

Alcol. Abbuffate e dipendenza

Di Giuseppe Maiolo

Gli adolescenti, nonostante le tante campagne d'informazione e prevenzione, sono ancora i soggetti più a rischio di dipendenza a alcol



Da più di dieci anni, gennaio è il mese dedicato all'astensione dall'alcol. Il Dry January, un'iniziativa anglosassone nata come uno dei tanti buoni propositi di inizio d'anno, vuole essere un tentativo per arginare l'alcolismo.

Ma non tutti sono convinti dei risultati, anche se vi sono ricerche psicologiche che sostengono possa dare benefici. Tra questi, la distanza dall'alcol per un mese sembra migliorare il sonno e aumentare l'autocontrollo, ma l'interrogativo è se questi effetti siano duraturi e l'iniziativa, educativa e preventiva soprattutto per i giovani.

Oggi gli adolescenti, nonostante le tante campagne d'informazione e prevenzione sono ancora i soggetti più a rischio. Si avvicinano all'alcol purtroppo sempre prima e mettono in atto comportamenti pericolosi come quello del "binge drinking" l'abbuffata alcolica, una delle esagerazioni che le nostre adolescenze sviluppano, ancora per scarsa conoscenza del pericolo.

Iniziano di fatto a bere già verso i 10-11 anni, per gioco e divertimento imitando quello che fanno i più grandi e spavaldi, poi facilmente esagerano perché non si fanno domande e sospinti anche dai comportamenti degli adulti che usano l'alcol in ogni circostanza e come strumento di socializzazione.

Le abbuffate però sono un modo particolare per sottolineare l'assenza del confine tra possibile e pericoloso e mostrano quanto le esperienze degli adolescenti di oggi senza controllo e limiti d parte degli adulti, siano diventate vertiginose e pericolose. Il "binge drinking" è il modo con cui si prova a sentire cosa accade quando si passa rapidamente da uno stato psicologico ad un altro senza pensare alla pericolosità di questa pratica che fa assumere quantità notevoli di alcol in poco tempo, di solito 5 o più bevande alcoliche nel giro di un paio d'ore che fanno ubriacare e perdere il controllo di sé.

Un modo per socializzare, si dirà, che però in molti casi conduce al coma etilico di cui alcuni adolescenti hanno sentito parlare, ma non se ne preoccupano e verso il quale gli adulti mantengono uno sguardo distante.

Le domande allora più urgenti sono: perché questo comportamento e quali le conseguenze?

Ora sappiamo con certezza che in adolescenza le strutture cerebrali maturano in tempi diversi e ve ne sono alcune precoci che spingono a esplorare la realtà e a cercare immediate ricompense, mentre altre come le aree pre-frontali responsabili dell'autocontrollo, continuano a maturare fin dopo i 20 anni. L'alcol che dà sensazioni immediate di benessere, porta a ripetere l'esperienza e ad aumentare le dosi ingerite.

prof. Giuseppe Maiolo
psicoanalista Università di Trento

DATA DI PUBBLICAZIONE: 19/01/2025 - AGGIORNATO IL 09/09/2025 ALLE 02:00

2025 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI

AUTOGESTIONE CONTENUTI DI EDIZIONI VALLE SABBIA SRL C.F. E P.IVA: 02794810982 - SISTEMA [GLACOM®](#)