RASSEGNA STAMPA QUOTIDIANA SU VINO, BIRRA ED ALTRI ALCOLICI
A cura di Alessandro Sbarbada, Guido Dellagiacoma, Roberto Argenta

UN CONFRONTO TRA I DATI DELL'ISTAT DELLO SCORSO ANNO E QUELLI PUBBLICATI NELLA RELAZIONE AL PARLAMENTO DI QUEST'ANNO.

http://www.t-mag.it/2014/03/12/luso-labuso-e-il-consumo-di-alcol/
L'USO, L'ABUSO E IL CONSUMO DI ALCOL (*)
di Mirko Spadoni
Un'abitudine sempre più in voga. Tra il 2002 e il 2012 è infatti cresciuto il numero dei consumatori di bevande alcoliche lontano dai pasti, passati dal 23,1% al 26,9% nella popolazione di oltre 14 anni. Un incremento che ha coinvolto sia gli uomini, ma principalmente le donne: dieci anni fa erano il 12,1% oggi sono il 16%. Questo è quanto emerge dalla Relazione al Parlamento su alcol e problemi alcol correlati 2013 del ministero della Salute. Dati assolutamente in linea con quelli diffusi lo scorso anno dall'Istat, che ne "L'uso e abuso di alcol in Italia" rileva come nel 2012 il 66,6% della popolazione di 14 anni e più ha consumato almeno una bevanda alcolica nell'anno. "Tale quota – osserva chi ha condotto il rapporto – è stabile rispetto all'anno precedente e in diminuzione rispetto a 10 anni prima (70,2%)". Tra il 2002 e il 2012 è diminuito, soprattutto tra le donne (-32,6%), anche il numero di consumatori giornalieri di bevande alcoliche (-24,6%). Ma aumenta la quota di quanti dichiarano di bere alcolici fuori dai pasti (dal 23,1% del 2002 al 26,9% del 2012, per l'appunto) e di chi ne consuma occasionalmente (dal 35,8% nel 2002 al 42,2% nel 2012). Così come è cambiato anche il tipo di bevande che gli italiani sono soliti consumare: la quota di chi consuma "solo vino e birra" è diminuita, mentre è cresciuta quella di chi beve "anche aperitivi alcolici, amari e superalcolici". Durante il 2012, il 64,6% della popolazione di 11 anni e più "ha consumato almeno una bevanda alcolica" nel corso dall'anno. "Di questi – rileva l'Istat – il 51,9% beve vino, il 45,8% birra e il 40,5% aperitivi alcolici, amari, superalcolici o liquori". Consuma quotidianamente del vino il 21,5%, percentuale più bassa per la birra: il 4,1%. Nel complesso, i comportamenti a rischio nel consumo di alcol riguardano 7 milioni e 464 mila persone. "Continua – rileva l'Istat – il trend discendente dei consumatori a rischio già osservato nell'anno precedente". Sorge però spontanea una domanda: quando si può definire "a rischio" il consumo di bevande alcoliche? "Le organizzazioni scientifiche internazionali (comprese l'OMS e l'ISS) suddividono – spiegava a La Stampa qualche mese fa il dottor Gianni Testino, docente di Gastroenterologia e Medicina Interna all'Università di Genova – i bevitori a basso, medio e alto rischio. A basso rischio di sviluppare malattie da alcol (malattie del fegato, pancreas, tumori ecc.) sono le donne che consumano meno di una UA al giorno e gli uomini che bevono meno di due UA al giorno". "Una Unità Alcolica (UA) – precisava Testino – è caratterizzata da 10-12 grammi di etanolo che troviamo all'interno di un bicchiere di vino da 125 ml (12°), un boccale di birra media (4-5°), in una dose da bar di superalcolico (40 ml) o in un aperitivo". Rispetto al 2011, diminuisce sia la quota dei consumatori giornalieri non moderati di alcol (dall'8,4% al 7,5%) sia quella degli abitué del binge drinking, ovvero "il consumo eccessivo episodico di oltre 6 bicchieri di bevande alcoliche di qualsiasi tipo in modo consecutivo e concentrato in un arco ristretto di tempo", passati dal 7,5% al 6,9%. La riduzione si osserva tra gli uomini, che passano dal 13,6% al 12,2% per il consumo giornaliero non moderato e dal 12,2% all'11,1% per il binge drinking. Comportamenti a rischio più frequenti si osservano fra gli ultrasessantacinquenni (il 40,7% degli uomini contro l'10,1% delle donne), i giovani di 18-24 anni (il 21,0% dei maschi e il 9,5% delle femmine) e gli adolescenti di 11-17 anni (il 12,4% dei maschi e l'8,4% delle femmine). La popolazione più a rischio per il binge drinking è quella giovanile (18-24 anni): il 14,8% dei giovani (20,1% dei maschi e 9,1% delle femmine) si comporta in questo modo, per lo più durante momenti di socializzazione. Il consumo moderato – o meno – di alcolici da parte dei genitori influenza il comportamento dei figli: il 17,4% dei ragazzi di 11-17 anni, che vivono in famiglie dove almeno un genitore adotta comportamenti a rischio nel consumo di alcol, ha anch'esso abitudini alcoliche non moderate, mentre tale quota scende al 9,2% tra i giovani che vivono con genitori "che non bevono o che bevono in maniera moderata". "Chi eccede nel consumo di alcol spesso è un fumatore o un ex fumatore", osserva l'Istat. E così il 20,9% dei fumatori e il 19,3% degli ex fumatori ha almeno un comportamento di consumo a rischio contro il 9,1% dei non fumatori. Evidenti differenze anche tra i giovani di 18-24 anni che frequentano o non frequentano assiduamente le discoteche. I primi sono più

