

RASSEGNA STAMPA SU VINO, BIRRA E ALTRI ALCOLICI

A cura di Roberto Argenta, Guido Dellagiacoma, Alessandro Sbarbada

SETTORETECNICO.FIGC.IT

LA BIRRA COME REINTEGRATORE IDRO-SALINO DOPO UNO SFORZO FISICO: È POSSIBILE?

ROMA, 4 maggio 2016 - Il Dottor Luca Gatteschi, componente della Sezione Medica del Settore Tecnico della FIGC e Medico della Nazionale Italiana di calcio, interverrà a Roma giovedì prossimo, 12 maggio, al convegno nazionale dal titolo "La birra nella supplementazione post-gara degli sportivi amatoriali e d'élite".

L'incontro, organizzato da CREA – Alimenti e Nutrizione (Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria), affronta la tematica della supplementazione degli atleti - sia amatoriali che di élite - a seguito di uno sforzo fisico intenso, analizzando la reintegrazione idro-salina con il prodotto birra. (*) (**)

http://sito.entecra.it/portale/public/documenti/brochurebirra&sport_12maggio2016.pdf

(*) Nota: per capire che la birra come reintegratore dopo lo sport non è una buona idea non occorre un Convegno nazionale, basta un pizzico di buon senso.

Ma siccome pare che questo buon senso a volte sia latitante, ben vengano le puntuali, ineccepibili precisazioni di Emanuele Scafato, sotto riportate.

(**) COMMENTO DI EMANUELE SCAFATO – da facebook

Birra come reintegratore idro-salino nello sport: è possibile?

Ma dai! Ovviamente improbabile e sicuramente non raccomandabile da un medico alla luce delle evidenze disponibili se le si vuole considerare nella giusta ottica di oggettività che contraddistingue la Ricerca.

A questo ancora non ci avevano pensato neppure i ricercatori che hanno fatto gli studi a cui il convegno si riferisce e che correttamente concludevano che la birra (sotto i 3 gradi...) "non è peggio" dell'acqua o "né meglio, né peggio"(In none of these parameters we found neither a specific nor a negative effect that could be attributed to the intake of beer compared to the intake of just water).

Sorprende che il medico della Nazionale di calcio Luca Gatteschi, ottimo professionista che ha "lanciato" questa che spero sia SOLO una provocazione, disconosca i manuali della stessa FIGC e della FMSI perché ... DOMANDA : può uno sportivo ritenere che assumendo 600 ml di ALCOL dopo OGNI allenamento migliori l'IDRATAZIONE e NON PEGGIORI lo stato di salute - non misurato nel lungo termine negli "esperimenti"?

Ai medici sportivi che si pregiano di lavorare con le Federazioni Sportive e a tutti gli sportivi insegnano per caso che :

- serve un calorico per reidratarsi, una bevanda che fa recuperare 150 calorie a "reidratazione"?

- serve aggiungere $150 \times 4 = 600$ Kcal a settimana pari a 2400 kcal al mese ?

E incrementare il rischio di cancro e di oltre 220 patologie considerato che il consumo alcolico nel consumatore abituale è AGGIUNTIVO rispetto a quello abituale?

Il consumo di alcolici non è di alcuna apparente utilità nel calciatore, in qualsiasi fase del processo di idratazione.

Al contrario, può interferire con questo processo, e provocare un aumento di peso.

NON è sportivo tutto ciò, SALUTARE sicuramente NO.

Pronto al contraddittorio con o insieme ai ricercatori del CRA-NUT che ospita il Convegno ... di Andrea Ghiselli conosco l'opinione già espressa in numerose occasioni e contesti scientifici ... perché è di Scienza che parliamo vero?

