

ALESSANDRO SBARBADA
ENRICO BARALDI

1974

1980

1984

1990

1996

2004

2010

BIANCO

E ROSSO

AL VERDE

LA RIVOLUZIONE DEL VINO

MILLELIRE NON TRAMONTA MAI

MILLELIREPERSEMPRE è un'idea di Marcello Baraghini. Prima, negli anni '90 ci furono i **MILLELIRE** di Stampa Alternativa, divenuti EURO, e presenti tutt'ora simbolicamente in libreria. Poi, in anni recenti, i libri BIANCIARDINI, libri da un centesimo l'uno. Gli uni e gli altri non hanno saputo o voluto compiere la rivoluzione editoriale e culturale auspicata.

Oggi, i libri **MILLELIREPERSEMPRE** riprendono la strada della rivoluzione editoriale per portare a compimento il percorso. Lo fanno anzitutto recuperando il patrimonio dei **MILLELIRE** desaparecidi, scomparsi dalle librerie, e poi proponendone di nuovi, ancor più provocanti, intriganti e straordinari. Ma soprattutto, questa volta, azzerando il prezzo di copertina e facendo scomparire per sempre il copyright. Saranno liberi e scaricabili gratuitamente dalla rete. Soltanto con questa modalità e soprattutto con la complicità, fortemente auspicata, di migliaia e migliaia, milioni di lettori, sarà possibile il sogno ad occhi aperti della rivoluzione editoriale che anima da quasi cinquanta anni Stampa Alternativa e, più di recente l'astronave Strade Bianche di Pitigliano.

Io, noi siamo a Pitigliano, via Zuccarelli, 25, aperti sempre. Tel. 0564-615317. Poi siamo decisamente in rete, sul sito **www.stradebianchelibri.weebly.com**, e con la pagina **facebook Strade Bianche**. La nostra mail è **stradebianchelibri@gmail.com**.

BIANCO E ROSSO AL VERDE

LA RIVOLUZIONE DEL VINO

*Prima ti ignorano,
poi ti deridono,
poi ti combattono.
Poi vinci.*

Mahatma Gandhi

IERI

Una rivoluzione ignorata

In Italia negli ultimi cinquant'anni i consumi di vino sono precipitati. Politici e media si sono adoperati con ogni mezzo per difendere la bevanda nazionale. I primi sostenendo, con denaro pubblico, fallimentari strategie di promozione e legiferando discipline ambivalenti; i secondi elargendo informazioni artefatte o falsate sui benefici del vino e ignorando le sofferenze che il consumo di bevande alcoliche provoca nella popolazione. Largamente finanziati da sponsor alcolici, si attivano solo per stragi stradali provocate da conducenti ebbri. Perché la notizia smuova qualche coscienza, al massimo per lo spazio di un paio di giorni, occorre che ci siano 3 o 4 morti nello stesso evento.

Passare da un consumo annuo pro capite di 120 litri di vino degli anni sessanta ai 35 attuali è una rivoluzione degli stili di vita. Come tutte le rivoluzioni vere è partita dal basso.

La madre di tutte le battaglie

Le bevande alcoliche sono una importante causa di sofferenza, malattia e violenza.

Nel documento *Alcol, un piano d'azione europeo* del 1992, l'Organizzazione Mondiale della Sanità sottolinea che la maggior parte dei problemi legati al bere deriva da livelli moderati di consumo, e non dagli ubriachi o dagli alcolodipendenti. Sono i bevitori cosiddetti sociali a determinare l'impatto socio-sanitario ed economico di maggiore peso. Per questo motivo l'approccio ai problemi conseguenti al bere che può portare a un

guadagno per tutti va obbligatoriamente rivolto all'intera popolazione, quale che sia il suo livello di consumo. *Un contesto in cui l'uso ridotto del bere costituisse la norma, eserciterebbe una potente pressione sui forti bevitori a ridurre il loro livello di consumo di alcol.*

La madre di tutte le battaglie è la riduzione del consumo medio di alcol pro-capite nella popolazione generale, cioè la riduzione del bere di tutti e di ciascuno.

Il bere responsabile

L'OMS ha lanciato lo slogan *Alcohol: Less is better* (meno si beve e meglio è), ad affermare l'inesistenza di una soglia minima di consumo esente da rischi per la salute, propria ed altrui.

A fronte dei crolli delle vendite, l'industria delle bevande alcoliche cerca di imporre nella popolazione un concetto differente, privo di fondamento scientifico: il bere responsabile.