inclini a un consumo di alcol a rischio (30,5%) i secondi si fermano all'8,0%. "Stesse differenze – rileva il rapporto – si riscontrano tra frequentatori e non di spettacoli sportivi e concerti". "Tra i Paesi dell'Unione europea – si legge però su salute.gov.it – l'Italia occupa il posto più basso nella graduatoria relativa al consumo annuo pro capite di alcol puro, cioè di alcol consumato tramite tutti i tipi di bevande alcoliche, che, considerato nella popolazione di età superiore ai 15 anni, è secondo l'OMS il miglior indicatore del consumo complessivo di alcol di una popolazione: tale parametro nel 2009 ha raggiunto i 6,94 litri, valore che si presenta in costante calo – molto maggiore di quello registrato dalla media dei Paesi dell'Unione Europea – e consentirà presumibilmente all'Italia di raggiungere il livello di consumo raccomandato dall'OMS per l'anno 2015 (6 litri l'anno per la popolazione al di sopra dei 15 anni e 0 litri per quella di età inferiore)".
Parte degli italiani non abbandona però l'abitudine di guidare un veicolo dopo aver consumato bevande alcoliche: secondo i dati raccolti dal sistema PASSI (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia), "tra coloro che hanno consumato alcolici nei 30 giorni precedenti all'intervista, un intervistato su dieci (9%) ha dichiarato di aver guidato un'auto o una moto nell'ora successiva all'aver bevuto almeno due unità alcoliche". La percentuale cresce negli uomini e nei giovani di età compresa tra i 25 e i 34 anni: il 13% per i primi e l'11% per i secondi. Le donne si fermano al 3%. "L'alcol – ricorda l'Istituto superiore di Sanità nel Rapporto 2013 Epidemiologia e monitoraggio alcol-correlato in Italia e nelle Regioni – è responsabile del 9% della spesa sanitaria nei Paesi europei, uno dei maggiori fattori di rischio per la salute dell'uomo, e una delle principali cause di mortalità e morbilità". Quanto basta per convincere chiunque a prendere le dovute precauzioni.

(*)Nota: tra uso e consumo c'è differenza?

NON DOBBIAMO PERO' ABBASSARE LA GUARDIA

West-info-eu
NON È VERO CHE IN ITALIA SI BEVE TANTO
di Roberta Lunghini - 12.03.2014
1° posto

Tab. 1 - CONSUMO ANNUO PRO CAPITE DI ALCOL PURO NELLA POPOLAZIONE ITALIANA CON PIÙ DI 15 ANNI DI ETÀ ANNI 2000-2009

ANNI	Litri pro capite
2000	9,26
2001	9,12
2002	8,59
2003	8,59
2004	8,32
2005	7,99
2006	7,84
2007	7,81
2008	7,44
2009	6,94