Beviamoci una birra o quello che ci piace solo perché ci piace ma non forniamo informazioni che presentano un elevato grado di contraddizione, nessun consenso scientifico e nessun vantaggio per chi sa che sport è salute ... e se si vuole veramente il confronto scientifico lo si favorisca; un convegno nazionale in un centro di ricerca pubblico è un'opportunità che richiede contraddittorio seguendo le regole della comunità scientifica lasciando da parte le rispettabili opinioni di tutti ... così la ricerca diventa risorsa per la collettività.

LANUOVA PROVINCIA.IT

Vino all'Adunata, Brignolo dirà no al divieto?

Nelle stanze municipali si stanno cercando di smussare gli angoli e le spigolature per far sì che questa Adunata degli alpini non resti a "secco"

Vino sì vino no, questo è il dilemma! Contano più i problemi legati alla sicurezza della città e dei cittadini, o le tradizioni alpine che si tramandano inalterate ormai da 89 anni? In questi giorni gli animi fremono e si corre per ultimare in tempo tutto ciò che serve per presentare la città nel migliore dei modi alle "penne nere" e ai turisti che vorranno venire ad Asti per assistere direttamente alla tre giorni di adunata nazionale.

Ma nelle stanze municipali si stanno cercando di smussare gli angoli e le spigolature per far sì che questa Adunata degli alpini non sia a "secco" e che il vino possa essere regolarmente somministrato, venduto e bevuto. Da voci di corridoio sembra che il sindaco, dopo aver ricevuto una precisa richiesta in tal senso, sia intenzionato a non emettere l'ordinanza di divieto di somministrazione di bevande alcoliche e del vino durante la "tre giorni" e lasciare le "penne nere" libere di seguire la loro tradizione. (*)

L'incontro chiarificatore avrà luogo domani, mercoledì. Il primo cittadino spera di riuscire a invertire la rotta e a far considerare l'eventualità di non emanare un'ordinanza restrittiva. Fabrizio Brignolo ha già parlato della questione con il prefetto, che sembrerebbe ben intenzionato nei confronti degli alpini. Ha

anche incontrato gli esponenti del Comitato organizzatore chiedendo loro delucidazioni circa il comportamento tenuto dai sindaci delle altre città in cui, nel passato, si è svolta l'adunata nazionale.

Secondo le informazioni ricevute pare che nessuna città italiana abbia mai emesso un'ordinanza del genere. Anzi, lo scorso anno L'Aquila avrebbe sospeso, in occasione dell'adunata, un'ordinanza restrittiva in tal senso che era in vigore per altre ragioni. Insomma, tutto farebbe propendere per una decisione che possa mettere Asti, città conosciuta nel mondo proprio per il vino, nelle condizioni di presentare a tutti il suo volto migliore, quello cioè del prodotto principe del territorio: il vino. (**)

Il primo cittadino sarebbe intenzionato a non emettere l'ordinanza, ma l'ultima parola verrà pronunciata proprio in occasione dell'incontro sulla sicurezza in programma, come già detto, per domani, mercoledì. Non rimane che attendere fiduciosi e intanto brindare alla salute degli alpini.

Flavio Duretto

(*) Nota: probabilmente il Sindaco non emetterà l'ordinanza, e il vino scorrerà a fiumi, come sempre in questo tipo di manifestazioni.

Ma che ad Asti si stia discutendo la presenza del vino in un raduno nazionale degli alpini mi pare comunque una bellissima notizia.

(**) Nota: questa rassegna stampa testimonia ogni giorno, da 14 anni, come il vino spesso non sia "il volto migliore" delle nostre comunità.

