

la punta di un iceberg

La filosofia è spingersi sempre oltre i limiti e tentare ciò che gli altri non hanno ancora fatto. La

Necknomination è solo la punta di un iceberg. Più sommerso ma non meno nocivo c'è il **Binge Drinking**, ovvero bere senza freno almeno 6 tipi di superalcolici in un ristretto arco di tempo, praticato da giovanissimi dai 14 ai 18 anni. **La Drunkanoressia, invece, è appannaggio delle teenager**, che per non ingrassare assumono le calorie solo dagli alcolici, provocando così un doppio danno: l'anoressia e la dipendenza alcolica.

sempre più giovani

10 milioni di persone sono considerate "consumatori a rischio" perché superano di gran lunga le quantità corrette (40 g di alcol per gli uomini, 20 g per le donne). Tra questi oltre un milione ha fatto il primo assaggio a soli 11 anni (quasi un terzo addirittura al di sotto dei 10 anni). **Il vero consumo inizia, però, a 13 anni**, la prima sbronza a 15. A Milano, di recente designata come la metropoli della precocità europea, due quindicenni su cinque hanno già sperimentato la prima sbronza acuta. Ma l'Osservatorio Permanente Giovani e Alcol di Roma (tel. 02/92592965) conferma che il fenomeno è trasversale da Genova a Bari, da Torino a Roma e a Napoli.

BEVO, CONDIVIDO quindi esisto

Associazioni come l'Aliseo Onlus di Torino (aliseo@gruppoabele.org) evidenziano i motivi che spingono gli adolescenti a fare abuso di alcol:

- ✓ essere protagonisti e attirare l'attenzione di persone dell'altro sesso;
- ✓ sentirsi adeguati e somiglianti al resto del gruppo dei pari e quindi farsi accettare;
- ✓ esplorare nuove situazioni come la sfida, il rischio, le emozioni forti;
- ✓ riempire il vuoto trasmesso dalla noia, dall'apatia, dalla solitudine e dalla malinconia;
- ✓ allontanare da sé la sofferenza dovuta a difficoltà personali, ai rapporti con gli amici, i genitori, il ragazzo o la ragazza, a situazioni frustranti o gravose come la scuola. «Da adolescenti il gruppo è la cosa più importante che ci sia e si è disposti ad alterare la propria immagine a qualunque costo per essere gradevoli, disinibiti e accettati» sottolinea la dottoressa Paola Nicolini, docente di psicologia dello sviluppo e dell'educazione dell'Università di Macerata e autrice del libro *Sentirsi brillo*, Franco Angeli. La bravata poi deve essere postata in rete, altrimenti non ha senso, e serve per dire a tutti: "Ci sono, condivido, dunque esisto!".



i rischi si moltiplicano

L'Organizzazione Mondiale della Sanità, raccomanda la totale astensione dal consumo di alcol al di sotto dei 16 anni, perché **il rischio di sviluppare alcolodipendenza** in età adulta è 4 volte maggiore. «I minori non sono predisposti a metabolizzare l'etanolo», spiega il professor Emanuele Scafato, direttore dell'Osservatorio Nazionale di Alcologia di Torino. «L'alcol fa un danno maggiore negli organi che sono in via di sviluppo come il cervello ed è **la causa della perdita di neuroni**, della riduzione della memoria e della capacità di orientamento».

l'esperto

«GENITORI, FATE SENTIRE LA VOSTRA VICINANZA»

Federico Tonioni, psichiatra dell'Università del Policlinico Gemelli di Roma e autore di Cyberbullismo. Vittime e persecutori, Mondadori dà qualche consiglio ai genitori per aiutare meglio i ragazzi.

● Che significato ha ubriacarsi online?

«Per questa generazione la visibilità mediata dal web è importantissima proprio perché virtuale, ma nella vita reale hanno bisogno di qualcosa che li protegga, che nasconda come sono veramente, e lo stordimento alcolico è perfetto. Sono troppo giovani e insicuri per affrontare il gruppo da soli e lo fanno in compagnia di sostanze».

● I genitori cosa possono fare?

«Innanzitutto devono esserci, perché il problema è proprio la loro assenza! La prima domanda che debbono farsi è: perché non mi manca stare con i miei figli? Devono imparare a tenersi alla distanza che i ragazzi propongono loro e contenere l'ansia. Il controllo va fatto nel modo giusto e senza perdere la fiducia, comprendendo che il gruppo dei pari ha in questa fase della loro vita un ruolo fondamentale e di conseguenza una brutta figura sui social network è la rovina, l'esclusione dalla vita sociale. Il muro contro muro non serve a niente. Meglio suggerire un rimedio "furb" o spiritoso per rispondere alla sfida senza farsi del male. E ammettere: "Ho paura, ma mi fido di te e sappi che se hai bisogno io ci sono sempre"».

Viviana Carfi

settembre 2014 • silhouette 155