bicchiere di birra chiara da 250cc, infatti, contiene meno di 85kcal, un quantitativo inferiore rispetto a tante bevande di consumo quotidiano".

Un rovescio notevole della medaglia se consideriamo la cattiva fama di bevanda poco salutare. (*) Fama che però deriva soprattutto dal fatto che "specialmente in alcuni Paesi del Nord Europa viene abbinata a pietanze molto ricche e grasse o assunta in quantità elevate. Al contrario, un consumo moderato nell'ambito di un'alimentazione corretta e bilanciata, come la dieta mediterranea, rende la birra perfetta per l'accompagnamento ai cibi".

(*) Nota: che Assobirra cerchi di promuovere la birra è normale. Che diversi giornali – non solo Repubblica – oggi titolino “La birra non fa ingrassare” è vergognoso.

Cosa direste se Repubblica scrivesse che la parmigiana di melanzane non fa ingrassare perché la bignolata è più calorica? Qui il ragionamento è uguale, la birra non farebbe ingrassare perché - invece di confrontarla, come sarebbe normale, con l’acqua – la si confronta con bevande più caloriche.

Soprattutto si omette di citare l’effetto tossico e cancerogeno dell’etanolo, che nelle birre artigianali è la stessa molecola che c’è nelle birre industriali.

Se più donne consumano birra, più alti sono i rischi per il cancro al seno, e per tante altre patologie: c’è ben poco da festeggiare.

ACAT CARPI MIRANDOLA

A Carpi percorso di sensibilizzazione all'approccio ecologico -sociale e alla promozione del benessere nella comunità

IL CENTRO ALCOLOGICO TERRITORIALE FUNZIONALE DI CARPI, in collaborazione con ACAT CARPI MIRANDOLA e SERVIZIO SANITARIO REGIONALE EMILIA-ROMAGNA, organizza un percorso di sensibilizzazione all'approccio ecologico-sociale e alla promozione del benessere nella comunità presso la casa del volontariato di Carpi di via Peruzzi 22 suddiviso in 8 serate a partire dall' 11 aprile al 13 giugno 2019.

Il corso è gratuito e sono richiesti gli accreditamenti ECM.

I temi trattati sono: LA SALUTE, ECOLOGIA SOCIALE E STILI DI VITA, UNO STILE DI VITA DIFFUSO, LA FAMIGLIA, PROMOZIONE E PROTEZIONE DELLA SALUTE, LA RETE SOCIALE, SPIRITUALITA' ANTROPOLOGICA (cambiamento, solidarietà e responsabilità personale).

Al termine del corso verranno rilasciati gli attestati di partecipazione.

Il corso è destinato a chiunque e a qualsiasi titolo sia interessato ad occuparsi di promozione e protezione della salute nella comunità.

Nel corso si svilupperà la conoscenza dell'approccio ECOLOGICO-SOCIALE, si trasmetteranno conoscenze teoriche -pratiche relative alle difficoltà legate a stili di vita dolorosi (uso di alcol, di altre droghe, dell'azzardo, delle nuove tecnologie, del web, ecc...)

Il percorso si svilupperà attraverso lezioni interattive e riflessioni in comunità, promuovendo la partecipazione al processo di sensibilizzazione dei corsisti attraverso il lavoro in piccoli gruppi autogestiti e la discussione delle loro conclusioni.

E' inoltre previsto che i corsisti partecipino a due incontri delle comunità multifamigliari dei Club del territorio in modo da facilitare il più possibile la conoscenza diretta dell'esperienza delle famiglie.

Per informazioni: stefanomazzoli56@gmail.com

TELENORD – Salute sanità - YOUTUBE

Alcol: fa davvero male? Lo abbiamo chiesto a un epatologo

Gianni Testino è direttore del Centro Alcolico Regionale Asl3. Epatologo, lo abbiamo intervistato per indagare sul consumo di alcol consentito per non rischiare alcune patologie come i tumori. Il dottore ci ha raccontato come l'alcol viene smaltito e quanti bicchieri ci

mettono a rischio. Abbiamo parlato di giovani e alcol, di alcol in gravidanza, delle differenze tra uomo e donna, ma anche della polidipendenza, ovvero la dipendenza combinata da alcol, fumo e stupefacenti, di alcol e sonno (no, non è vero che dopo un bicchiere si beve meglio) e anche da disturbi da abuso di alcolici, di sessualità.

Al seguente link potete accedere a un'interessante intervista al dottor Gianni Testino:

<https://www.youtube.com/watch?v=SMTXmqYYQ2w> .

TELECLUBITALIA

Piedimonte Matese, 52enne si ubriaca e ferisce la madre anziana con delle forbici

Nella tarda serata di ieri, in Piedimonte Matese, i Carabinieri del nucleo operativo e radiomobile del locale Comando Compagnia hanno tratto in arresto, per maltrattamenti in famiglia e lesioni aggravate, un 52enne del luogo. I militari dell'Arma, a seguito di segnalazione al 112 sono intervenuti presso l'abitazione bloccando l'uomo che poco prima, in stato di alterazione psico-fisica legata all'abuso di sostanze alcoliche, aveva aggredito la sorella di 54 anni, colpendola con calci e pugni al capo e al corpo e ferendola con delle forbici alla mano destra nonché ferito alla mano sinistra la madre 80enne utilizzando le stesse forbici.