Fonte: WHO/Europe, European HFA Database, Ottobre 2013

L'Italia è il Paese dell'Unione Europea con il più basso consumo annuo pro capite di alcol puro. Secondo i dati più recenti, aggiornati al 2009, si attesta a 6,94 litri nella popolazione al di sopra dei 15 anni di età. Contro una media UE di 10,74 litri e molto al di sotto anche di quella delle altre nazioni mediterranee, quali Spagna (11,37) e Grecia (8,24). Si tratta di un valore, quello della nostra Penisola, ormai vicino a quello raccomandato dall'OMS ai Paesi della Regione europea per l'anno 2015 (6 litri l'anno per gli over 15). Inoltre, è in continuo calo. Basta pensare che, tra gli anni 70 e il 2000, è sceso del 33%. Continua a diminuire, con un andamento più rapido rispetto al resto d'Europa, anche il tasso nazionale di mortalità per cirrosi epatica, uno dei più importanti indicatori di danno alcol correlato. Che nel 2010 è pari a 8,09 per 100.000 abitanti (media dei 27 Paesi dell'Unione Europea: 13,01 per 100.000; media dei Paesi di tutta la Regione Europea: 17,34 per 100.000).

Sono solo alcuni dei numeri contenuti nell'ultima Relazione del Ministro della salute al Parlamento sugli interventi realizzati ai sensi della legge 30.3.2001 n. 125 "Legge quadro in materia di alcol e problemi alcolcorrelati".

PROMETTONO BATTAGLIA PER AUMENTARE IL CONSUMO DI VINO DEI GIOVANI.

Winenews

ALLARME MILLENIALS: I GIOVANI CONSUMATORI SI ALLONTANANO DAL MONDO DEL VINO, ATTRATTI DALLA COMUNICAZIONE DI BIRRA E SUPERALCOLICI. PAROLA DI "CARPE VINUM", LO STUDIO DI "WINE INTELLIGENCE", COMMISSIONATO DALLA LONDON WINE FAIR

Montalcino - 11 Marzo 2014, ore 15:44

Allarme Millenials: i giovani consumatori, che poi rappresentano il futuro stesso del vino, sono sempre più distanti dal mondo di Bacco, ammaliati da altre categorie, capaci forse di comprenderne meglio gusti ed inclinazioni, come birra e superalcolici. Lo rivela "Carpe Vinum", uno studio di "Wine Intelligence", commissionato dalla London Wine Fair, che tornerà nella capitale britannica dal 2 al 4 giugno.

"Il vino ha una grande opportunità di conquistare la prossima generazione di consumatori della Gran Bretagna - spiega Richard Halstead, chief operating officer di "Wine Intelligence" - che amano semplicità, belle storie e l'opportunità di imparare ed esplorare. Purtroppo, c'è grande competizione con atre categorie di bevande che stanno facendo un lavoro migliore, in questo senso, di quello del vino: secondo i nostri risultati, infatti, stiamo perdendo contatto con i consumatori del futuro".

Un'eventualità che il mondo del vino non può proprio permettersi, perché la fascia d'età 18-25 anni rappresenta il 25% dei consumatori di vino, per cui i brand enoici devono necessariamente mantenere alta l'attenzione e l'interesse. Come, del resto, molti produttori Usa stanno facendo, cambiando l'approccio sia produttivo che di branding e marketing, proprio per attirare la "Generazione Y", la più promettente degli ultimi decenni, ma anche la più volubile e sensibile, sia agli stimoli della società che dei social media.

L'IMPEGNO DELLE FORZE DELL'ORDINE

ASAPS

UBRIACO FRADICIO SFIDA I VIGILI: ROCAMBOLESCO INSEGUIMENTO SULL'ADRIATICA, AGENTI FERITI

da ravennatoday.it

Martedì, 11 Marzo 2014

Stava guidando con un tasso alcolemico tre volte il limite consentito un 22enne, di origini siciliane, residente nel pavese, che non si è fermato all'alt della Polizia Municipale di Ravenna, durante un controllo stradale a Fosso Ghiaia. Erano circa le quattro di domenica mattina quando gli agenti, impegnati in specifici servizi di contrasto alla guida in stato di ebbrezza, hanno notato una Fiat 500 percorrere, a velocità elevata, la Statale Adriatica, in direzione Cervia, decidendo di fermarla.

