



Salute Domani
Il portale del benessere

Elimina gli alcolici dalla tua giornata e non ti viene il cancro: Si! No! Forse?



- Gastroenterologia

26-04-2019



di Carmelina Loguercio, ordinario di gastroenterologia della II° Università di Napoli, direttrice del Centro Interuniversitario di Ricerche su Alimenti, Nutrizione e Apparato Digerente` (Ciranad) e professor Domenico Alvaro, ordinario di gastroenterologia dell'università 'Sapienza' di Roma, presidente della Società Italiana di Gastroenterologia ed endoscopia digestiva (Sige)

L'alcol è una sostanza edonica, ma nel creare piacere può indurre dipendenza e certamente danno a vari organi e apparati.

Se questo è vero per tutti, è altrettanto vero che per i giovani rappresenta un rischio ancora maggiore, poiché i ragazzi lo metabolizzano male, ne abusano spesso senza neanche rendersene conto, si abituano ad un approccio alle bevande alcoliche che può durare tutta una vita, lo usano per 'sballare' senza spendere granché e senza avere rapporti con l'illegalità. Spesso, sobri o ubriachi, inconsapevoli, si mettono alla guida di veicoli e muoiono (o fanno morire). Per tutte queste e per altre tante ragioni non può esistere uso di alcol fra i giovani. Non può essere altresì promosso l'uso indiscriminato di alcol in tutte le altre popolazioni (adulti e anziani).

Ciò detto, vanno tuttavia fatte alcune considerazioni su recenti articoli della letteratura scientifica che già di per sé presentano un grosso bias fra il titolo e il contenuto. "L'alcol fa venire il cancro, l'alcol è un cancerogeno primario, anche un bicchiere di vino ne aumenta il rischio"... Questo dicono i titoli di recenti articoli. Tuttavia, leggendo gli stessi lavori, si evince che l'associazione forte è, anche a basse dosi di alcol, solo per cancro della mammella dopo la menopausa, della prostata (su cui tuttavia incide la presenza di insulino-resistenza) e forse del melanoma (su cui pesa come fattore confondente l'esposizione a raggi solari). Addirittura si documenta effetto protettivo dell'alcol per tumore vescicale, renale, ovarico e linfomi.

Se la ricerca bibliografica sui fattori determinanti il cancro viene fatta per dieta e ambiente, emergono strettissime associazioni causa-effetto per eccesso di carboidrati, obesità e diabete, ridotta attività fisica, fumo, esposizione a contaminanti alimentari utilizzati nell'industria o nell'agricoltura (nitrosamine, idrocarburi policiclici, cadmio, arsenico, policromobufenili, diossine, pesticidi, interferenti endocrini, e altri ancora), contatto con sostanze utilizzate nel lavoro industriale (ad esempio collanti o clorofenoli nelle lavanderie o nei ristoranti, distruttori endocrini derivanti da una non corretta gestione dei rifiuti, e così via). Più recentemente, particolare importanza nella patogenesi dei tumori viene data all'uso di sostanze anabolizzanti-dopanti nelle palestre.

Tutto ciò ha fatto sì che l'American Institute for Cancer Research nel 2018 (Alcoholic drinks and the risk of cancer, CUP, Continuous Update Project analysing research on cancer prevention and survival, World Cancer Research Fund), dopo attenta revisione della letteratura, abbia rivisto le proprie posizioni rispetto al 2007. Un primo problema metodologico posto dagli autori è la valutazione del contenuto alcolico di un drink (unità di misura con cui si valuta il consumo di alcolici). Ad esempio, in Gran Bretagna il vino è servito in un bicchiere di 250 ml contro i 125 ml generalmente considerato in Italia! L'altro discorso metodologico riguarda i 'confounders' quali appunto tutti quei fattori intrinseci (metabolici, ormonali, genetici, eccetera) o estrinseci (altre abitudini voluttuarie, dieta, esposizioni ambientali e lavorative, sede di residenza e altro ancora) che certamente possono influenzare l'insorgenza di cancro. Gli autori concludono sulla stretta associazione tra alcol e cancro- tumore mammella in epoca pre-menopausale e, carcinoma squamoso dell'esofago (nessuna relazione con adeno-carcinoma).

Per fegato, colon e stomaco bisogna superare dai 30 ai 45 grammi di alcol/die per avere una significativa associazione, e per il pancreas non vi è alcun dato conclusivo. Infine un lavoro di marzo 2019 (Int J Cancer 2019), in cui sono stati valutati come fattori di rischio per tumore il fumo, l'alcol, l'indice di massa corporea, la dieta, l'attività fisica, il digiuno prolungato, le infezioni e le polluzioni ambientali, mostra come circa il 35 per cento di nuovi casi di tumore nell'adulto siano collegati all'associazione di più fattori, fra cui particolarmente la ridotta attività fisica e il fumo. "Quello che ci preme sottolineare, afferma il presidente della Sige Domenico Alvaro, professore di gastroenterologia dell'università 'la Sapienza di Roma' - è il ruolo delle società scientifiche e, nel caso in oggetto, della Società italiana di gastroenterologia ed endoscopia digestiva (Sige) nella interpretazione e diffusione delle novità scientifiche riguardanti la salute dell'uomo". In un mondo in cui la comunicazione fa da padrona assoluta di ogni evento quotidiano, è fondamentale quantomeno una interpretazione delle notizie riguardanti la salute dell'uomo, da parte di chi ne ha le giuste competenze.

La Sige e le altre società scientifiche devono tutte insieme lottare contro il non corretto uso dell'alcol, e ci sono categorie in cui il no è assoluto (NO se al di sotto dell'età legale, NO se si guida, NO sui posti di lavoro, NO se si assumono farmaci, NO se si è in gravidanza, eccetera). Tuttavia non possiamo, alla luce dei dati scientifici, affermare che un bicchiere di vino o una lattina di birra nella nostra alimentazione quotidiana,

faccia venire qualunque tipo di cancro. È necessario altresì che il mondo della produzione e del commercio, dell'agricoltura e dell'economia, della scienza e della comunicazione, lavorino all'unisono nel produrre, nell'insegnare e nel monitorare un globale corretto stile di vita, senza limitare le libertà individuali ma, informando correttamente il cittadino e ricordando, fra l'altro, che ciascuna proibizione porta inevitabilmente alla trasgressione.