LA REPUBBLICA Genova

Alcol e violenze in casa, il doppio allarme per gli adolescenti

I risultati su un campione di 1126 ragazzi genovesi delle Medie raccolti dagli esperti del San Martino

di GIULIA DESTEFANIS

Un campione di 1126 ragazzi delle scuole medie genovesi. Classi seconde e terze, età compresa tra i 12 e i 14 anni. Un questionario, una dozzina di domande sul consumo di alcol proprio e della famiglia: e un risultato preoccupante. Che, cioè, nell'ultimo anno il 54% di loro ha bevuto bevande alcoliche, nel 15% dei casi l'alcol causa problemi gravi in famiglia, e di questi il 70% di episodi sono di violenza, verbale o fisica. A raccogliere ed elaborare i dati l'operatrice socio sanitaria del San Martino Patrizia Balbinot, nell'ambito del progetto "Educazione a corretti stili di vita" coordinato dal direttore del Centro alcologico regionale Gianni Testino. L'epatologo – insieme ad altri specialisti perché la formazione fosse a 360 gradi sugli stili di vita e non solo sull'abuso di alcol – ha incontrato tra le "lezioni" nello stesso San Martino e quelle nelle scuole 1487 studenti di diversi istituti, dal Barabino al Burlando, dalle Barrili al comprensivo di Santa Margherita Ligure. E poi i ragazzi di due scuole superiori, gli Emiliani e il Duchessa di Galliera, che però sono stati esclusi dal campione finale: ci si è concentrati sui ragazzi più giovani, sotto i 14 anni, e sulle risposte date in forma anonima al questionario consegnato loro prima degli incontri. «È l'età la chiave di lettura dei dati – spiega Testino – Parliamo non solo di minori di 18 anni, ai quali è vietata per legge la vendita e la somministrazione di alcolici, ma di ragazzi davvero giovani». Prima ancora delle ammissioni su quanto il problema è diffuso in famiglia, ci sono quelle sul consumo

personale: con tanto di motivazioni, che in oltre la metà dei casi (64%) di quel 54% che dichiara di aver bevuto di recente, sono la necessità di sentirsi grandi o accettati dal gruppo. Si beve perché si pensa sia l'unico modo per stare bene con gli altri. Ancora: il 15% dei ragazzi dice di aver praticato binge drinking, ovvero il consumo di più bevande in un'unica occasione, e di essersi ubriacato al punto di stare male. Non conoscono (almeno nel 93% dei casi) l'espressione binge drinking, ma lo mettono già in pratica. «Al di là del nome, ciò che non conoscono sono i danni che provoca – continua Testino – Quando si beve tanto, in tutti noi ma nei ragazzi ancora di più, si infiamma il cervello per l'aumento nel liquido cerebrale delle citochine, i fattori dell'infiammazione. E rallenta il rimodellamento cerebrale. Se succede oltre 4 volte l'anno il rallentamento è significativo, se lo si pratica per 2 o 3 anni si rischiano danni irreversibili». Poi ci sono i danni al fegato, che sotto i 20 anni non è in grado di smaltire l'alcol e perde parzialmente le sue funzioni ogni volta che si esagera. «Alla luce di tutto ciò – continua Testino – È preoccupante non solo il 15% di minori di 14 anni che ha scritto di essersi ubriacato, per altro con un 10% che ammette di aver causato sotto l'effetto di alcol danni o aggressioni verbali. Ma soprattutto l'1,5% che dice di bere tutti i giorni e l'1,3% che nota già conseguenti difficoltà nelle attività quotidiane, per esempio scolastiche: percentuali basse, ma comunque esistenti, di baby dipendenti». Poi le rivelazioni sulle famiglie: 170 ragazzi, il 15%, segnalano problemi legati all'alcol. E di questi il 70% dei casi si trasforma in maltrattamenti, liti, violenza psicologica. «Dati indicativi di un forte disagio, e crediamo siano sottostimati perché spesso i ragazzini non si accorgono dei problemi relazionali tra i genitori, se non di quelli più eclatanti». Solo l'11% di loro, infine, dichiara di aver sentito parlare di questi temi dai medici: una carenza di informazione che progetti come questo – che l'anno prossimo riprenderanno e anche con bambini più piccoli – contribuiscono a colmare.