LA FUGA - Ma il conducente anziché rallentare ha tentato la fuga. Ne è nato un inseguimento protrattosi per alcune centinaia di metri durante il quale l'uomo, nonostante i ripetuti segnali di fermarsi, con uso di lampeggianti, sirena, e paletta d'ordinanza, noncurante del pericolo per sé e per gli altri, ha premuto il piede sull'acceleratore, nel tentativo di sfuggire ai controlli. Inoltre ha colpito la pattuglia, causando lesioni agli operatori che, comunque, sono riusciti finalmente a bloccarlo.

ERA RECIDIVO - Gli agenti hanno appurato così che al suo interno oltre al conducente, c'era un passeggero ed entrambi avevano un forte alito vinoso. Sottoposto all'etilometro il trasgressore ha evidenziato un livello di alcol nel sangue pari a tre volte il limite stabilito. Dagli accertamenti svolti si scopriva, inoltre, che la patente gli era stata ritirata già lo scorso dicembre, sempre

per guida in stato di ebbrezza. Tramite centrale operativa, è stato richiesto l'ausilio dei Carabinieri di Milano Marittima per i rilievi del sinistro.
L'ARRESTO - Nel frattempo è arrivata sul posto anche un'autovettura i cui occupanti riferivano che la stessa 500 aveva causato poco prima alcuni danni alla loro macchina, nel parcheggio antistante la Casa del Popolo di Fosso Ghiaia e si era data alla fuga. Oltre alla denuncia per guida in stato di ebbrezza, nei confronti del giovane scattava l'arresto per il reato di resistenza a pubblico ufficiale, violenza e lesioni personali. Tratto in arresto, l'uomo è stato accompagnato, lunedì pomeriggio, davanti al giudice il quale, dopo aver convalidato tale provvedimento, ha disposto la misura cautelare dell'obbligo di firma presso l'Autorità di Pubblica Sicurezza, rinviando l'udienza al prossimo 29 aprile.
L'AUGURIO DEL SINDACO E DELL'ASSESSORE - "Siamo vicini ai due agenti di Polizia Municipale protagonisti domenica dell'inseguimento e dell'arresto di un pirata della strada che viaggiava senza patente e con un tasso alcolemico di oltre tre volte superiore al livello consentito - affermano il sindaco Fabrizio Matteucci e l'assessore alla Polizia Municipale, Martina Monti -. Esprimiamo loro l'augurio di pronta guarigione, complimentandoci per la capacità con cui hanno gestito l'operazione. Proprio domenica abbiamo dato conto in un comunicato del lavoro di educazione e prevenzione svolto dagli operatori di Polizia Municipale di Ravenna, dopo aver partecipato ad una tappa del "progetto etilometro" con alcuni studenti del Liceo Classico. La Polizia Municipale svolge quotidianamente un lavoro fondamentale di controllo del territorio e quello di domenica appunto è uno dei tanti episodi che ci rendono sempre più evidente il fatto che non esiste più la figura del "vigile urbano" di una volta, bensì abbiamo la fortuna di poterci avvalere di una vera e propria Forza di Polizia locale che merita di avere strumenti e tutele parificate alle Forze di Polizia statali".

CHE BRUTTO TITOLO: "MARCHIATO" UN RAGAZZINO DI 15 ANNI!!!