Parafrasando ciò che dice Maurizio Crozza sull'idea, altrettanto nefasta, del gioco responsabile, si può affermare: *Bevi responsabile è come dire buttati dalle cascate del Niagara, ma prima perfeziona il tuo stile libero; esponiti all'Ebola, ma accertati di avere i cerotti; abita sotto un tetto d'amianto, ma ogni giorno arieggia le camere.*

Meno alternativi ed eretici

Nei nostri libri *Vino e bufale* (2009) e *La casta del vino* (2011) abbiamo documentato numerosi studi manipolati per sostenere effetti protettivi del vino e informazioni oscurate ad arte a proposito di rischi e danni. Il cittadino è vittima di una deliberata malinformazione su vino, birra e altri alcolici.

A volte le manipolazioni sono così grossolane che ci sarebbe da sorridere, se le conseguenze non ricadessero sulla salute.

Quanto attestato nella più autorevole letteratura scientifica internazionale ha diffusione in libri editi da Stampa Alternativa. L'aria comincia a cambiare, e la conferma di quanto affermavamo inizia a trovare spazio sui media, rendendoci un po' meno alternativi ed eretici.

La regina delle bufale

Manipolazione della ricerca scientifica, superficialità e connivenza giornalistica, hanno creato il mostro mediatico, una bufala grande come una casa, che abbiamo eletto a regina della disinformazione. È la questione del resveratrolo, una sostanza presente in decine di vegetali e anche nella buccia dell'uva e, di conseguenza, in tracce minuscole, nel vino rosso. Studi su cellule coltivate e su topi di laboratorio sembravano dimostrare benefici di tale polifenolo antiossidante. Attenzione: studi in vitro, o su cavie, effettuati col resveratrolo, a concentrazioni sperimentali, non certo col vino rosso assunto dall'uomo in quantità normali. Ma ecco che, con la Tecnica del Fuoco d'Artificio Iniziale, nei titoli altisonanti dei giornali e dei telegiornali, il resveratrolo diventa vino e i topolini uomini. Un esempio è il titolo dell'allegato patinato a colori *Sette de Il Corriere della Sera* che recita, con un ottimismo celebrativo: *Chi beve vino campa cent'anni. E questa volta lo dicono i medici.* L'effetto illusorio del fuoco d'artificio è servito. Ma una sorpresa attende il lettore. Alla fine della descrizione di probabili virtù anti-invecchiamento, antitumorali e cardioprotettive si trova la considerazione finale rivelatrice: *Per avere una concentrazione curativa equivalente a quella che si può mettere a punto in laboratorio, occorrerebbe bere almeno 40 litri di vino rosso al giorno. Ovviamente non è il caso.*

La fine di un mito

Nella letteratura scientifica fioccano le smentite sugli improbabili effetti benefici del vino rosso legati alla presenza di resveratrolo, e anche sulla molecola in sé gli entusiasmi si raffreddano presto.

Il 12 gennaio 2012 *Il Fatto Alimentare* pubblica un articolo a titolo *La bufala del resveratrolo: il principio anti-age estratto dal vino rosso non è un elisir ma il risultato di una frode scientifica*.

La notizia è che Dipak Das, direttore del Cardiovascular Research Center dell'Università del Connecticut, fino a quel momento osannato capo della ricerca cardiovascolare dell'ateneo, detentore di numerosi brevetti e in affari con alcune aziende per la commercializzazione dei principi attivi del vino rosso, è stato licenziato in tronco. *Nei lavori pubblicati da Das si rilevano almeno 145 frodi grossolane, consistenti per lo più nel taroccamento di foto di gel utilizzati per seguire le proteine nei campioni biologici e in altri fantasiosi inganni. Immediata la reazione dell'ateneo: il portavoce ha annunciato che saranno restituiti 890.000 dollari assegnati al signor Das come sovvenzione per studi sul resveratrolo dal National Heart, Lung and Blood Institute dei National Institutes of Health.*

Una notizia clamorosa, con vasta eco in tutto il mondo, ma non in Italia, dove viene rilanciata da pochi siti per addetti ai lavori. Nel maggio 2014, l'ennesimo studio che smentisce gli effetti benefici del vino rosso legati alla presenza di resveratrolo, eseguito dalla Johns Hopkins University e pubblicato su *Jama Internal Medicine*, trova risalto anche sui media italiani perché condotto in due paesi del Chianti. La ricerca denominata *Invecchiare nel Chianti* ha seguito quasi 800 persone per 9 anni, concludendo che il resveratrolo non protegge da malattie

cardiovascolari, non diminuisce il rischio di tumori e non ha alcun effetto antiinfiammatorio.

Proprio la regione nota nel mondo per il suo vino rosso si trova a essere protagonista involontaria della fine di un mito.