TOSCANAMEDIANEWS

L'anziana madre malmenata per i soldi

Incubo tra le mura di casa per una donna costretta a sopportare le vessazioni del figlio che con il denaro estorto comprava gli alcolici

MONTECATINI TERME — I carabinieri di Montecatini Terme hanno notificato a un uomo di 45 anni il divieto di avvicinamento alla madre 72enne. Le indagini, infatti, hanno permesso di ricostruire le vessazioni a cui la donna più volte è stata sottoposta dal figlio che la malmenava e la minacciava per estorcerle denaro. Con i soldi il 45enne, pregiudicato e disoccupato, andava a comprarsi gli alcolici.

IL FATTO QUOTIDIANO

Beve alcol e si mette al volante di un pullman con 45 studenti

Il bus è stato fermato sulla A11 Firenze-Mare dopo una segnalazione alla Polstrada.

Il conducente aveva un tasso alcolemico di 0,66: multa e ritiro della patente

Ha bevuto alcol (*) prima di mettersi alla guida di un pullman con 45 studenti di liceo. E' accaduto in Toscana venerdì scorso, anche se l'episodio è divenuto noto solo oggi. A denunciare l'autista è stata la Polizia stradale che è intervenuta lungo la A11, la Firenze-Mare, per fermare tre autobus. A bordo c'erano circa 150 persone tra studenti e insegnanti del liceo scientifico di Vairano Patenora (in provincia di Caserta) che si trovavano in zona per una gita scolastica dopo una segnalazione arrivata alla centrale operativa. Nella telefonata è stato spiegato che gli autisti avevano bevuto alcolici. Due pattuglie della Stradale di Montecatini hanno bloccato la colonna dei pullman e hanno sottoposto i tre conducenti all'alcol test. Uno di loro è risultato positivo, con un tasso alcolemico di 0,66 grammi per litro (come noto il limite è

di 0,5). (**) L'autista ha provato a giustificarsi dicendo che aveva bevuto "appena un goccino", ma i poliziotti hanno risposto che chi svolge la professione di autista quando si mette al volante non deve mai bere. La Polstrada gli ha ritirato la patente e lo ha pure sanzionato con oltre 700 euro, consentendo al bus di ripartire solo dopo che è giunto a Montecatini un altro autista.

(*) Nota: naturalmente non è così, non ha bevuto "alcol". Ha bevuto vino, o birra, o un altro alcolico.

(**) Nota: naturalmente non è così, il limite per i conducenti professionali è zero.

COMUNE DI SCANDICCI

Club Alcolisti in Trattamento, il 29.3 Acat Scandicci festeggia i 30 anni di attività

L'Associazione dei Club degli Alcolisti in trattamento di Scandicci ha compiuto 30 anni di attività. Per l'occasione venerdì 29 marzo 2019 alle 18 nella Sala Consiliare Orazio Barbieri del Comune di Scandicci si svolgerà la festa per il trentennale, alla presenza del Sindaco Sandro Fallani. L'Acat Scandicci nasce nel 1988 e oggi comprende 9 Club dislocati nel territorio del Comune di Scandicci, nei quartieri di Santa Rosa e Galluzzo e nel Comune di Lastra a Signa. In questi trent'anni sono state centinaia le famiglie che hanno frequentato i club di Scandicci e che hanno risolto il loro problema con l'alcol. Oggi sono circa 80 le famiglie che si ritrovano ogni settimana per confrontarsi sui loro problemi e aiutarsi verso l'obiettivo della sobrietà.

"Nel tempo l'Acat Scandicci è divenuta un riferimento importante per la comunità facendo parte della rete del volontariato del Comune di Scandicci", spiegano i promotori, "In particolare in questi ultimi anni l'associazione ha trovato nell'Amministrazione Comunale un riferimento costante e un sostegno sensibile e fattivo, che si è concretizzato in varie iniziative e progetti di formazione e prevenzione sul territorio, l'ultimo dei quali dal titolo 'Se così fan tutti... Alcol, tabacco e gioco d'azzardo: tra cultura e rischio', realizzato con il contributo della Regione Toscana ed ha avuto avvio nel 2018 con un Corso di sensibilizzazione, che si è svolto nella prestigiosa sede della Fabbrica dei Saperi e ha visto la partecipazione di circa 50 corsisti, e che si concluderà con il workshop 'Alcol e donna' rivolto agli operatori socio-sanitari che si terrà al Castello dell'Acciaiuolo nei giorni 5 e 6 giugno prossimi".

I Club degli Alcolisti in Trattamento furono creati a Zagabria nel 1964 dal Prof. Vladimir Hudolin e da allora si sono diffusi in numerosi paesi del mondo diventando una delle maggiori risorse per le famiglie che soffrono per i problemi legati all'uso di alcol e ad altre problematiche come l'uso di altre droghe, il gioco d'azzardo o simili. Al club partecipa tutta la famiglia dove è presente un problema con l'alcol e ogni club è composto da un minimo di due ad un massimo di dodici famiglie più un servitore-insegnante che è un operatore formato sui problemi legati all'uso di alcol e sul lavoro dei Club.

Le famiglie si riuniscono per un'ora e mezza la settimana per scambiare le proprie esperienze e modificare il proprio stile di vita a cominciare dall'interruzione dell'uso di alcol. Con la frequenza al Club oltre il 70 per cento delle famiglie risolve il problema con l'alcol e migliora lo stile di vita.

Chi è interessato a contattare l'Associazione per problemi personali o che riguardano persone della propria famiglia può scrivere ad acat.scandicci@gmail.com oppure chiamare il 3386750696.