La Tribuna di Treviso
ALCOLISTA A 15 ANNI IN TERAPIA DI GRUPPO
11 marzo 2014
CONEGLIANO - A 15 anni è già in cura al Serd, il Servizio per le Dipendenze dell'Usl 7, come alcolista. Ha iniziato a bere (troppo) da quando ne aveva 12, e frequentava le scuole medie. Non è un caso isolato: è ormai questa la fascia d'età in cui il bere inizia a diventare un'emergenza. Il 15enne che detiene il triste primato di utente più giovane del Serd è in buona compagnia: secondo i dati Usl, nel 2013 sono state 808 le persone che si sono rivolte al Servizio per le Dipendenze, per problemi legati all'alcol. In maggioranza uomini (217), con un'età media di 49 anni. L'Usl non sta a guardare, e lancia due iniziative per contrastare il fenomeno: terapia di gruppo contro il "rischio alcol" e campagna di sensibilizzazione degli operatori socio sanitari. La terapia di gruppo inizierà ad aprile, sempre in orario serale: «Sarà attivato un gruppo informativo- motivazionale cui potranno accedere sia le persone interessate al problema che i familiari», spiega la dottoressa Michela Frezza, direttrice del Serd. «Un secondo gruppo avrà, invece, come obiettivo il rinforzo delle modifiche comportamentali delle persone a rischio». In parallelo, formazione anche sul personale socio sanitario, con il progetto "Non solo cura ma cultura", volto soprattutto a intensificare la collaborazione con i medici di base. Il Serd è da anni impegnato in progetti di prevenzione, lavora fianco a fianco di Acat e Alcolisti Anonimi, è completamente gratuito e ad accesso diretto (non serve l'impegnativa). L'emergenza alcol, però, non cessa: «È necessario non abbassare la guardia e ampliare lo sforzo per intercettare e fermare il fenomeno», spiega ancora la dottoressa Frezza. «Far emergere il "sommerso" degli individui a rischio di alcoldipendenza ha una valenza che non è solo sanitaria ma, anche ad alto impatto sociale e umano. Ne consegue la necessità di intervenire precocemente, al fine di aiutare le persone a ridurre il consumo di alcol o a smettere di bere, per prevenire l'insorgenza di patologie e problematiche correlate all'abuso». In tutta l'Usl 7, è il Quartier del Piave il territorio più a rischio, secondo i numeri del Dipartimento per le Dipendenze. (a.d.p.)

UN'INDAGINE SUGLI STUDENTI PADOVANI

Il Mattino di Padova

UNO STUDENTE SU TRE QUATTRO ORE DAVANTI AL PC

11 marzo 2014

Un terzo dei duemila studenti padovani (al centro di un'indagine) passano quattro ore al giorno, a casa, davanti al computer. E, inoltre, quasi sei dodicenni su dieci consumano energy drink. Il dato allarmante è stato presentato nella mattinata di ieri durante il primo incontro di apertura della "Settimana Mondiale del Cervello 2014" organizzata a Padova dalla Clinica Neurologica in collaborazione con l'Assessorato alla Cultura del Comune di Padova, la Fondazione Novella Fronda e l'Associazione Genitori Attenti. Al Palazzo del Bo si è svolto l'evento aperto al pubblico "Cultura del piacere – Piacere della Cultura" che ha visto la partecipazione di tanti giovani e genitori. Duemila studenti delle scuole padovane sono stati coinvolti nel "Progetto Pinocchio" nato con lo scopo di prevenire le dipendenze nei giovanissimi. Un poliziotto e uno psicologo entrano nelle classi, viene fatta una prima indagine sulle abitudini degli alunni, segue un incontro formativo e dopo quattro mesi c'è la verifica. Il progetto si concluderà a giugno di quest'anno e vede la partecipazione degli alunni di quinta elementare e di seconda media. Il quadro iniziale che emerge dal campione rappresentativo di tutti e sei i quartieri padovani dimostra che un terzo degli studenti passa almeno quattro ore al giorno davanti al pc. Luigi Gallimberti psichiatra e tossicologo spiega: «I più piccoli invece di incontrarsi al patronato o in piazza si danno appuntamento sul web per sfidarsi ai videogiochi. Attraverso lo studio abbiamo notato che quest'abitudine si riscontra in particolare in zona Arcella dove sono assenti strutture per attività sportive e extrascolastiche». La rete è uno strumento potentissimo che nelle mani dei bambini rischia di diventare pericoloso. Non si sviluppa solo una dipendenza da "sostanza", ma anche da "stimolo" che se troppo frequente può arrivare ad alterare i neuroni. Il professore continua: «I genitori dovrebbero controllare di più i bambini e ragazzi, il pc non dovrebbe stare nelle camere da letto». Per quanto riguarda poi la dipendenza da alcolici, il primo sorso di alcol per molti arriva già all'età di dieci anni. «In tanti non sanno che i giovanissimi bevono energy drink per contrastare gli effetti negativi dell'alcol e poter così ricominciare a bere e godersi la serata. Se l'ubriacatura in genere ha uno stop naturale con l'arrivo della nausea o della stanchezza, con questo metodo invece sono sempre più i ragazzini che vanno in coma etilico». La presenza di alcol nel sangue sale in maniera incontrollata e le conseguenze possono essere irreversibili» commenta Gallimberti. Abitudini che aprono le porte allo sviluppo di future dipendenze in età adulta. Le bevande energetiche consumate durante l'età dello sviluppo possono inoltre causare disturbi cardiaci, diabete e osteoporosi. Elisa Fais