ROMA TODAY

Incidente a Guidonia: ubriaco alla guida di un furgone investe e uccide 37enne

L'autista è stato arrestato dai carabinieri con l'accusa di omicidio stradale

Investimento mortale all'Albuccione di Guidonia dove un uomo di 37 anni è morto dopo essere stato travolto da un furgone. La tragedia intorno alle 20:30 della serata di domenica 8 maggio mentre la vittima, un cittadino siciliano residente nella frazione del Comune di Guidonia Montecelio, è stato colpito da un furgone mentre si trovava in via Alcide De Gasperi assieme ad altre tre persone, rimaste invece illese. Trasportato d'urgenza all'ospedale San Giovanni Evangelista di Tivoli dai suoi familiari dopo essere stato travolto dal furgone, per il pedone non c'è stato nulla da fare, è deceduto dopo l'arrivo al nosocomio tiburtino a causa delle gravi ferite riportate.

OMICIDIO STRADALE - Ad allertare i soccorritori l'autista del furgone, un cittadino romeno di 35 anni residente a Guidonia. Sottoposto ad alcol e drug test, il conducente del mezzo è risultato avere un tasso alcolemico superiore ad 1,5 mg/l, per poi essere arrestato con l'accusa di "omicidio stradale" dai carabinieri della Tenenza di Guidonia diretti dal capitano Andrea Cinus e coordinati dal Tenente Alessandro Caprio intervenuti sul posto. (*)

(*) Nota a cura di ASAPS: GLI EFFETTI DELLA LEGGE SULL'OMICIDIO STRADALE

Sottoposto ad alcol e drug test, il conducente del mezzo è risultato avere un tasso alcolemico superiore ad 1,5 mg/l, per poi essere arrestato con l'accusa di "omicidio stradale" dai carabinieri della Tenenza di Guidonia. (ASAPS)

RAVENNANOTIZIE

Investe pedone con l'auto: 35enne trovato con tasso alcolemico due volte oltre il limite consentito

Un 35enne, di nazionalità lettone, residente fuori provincia, è stato denunciato, nei giorni scorsi, dalla Polizia Municipale di Ravenna - Ufficio Infortunistica, per guida in stato di ebbrezza. La violazione è emersa in seguito ad un intervento per un incidente stradale verificatosi sabato pomeriggio, intorno alle 16.30, in via Circonvallazione alla Rotonda dei Goti.

Coinvolti nel sinistro, un'autovettura, condotta appunto dal 35enne, ed un pedone, una donna di 64 anni, che ha riportato lesioni di media gravità.

L'uomo, sottoposto all'etilometro, è risultato positivo all'assunzione di sostanze alcoliche, con valori circa il doppio del consentito. Per lui sono scattati, oltre alla denuncia, il ritiro della patente, ai fini della sospensione, il fermo del mezzo nonché il previsto verbale, ai sensi del Codice della Strada, per aver superato un veicolo fermo al passaggio pedonale, per consentire l'attraversamento di pedone.

Un'altra guida in stato di ebbrezza è stata accertata venerdì sera, nei confronti di un cittadino extracomunitario, fermato al volante di un'autovettura, con tasso alcolemico oltre il doppio del limite. L'irregolarità è emersa nell'ambito di un posto di controllo, disposto dal Questore, in via Canalazzo. Durante la verifica dei documenti, il conducente manifestava evidenti sintomi da alterazione alcolica: è stato quindi sottoposto alla prova etilometro, la quale dava esito positivo con valori oltre il doppio della soglia stabilita.

Immediati i provvedimenti amministrativi e penali a suo carico, con accompagnamento dello stesso presso la locale Questura per gli ulteriori accertamenti relativi al regolare possesso del permesso di soggiorno.

ADNKRONOS

Guida l'autobus da ubriaco, passeggero chiama la polizia: autista denunciato a Siena

Si è messo alla guida dell'autobus, sostitutivo del treno sulla tratta Empoli-Siena, dopo aver bevuto. Un passeggero preoccupato per la propria incolumità e quella delle altre persone a bordo, ha chiamato la polizia che immediatamente è intervenuta presso piazzale Rosselli a Siena, dove il pullman faceva capolinea.

