

Testo a cura di
Società Italiana di Alcolologia,
Associazione Italiana dei Club degli Alcolisti in Trattamento,
Istituto Superiore di Sanità Osservatorio Fumo Alcol Droga,
Centro Alcolologico Regionale della Toscana

Realizzato con il contributo di



2

Prima edizione 2004
Grafica e impaginazione: Sonia Squilloni / Promopoint srl © 2004

Alcol: sai cosa bevi?

Più sai, meno rischi!

“La promozione della salute consiste nel dare corrette informazioni (...)
sulla necessità di abolire il fumo, l'alcool e le droghe...
(Piano Sanitario Nazionale 2003-2005)

Per molti bere un bicchiere con gli amici è uno dei piaceri irrinunciabili della vita. Per alcuni, tuttavia, bere può essere la causa di numerosi problemi.

Una adeguata **conoscenza** delle modalità con cui si consumano le bevande alcoliche è determinante per mantenere un buono stato di salute.

Questo è importante perchè in molte circostanze anche quantità di alcol comunemente considerate minime espongono a **rischi** di problemi o malattie: è quanto avviene, ad esempio, per gli incidenti stradali e domestici.

Le diverse modalità del bere, infatti, rientrano di solito in stili di vita che frequentemente portano all'esposizione contemporanea a più fattori di **rischio** che sono spesso sottovalutati o sui quali poco si riflette.

Inoltre, i rischi legati all'abitudine al bere e le possibili conseguenze che ne derivano possono coinvolgere oltre a chi consuma l'alcol, la famiglia o altri individui. Queste conseguenze possono estendersi anche a quanti per abitudine o per scelta non bevono; è il caso degli incidenti stradali causati dallo stato di ebbrezza, degli episodi di violenza e di criminalità agiti sotto gli effetti dell'alcol, delle gravi malattie di cui può essere affetto il neonato di una madre che, in gravidanza, ha consumato bevande alcoliche

3

Sai cosa bevi?