---

PER LA SALVAGUARDIA DELLA SALUTE DEGLI STESSI DIPENDENTI

Ilmessaggero.it

TEAM: SOSPESI SEI AUTISTI RISULTATI POSITIVI ALL'ALCOL TEST

di Maurizio Di Biagio

Mercoledì 12 Marzo 2014 - 12:14

TERAMO Sono sei gli autisti della Team sospesi dal lavoro per essere risultati positivi al test alcolico. L'esame, che in base alla normativa vigente si svolge ogni anno, va nella direzione della sorveglianza sanitaria finalizzata «perché si verifichi l'assenza di condizioni di alcoldipendenza e di assunzione di sostanze psicotrope e stupefacenti». Inoltre, per tali lavoratori la legge prevede il divieto di assumere alcolici durante il lavoro e vieta ai datori di lavoro di somministrare bevande alcoliche, ad esempio nei bar aziendali, mense ecc. La normativa prevede altresì che il medico competente (assieme ai medici dell'Asl) possa effettuare senza preavviso test alcolimetrici, del tutto analoghi a quelli effettuati dalla Polizia stradale: solo che nel caso dei dipendenti Team non esiste un limite, dal momento che la normativa impone che in buona sostanza è vietato bere in senso assoluto durante le ore lavorative.

Oltre alle sanzioni previste dalla legge (multa da 516 a 2.582 euro), per i trasgressori sono applicabili anche le sanzioni previste dal D.Lgs.vo 81/08 per chi non rispetta le disposizioni aziendali (arresto fino ad un mese o ammenda da 200 a 600 euro) e sanzioni disciplinari. Dagli uffici della partecipata del Comune si specifica che i sei dipendenti sono stati dirottati a svolgere altre mansioni perché attualmente non idonei a condurre mezzi: una misura

considerata provvisoria e che avrà la durata di qualche mese. La Team fa sapere che la misura è stata portata a salvaguardia della salute degli stessi dipendenti

---

L'ANGOLO DELLA RICERCA

Articolo pubblicato dal CUFRAD sul sito www.alcolnews.it
UNIVERSITÀ DI GEORGETOWN: ALCOL E DROGHE ACCELERANTI DELL'ALZHEIMER
L'alzheimer si potrà prevenire grazie alle analisi del sangue
Fonte: news.supermoney.eu
Una nuova analisi del sangue è riuscita a individuare le persone che avrebbero sviluppato il morbo con tre-cinque anni
L'Alzheimer è una patologia molto diffusa tra gli anziani, ma non risparmia neppure gli Under 65. Comporta l'alterazioni progressive del pensiero e del comportamento, fino a non riconoscere più neanche i propri cari.
Per quanto riguarda gli anziani, i numeri sono allarmanti: circa il 7% degli Over 65 anni ne sarebbero colpiti, arrivano a un caso su tre tra gli over 80. Per quanto concerne la fascia d'età tra i 30 e i 65 anni, forme di demenza presenili colpiscono 250 casi su 100.000 abitanti.
Ad accelerare tale patologia, ovviamente l'abuso di alcol e droghe. Di contro, possono rallentarne il corso stili di vita corretti, ma anche alti livelli di scolarità e abituali attività intellettive come leggere o il semplice giocare a cruciverba. Ciò perché la mente resta allenata. In Italia a soffrirne sono 1 milione e 200mila abitanti.
Ma a parte questi dati poco positivi, possiamo darvi anche qualche ottima notizia. Un nuovo tipo di analisi del sangue, elaborata dalle Università di Georgetown a Washington e di Rochester, a New York, può prevenire la demenza senile con 3-5 anni di anticipo. Se gli esperimenti per ora hanno riguardato gli Over 70, presto saranno applicati anche a persone più giovani tra i 40 e i 50 anni d'età; come detto anche loro ad alto rischio.
(...omissis...)
copia integrale del testo si può trovare al seguente link:
http://news.supermoney.eu/salute/2014/03/l-alzheimer-si-potra-prevenire-grazie-alle-analisi-del-sangue-0072991.html

