



# NON BEVIAMOCI LA VITA

I dati sono preoccupanti. Secondo un'indagine effettuata dall'Istat sul consumo di alcol fra i bambini e i ragazzi del nostro Paese, il 12,4 per cento dei maschi e l'8,4 per cento delle femmine sotto i 17 anni presenta comportamenti a rischio. L'Autorità europea per la sicurezza alimentare (Efsa) ci mette in guardia di fronte a un altro pericolo: il consumo smodato di bevande energizzanti, quelle che contengono sostanze stimolanti come ginseng, caffeina, guaranà, assunte col chiaro intento di avere più forze e resistenza, spesso in combinazione con bevande alcoliche. Questo mix, che negli adulti copre il 56 per cento del totale, negli adolescenti è di poco inferiore, arrivando al 53 per cento, con un 12 per cento di bevitori cronici.

Ma non è finita qui. Verrebbe da non crederci, ma lo stesso ente porta

## ECCO UNA NUOVA TENDENZA: LA "DRUNKOREXIA", UN MIX DI ANORESSIA E ABUSO DI SOSTANZE ALCOLICHE

alla nostra attenzione un dato ancora più preoccupante: il 18 per cento dei bambini compresi tra i 3 e i 10 anni già consuma *energy drink* e tra questi il 16 per cento – evidentemente all'interno di nuclei familiari che fanno largo uso di alcolici – ne consuma in media almeno quattro litri al mese.

Non vogliamo fare terrorismo psicologico, ma solamente arricchire il quadro con un altro dato proveniente dal ministero della Salute secondo il quale sta dilagando anche in Italia una nuova tendenza partita dagli Stati Uniti: la "drunkorexia". Anche questo un mix: l'anoressia,

cioè, che va a incontrarsi con l'alcolismo. Una forma moderna in cui soprattutto le ragazze scelgono di ridurre molto l'assunzione di cibo durante la settimana, tenendo così sotto controllo le calorie, per poi ubriacarsi nel week end senza rischiare di ingrassare. In Italia sarebbero già 300 mila gli adolescenti tra i 14 e i 17 anni affetti da questo disturbo e otto su dieci sono di sesso femminile.

Secondo un'indagine internazionale Hbsc (*Health behaviour in school-aged children*), comportamenti collegati alla salute dei ragazzi in età scolare), svolta in col-



**Ragazzi alle prese con l'alcol  
e con disturbi alimentari.  
Un fenomeno preoccupante.**

laborazione con l'Organizzazione mondiale della salute, sui comportamenti di 40 Stati europei, i ragazzi italiani tra gli 11 e i 15 anni sono ai primi posti per il consumo settimanale di alcol. Senza dimenticare che, secondo l'Istituto superiore di sanità, il numero dei ragazzi sotto i 14 anni che arriva al Pronto soccorso per intossicazione alcolica acuta costituisce circa un quinto del totale.

Se i numeri preoccupano, gli effetti che ne derivano allarmano. Dicono gli esperti, ad esempio, che chi inizia a bere prima dei 16 anni corre quattro volte di più rispetto agli adulti il rischio di sviluppare dipendenza da alcol; fare ricorso eccessivo alle bevande energizzanti provoca alla lunga difficoltà di concentrazione, alterazioni dell'umore, aggressività, violenza, tendenza all'isolamento, ipertensione, tachicardia, nausea, danni sullo sviluppo cognitivo, fisico ed emotivo.

Quanto detto finora pone dunque seri interrogativi e chiede interventi efficaci. Il risultato ad ogni costo, le



scorciatoie per la "felicità", la legge del gruppo che impone una "moda comportamentale" certo non aiutano i ragazzi di oggi, troppo esposti a stimoli negativi di ogni genere. Ma qui viene in rilievo il compito sempre più marginale che assumono famiglia, scuola, agenzie educative. Non stiamo parlando, infatti, di sbalzi occasionali che possono sfuggire all'attenzione di un genitore, ma di vere e proprie abitudini che si protraggono nel tempo.

Umberto Nizzoli, psicologo e clinico, referente nazionale del Comitato editoriale della Società scientifica sui disturbi del comportamento alimentare, spiega a tal proposito: «Può capitare che a una festa un figlio o una figlia si ubriachino e i genitori lo sappiano solo dopo un incidente. Però, se parliamo di *drunkorexia* un genitore disinformato equivale a un genitore distratto. Come fa a sfuggirgli che la figlia o il figlio abbia una mania per l'immagine corporea e si sottoponga a una dieta eliminativa? E come fa a non accorgersi che il figlio o la figlia si chiuda in camera per ore senza pensare che cerca di camuffare l'alito, lo sguardo? E come fa a non sapere quanto sta fuori o che vada alle feste?». E suggerisce di stare aggiornati e attenti «in modo calmo e sorridente», di «darsi una mossa», di rivolgersi a gruppi, associazioni, servizi per i disturbi dell'alimentazione e per le dipendenze adatti alla situazione per non «limitarsi a fare gli struzzi e poi, se succede un danno, cercare di passare per povere e ignare vittime». ■