



Regione Umbria



Pillole di salute

Consumo di alcool

L'abuso di alcol porta più frequentemente a comportamenti a rischio per se stessi e per gli altri (quali guida pericolosa di autoveicoli, comportamenti sessuali a rischio, infortuni e lavoro in condizioni psico-fisiche inadeguate, violenza). L'alcol è inoltre considerato, assieme al fumo, una "porta d'ingresso" verso il consumo di sostanze d'abuso. Consumo di alcolici fuori pasto, episodi di "ubriacatura" concentrati in singole occasioni (*binge drinking*), e consumo di alcol in età precoce rappresentano comportamenti a rischio per la salute.

I medici e gli altri operatori possono svolgere un ruolo importante nella prevenzione, un passo iniziale è quello di intraprendere un dialogo con i propri pazienti riguardo al consumo di alcol.

Cosa ci dicono i nostri dati – Insomma come siamo messi?

L'abitudine all'alcol inizia in giovane età soprattutto le modalità di assunzione a rischio

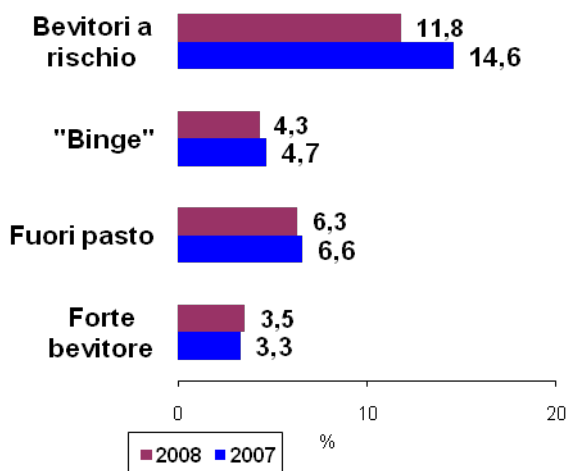
Quanti sono bevitori a rischio nella ASL 4 di Terni ?

Complessivamente l'11,8% degli intervistati può essere ritenuto un consumatore a rischio (fuori pasto e/o forte bevitore e/o "binge").

Il 6,3% della popolazione riferisce di aver bevuto nell'ultimo mese prevalentemente o solo fuori pasto.

Il 4,3% è un bevitore "binge" (ha bevuto cioè nell'ultimo mese almeno una volta 6 o più unità di bevande alcoliche in una sola occasione).

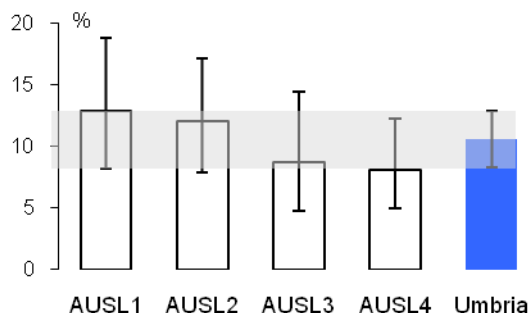
Il 3,5% può essere considerato un forte bevitore (più di 3 unità/giorno per gli uomini e più di 2 unità/giorno per le donne).



Alcool e guida

Dal rapporto Eurosafe 2009, Ogni anno in Europa muoiono circa 52 mila giovani sotto i 20 anni e, di questi, circa 10 mila (20%) perdono la vita a causa degli incidenti. In Italia, gli incidenti stradali continuano a essere la prima causa di morte, in particolare tra i **15 e i 19 anni** e, soprattutto, tra i maschi.

Guida sotto l'effetto dell'alcol
Umbria - PASSI 2008



Non siamo messi malissimo ma il trend è in aumento e quindi dobbiamo fare qualche cosa per guadagnare - salute:

Cambiare comportamenti, convinzioni e percezioni nella popolazione, bersagliata continuamente da mille stimoli che provengono dal mondo che ci circonda è un'impresa enorme e spesso ci si sente scoraggiati, è come la battaglia di un nano contro un gigante. Tuttavia se vogliamo mantenere in buona salute una popolazione che ha una vita media sempre più lunga è fondamentale agire in sinergia. Il sistema sanitario da solo non è in grado di intervenire per spostare convincimenti indotti dai mezzi di comunicazione o dalle eccessive comodità a cui siamo abituati. Ci vuole la forza di tutti quelli che sono impegnati socialmente nelle attività di promozione di stili di vita adeguati.

Una sola parola d'ordine – condivisione delle scelte salutari

I dati che si ottengono dai sistemi di sorveglianza (sono dati che hanno un forte valore scientifico in quanto rappresentano una intera popolazione), devono servire come base di partenza per la progettazione di attività di promozione tenendo anche conto di ciò che ha già funzionato (evidenze scientifiche). Non c'è mai un cambiamento se questo non è partecipato dalla collettività. Le scelte salutari si chiamano scelte perché devono essere tali, il compito di tutti gli attori della promozione è quello di favorire queste scelte e trasformarli in domanda e poi offerta di salute.



Ascoltare bene quello che ci dicono i dati e soprattutto quello che ci dice la gente

L'unione fa la forza