---

Articolo pubblicato dal CUFRAD sul sito www.alcolnews.it
INTERNATIONAL JOURNAL OF ENDOCRINOLOGY: ALCOL E CAFFEINA FATTORI DI RISCHIO PER IL TUMORE ALLA PROSTATA
Fonte: corriere.it
Ecco il menu salva-prostata: poca carne e contorno di sport
L'iperplasia prostatica benigna, ovvero l'ingrossamento della prostata, come è noto, è molto diffusa dopo i 50 anni e si aggrava con l'età. La novità è che anche la dieta, almeno secondo studi preliminari, sembra avere un ruolo nella sua insorgenza. «È sempre più evidente - dice infatti Furio Pirozzi Farina , professore associato di urologia e direttore dell'Unità Operativa dipartimentale di urologia andrologica all'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Sassari - che, come avviene per altre malattie, la dieta e lo stile di vita possano influenzare anche l'instaurarsi e il progredire dell'ipertrofia prostatica benigna e dei conseguenti problemi urinari.
Alla base di questa convinzione c'è l'osservazione che questi disturbi si sviluppano spesso in concomitanza con la sindrome metabolica, condizione caratterizzata da un insieme di elementi di rischio cardio-metabolico, quali aumento del girovita, intolleranza al glucosio, ipertensione, alterazione dei lipidi plasmatici. L'infiammazione cronica associata alla sindrome metabolica, colpendo tutto l'organismo, colpirebbe anche la ghiandola prostatica, causandone un aumento di volume»
Quale consigli dare, allora? «Fra i fattori che potrebbero avere un ruolo - commenta Mario Maggi, professore di endocrinologia all'Università di Firenze e responsabile di una revisione degli studi in materia, appena pubblicata su International Journal of Endocrinology - ci sono gli eccessi calorici, un'elevato girovita e il sovrappeso. L'iperplasia prostatica benigna è stata anche associata a un elevato consumo di grassi di origine animale, carni rosse e in particolare di acidi grassi polinsaturi (contenuti in molti oli di semi) che possono indurre e sostenere la risposta infiammatoria nelle cellule prostatiche.

Al contrario, un elevato consumo di vegetali, in particolare frutta e verdura ricche di beta carotene, luteina, o vitamina C, è stato associato a una riduzione del rischio. Ma anche l'attività fisica all'aria aperta conta moltissimo: si sommano l'effetto benefico del moto e, grazie all'esposizione al sole, l'aumento della produzione di vitamina D, importante agente anti-proliferativo e immunodepressore per la prostata».
Che cosa consigliare riguardo a alcol e alla caffeina? «Le linee guida europee suggeriscono di evitarne, o almeno moderarne - prosegue Maggi - il consumo, per il loro possibile effetto diuretico e irritante. Ma il nesso causa-effetto è debole». E l'acqua? «Bere in quantità adeguata è sempre importante - riprende Pirozzi Farina -, ma bisogna evitare di esagerare prima di coricarsi».
(...omissis...)
copia integrale del testo si può trovare al seguente link:
http://www.corriere.it/salute/nutrizione/14_marzo_07/ecco-menu-salva-prostata-poca-carne-contorno-sport-587a04f8-a609-11e3-b663-a48870b52ff3.shtml

---

Articolo pubblicato dal CUFRAD sul sito www.alcolnews.it
DROGA E ALCOL: LE DONNE PIÙ PREDISPOSTE AL COLLOQUIO PER USCIRE DALLA DIPENDENZA
Fonte: droganews.it
Uno studio americano ha analizzato l'uso delle interviste motivazionali come terapia per l'alcolismo in soggetti con dipendenza da droghe. Le Interviste motivazionali sono uno strumento di intervento classico nella terapia dell'alcolismo.
Consistono in incontri di circa 90 minuti per una, massimo tre sezioni in cui costruendo un rapporto tra il terapeuta e il paziente alcolista si cerca di indurre l'astinenza.
Avendo ben presente che un limite alla possibilità di intervento sull'alcolismo con terapia psicosociale è dato dalla comorbilità con la dipendenza da droghe, gli studiosi hanno portato avanti uno studio sperimentale in cui alcuni pazienti alcol dipendenti e dipendenti da metamfetamine venivano sottoposti ad un iter intensivo di interviste motivazionali con una minore durata (50 minuti) ma ripetute per 9 sezioni. Per questo sono stati reclutati 163 soggetti con entrambi le dipendenze (alcol, metamfetamine) e sono stati suddivisi in modo casuale in due gruppi.
Al primo gruppo a è stato somministrato l'intervista motivazionale con percorso standard e al secondo un percorso intensivo. I risultati hanno evidenziato che la terapia psicologica con interviste motivazionali intensive ha prodotto un maggiore outcome tra le donne alcol dipendenti e tossicodipendenti rispetto alla terapia convenzionale.
Ciò è spiegabile grazie al maggior legame tra la paziente e il terapeuta sviluppatosi durante il percorso terapeutico intensivo, soprattutto per le donne, che ha generato un maggior ritorno della terapia. Questo studio suggerisce quindi la necessità di proseguire nella individuazione di terapie diverse per genere per la cura dell'alcolismo e delle tossicodipendenze.
http://www.droganews.it/news/2193/Droga_e_alcol%2C_le_donne_pi%C3%B9_predisposte_al_colloq.html