I poliziotti delle volanti della questura hanno visto arrivare da lontano il mezzo, che hanno aspettato sul posto, hanno fatto scendere i passeggeri, circa una decina, e poi si sono avvicinati al conducente.

Dopo averlo identificato, le forze dell'ordine hanno subito verificato che il 49enne presentava tutti i sintomi dell'ebbrezza alcolica, come l'andatura barcollante con equilibrio precario, l'alito vinoso e forti

difficoltà ad articolare il linguaggio. A quel punto lo hanno sottoposto all'alcool test che è risultato positivo per oltre 2 gr/l.

Immediato è stato il ritiro della patente di guida, per la sua successiva revoca e la denuncia penale per guida in stato di ebbrezza.

A seguito di successivi accertamenti svolti dalla polizia è emerso che l'uomo era stato regolarmente assunto a tempo indeterminato dall'azienda incaricata di effettuare il servizio di trasporto in sostituzione dei treni negli orari previsti.

L'aver condotto l'autobus in quello stato costituisce una specifica ipotesi di reato per la quale sono previste pene più gravi rispetto a quelle ordinarie, e precisamente l'ammenda da 2000 a 9000 euro, arresto da 8 mesi ad 1 anno e mezzo, e revoca della patente di guida, rispetto all'ammenda da 1500 a 6000 euro, l'arresto da 6 mesi ad 1 anno e la sospensione della patente da 1 a 2 anni.

IL SOLE 24 ORE

Alcoltest, inutile soffiare poco

Autore: Maurizio Caprino

Non ci si può salvare dalle sanzioni per guida in stato di ebbrezza nemmeno quando l'etilometro, assieme al risultato numerico della misurazione, dà il responso di "volume insufficiente". Però l'importanza centrale del risultato numerico ha anche una conseguenza favorevole al conducente: il giudice non può addebitargli un tasso alcolemico superiore a quello misurato solo perché il test si è svolto a distanza di tempo da quando l'interessato era alla guida. Sono principi che si ricavano da due sentenze depositate ieri dalla Quarta sezione penale della Cassazione, rispettivamente la 19161 e la 19176. La prima si riferisce a un caso non raro: quello in cui l'etilometro riesce a rilevare la quantità di alcol presente nel respiro (dalla quale poi - in base a un tasso di conversione su cui i dubbi di attendibilità scientifica sono molteplici - desume quella presente nel sangue, unico parametro ammesso dal Codice della strada), ma nello scontrino stampato, assieme al dato numerico, fa apparire l'indicazione di "volume insufficiente". Accade quando l'interessato non riesce a soffiare un volume d'aria pienamente sufficiente, ma non tanto esiguo da rendere impossibile la misurazione. Secondo la Corte, quest'ultima è valida per il principio del favor rei: la bassa quantità d'aria fa diminuire anche quella di alcol. In questo modo, si chiude un'altra porta per chi cerca di evitare le sanzioni fingendo di avere problemi nel soffiare abbastanza. Problemi che erano una sorta di ultima spiaggia, visto che già da tempo (1995) la Cassazione aveva ammesso la colpevolezza per chi non riusciva per nulla a soffiare.

La seconda sentenza riguarda invece un guidatore cui l'etilometro aveva rilevato un'ebbrezza "media" (tasso alcolemico compreso tra 0,81 e 1,5 g/l), ma era stato condannato per quella "grave". La Corte d'appello aveva desunto un tasso effettivo superiore a 1,5 perché la rilevazione era avvenuta due ore dopo la guida (conclusasi con un incidente), lasso di tempo trascorso il quale il tasso inizia a scendere. Ma per la Cassazione questa motivazione è illogica: l'unico caso in cui la giurisprudenza di merito ammette che si possa fare a meno dell'etilometro si ha quando gli agenti sono in grado di descrivere in modo completo e attendibile i sintomi che consentono di individuare non solo lo stato di ebbrezza ma anche la sua gravità.

