

Le due facce dell'alcol divise dalla quantità. Mai sotto 16 anni, alla guida, in gravidanza

29_{APR}



(di Nicola Simonetti) “L'alcol è una sostanza edonica, ma – avvertono la prof. Carmelina Loguercio ed il prof. Domenico Alvaro, ordinari di gastroenterologia rispettivamente delle università di Napoli e La Sapienza di Roma – esso, nel creare piacere, può indurre dipendenza e certamente generare danno a vari organi e apparati. Per i giovani, l'alcol 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, inconsapevoli, si mettono alla guida di veicoli e muoiono (o fanno morire)”.

Diversi articoli denunciano, nei titoli, un rapporto alcol-cancro ma, poi, nei testi, si rileva 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”.

L'American Institute for Cancer Research, nel 2018 dopo attenta revisione della letteratura, invita a tener presente il contenuto alcolico di un drink (unità di misura per il consumo di alcolici) che cambia a seconda dei Paesi. Ad esempio, in Gran Bretagna, il vino è servito in un bicchiere di 250 ml contro i 125 ml generalmente considerato in Italia.

Vanno anche valutati i 'confounders', cioè i fattori intrinseci (metabolici, ormonali, genetici, ecc.) o estrinseci (altre abitudini voluttuarie, dieta, esposizioni ambientali e lavorative, sede di residenza, ecc.) che certamente possono influenzare l'insorgenza di cancro.

Gli autori concludono: “stretta associazione tra alcol e cancro-tumore mammella in epoca premenopausale e, carcinoma squamoso dell'esofago (nessuna relazione con adeno-carcinoma). Per fegato, colon e stomaco bisognerebbe superare i 30- 45 grammi di alcol/die (riferimento non al “bicchiere” ma a quanto alcol è presente nella bevanda, cioè alla sua gradazione alcolica) 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 – dice Alvaro, presidente Società italiana gastroenterologia – è il ruolo delle società scientifiche nella interpretazione e diffusione delle novità scientifiche riguardanti la salute dell'uomo”.

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 (al di sotto dell'età legale, alla guida, sui posti di lavoro, se si assumono farmaci, in gravidanza, ecc.). 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”.

Il cittadino va informato correttamente, ricordando, fra l'altro, che ogni proibizione porta, inevitabilmente, alla trasgressione”.