---

IL VINO, LA BIRRA ED GLI ALTRI ALCOLICI TOLGONO I FRENI INIBITORI, AUMENTANO IL DESIDERIO MA DIMINUISCONO LE PRESTAZIONI!

Today.it
SESSO, PER I RAGAZZINI È UN INCUBO: "QUESTE A 14 ANNI APRONO LE GAMBE COME NIENTE E CI RIBALTANO"
Un'inchiesta de "Il Fatto Quotidiano" racconta il rapporto fra i liceali e il sesso. Le ragazze sono troppo più esperte: "Non sappiamo che fare. Se vai male a letto sei finito"
Il Fatto Quotidiano11 marzo 2014
ROMA - Per le ragazzine è un bisogno, quasi un dovere - "Se a quattordici anni non ti fai stappare sei una sfigata". Per i ragazzini è tutto diverso. E tutto tremendamente più difficile. Continua il viaggio di Beatrice Borromeo, per "Il Fatto Quotidiano", nel mondo del sesso fra gli adolescenti. Dopo la storia di Chiara, 15enne milanese simbolo delle giovani di oggi - disinibite

e "sveglie" - il protagonista della puntata è Mattia, un 15enne liceale alle prese con le prime cotte e la sensazione di inadeguatezza di fronte alle ben più sfontate coetanee.
"La mia prima volta? - dice il giovane - Vorrei fosse con una ragazza di cui sono innamorato. Non con una che mi salta addosso e mi ribalta". Poi Mattia racconta di una sera per lui da incubo. Litri di alcol stanno per salutare l'anno nuovo e c'è una festa alla quale partecipano ragazzi e ragazze, tutti adolescenti. In lui è forte il desiderio di rivedere la ex. "L'ho vista ubriaca, che girava e chiedeva ad alta voce: 'Chi vuole un pompino?'. È stata una cosa orribile, tristissima", racconta lui.

Ma il peggio arriva poco dopo. "C'erano quattro ragazzi e due ragazze, tutti di 16 anni, che facevano le loro cose al piano di sopra. Poi la mia ex, che ha solo 14 anni, si è aggiunta a loro. A quel punto - dice Mattia, come riporta "Il Fatto Quotidiano" - i miei amici mi hanno portato via, ero disgustato". Non è stato solo l'alcol, però, a spingere l'ex nell'orgia ma la voglia di farsi vedere. "L'ha fatto solo per farsi notare, perché sapeva che c'erano i ragazzi più grandi. Me l'aspettavo, perché queste ragazze aprono le gambe come niente – dice mordendosi il labbro – ma ci sono rimasto comunque malissimo".
Mattia non è il tipico liceale: beve poco, non fuma, è ancora vergine. "Le ragazze ci provano, ma io non voglio che la mia prima volta sia con una che mi salta addosso e mi ribalta. Voglio che sia speciale, voglio essere innamorato".
Innamorarsi di ragazze così, però, sembra difficile. "Non sappiamo bene cosa dobbiamo fare - ammette il 15enne - Metti che ci andiamo a letto e va male: diventa molto imbarazzante. Non fai a tempo a uscire dalla stanza che lei sta già messaggiando con le sue amiche per mandare un resoconto completo di tutto quello che abbiamo appena fatto. Descrivono ogni dettaglio e poi ti danno il voto, dicono se sei stato bravo o no. È davvero una sfida avere a che fare con queste cose". Una sfida alla quale Mattia, per ora, non è ancora pronto.