A Wikipedia, alla voce resveratrolo, l'ultima parola sulla questione: *Premesso che alcune fitoalessine sono effettivamente risultate attive nella rimozione delle deposizioni aterosclerotiche, l'uso del vino come protettivo è da considerarsi illusorio: le dosi di vino necessarie per un'attività sensibile sono di gran lunga superiori alla dose giornaliera di vino sopportabile.*

La bufala francese

Una bufala che ha trovato vasta eco negli anni novanta è il cosiddetto *Paradosso francese*. In Francia (anzi, nelle regioni meridionali della Francia) si consumano molti acidi grassi saturi di origine animale, killer micidiali per arterie e cuore. Ci si aspetterebbe un gran numero di decessi per patologie cardio-circolatorie. Ciò non si verifica e allora alcuni studiosi, confrontando i numeri della popolazione francese con quelli della popolazione americana, hanno sentenziato che la protezione è data dall'abbondante consumo di vino rosso.

Non è serio ricondurre a un solo fattore un fenomeno complesso e multifattoriale: scegliere come elemento protettivo, tra le abitudini dei francesi, il consumo di vino rosso, ha lo stesso valore di sostenere che portare la baguette sotto l'ascella riduce la mortalità per coronaropatia. I francesi mangiano più frutta e verdura, fanno più movimento, hanno bassa frequenza di sovrappeso. Il vino non c'entra niente (come l'ascella), tant'è che, a un notevole calo del suo consumo, non è conseguito alcun aumento di mortalità per malattie cardiovascolari.

Il vino fa bene al cuore?

In passato è stata sostenuta da numerose ricerche scientifiche una relazione tra il consumo “moderato” di vino, birra e altri alcolici e la protezione da morte prematura, in particolare rispetto ai problemi cardiovascolari.

Il ricercatore Middleton Fillmore ha riesaminato gran parte di questi studi, evidenziando che, il più delle volte, i bevitori “moderati” venivano paragonati non ad astemi, bensì a quelli che in *Vino e bufale* abbiamo definito “astinenti scassati”, persone che avevano smesso di bere perché malate. Le prospettive di salute maggiormente favorevoli dei “bevitori moderati” non erano motivate da un effetto protettivo dell’alcol etilico, ma da una migliore condizione di partenza.

Gli studi che mettevano a confronto bevitori con astemi da lunga data, per scelta o per abitudine, non dimostravano alcuna protezione dovuta al bere.

A tale proposito, il nutrizionista Andrea Ghiselli ha dichiarato: *Rinunciare a due bicchieri di vino al giorno significa tagliare circa 1400 calorie alla settimana. In un mese vuol dire perdere quasi un chilo di peso, con un effetto sul rischio cardiovascolare molto più consistente rispetto a quello, ipotetico, del bicchiere di vino.* L’11 luglio 2014, la *CBS News* titola che anche bere poco alcol può danneggiare il tuo cuore: *Even minimal alcohol drinking may still damage your heart.*

La ricerca, pubblicata sul *British Medical Journal*, opera una revisione su oltre 50 precedenti studi che hanno esaminato il rapporto tra salute cardiovascolare e consumo di bevande alcoliche, con il coinvolgimento di oltre 260mila persone.

A differenza della meta-analisi di Fillmore, di qualche anno prima, questa volta la notizia in poche ore fa il giro del mondo, rilanciata da tutte le agenzie di stampa più importanti.

Strano a dirsi, anche da quelle italiane, a conferma che l'evidenza scientifica non si può più tenere nascosta.

La Stampa, il giorno successivo, titola: *Alcolici: bere un po' fa bene al cuore? No, per niente.*

Nell'articolo si possono leggere le dichiarazioni del dott. Michael Holmes, assistente professore al Department of Transplant Surgery della Perelman School of Medicine dell'Università della Pennsylvania: *Contrariamente a quanto rapporti precedenti hanno dimostrato, ora sembra che qualsiasi esposizione all'alcol ha un impatto negativo sulla salute del cuore.*

Cosa vuoi che sia

Poco meno di tre anni prima, il 25 novembre 2011, su *La Stampa*, un'intera pagina è dedicata al Convegno *Wine, food and cancer prevention* tenuto a Grinzane Cavour. In testa il titolo *VINO E SALUTE. BERE PER PREVENIRE.*

A fondo pagina, si trova un'intervista al Professor Attilio Giacosa, dal titolo *DIECI BICCHIERI DI VINO A SETTIMANA. L'ESPERTO: LA DOSE GIUSTA PER TRARRE BENEFICI.*

Dichiara il Professor Giacosa: *Va sempre ricordato che il consumo elevato di alcool si associa a un aumento della mortalità, così come a un aumento dei tumori e delle malattie del fegato e cardiovascolari. Ma un consumo moderato di vino non è associato ad alcun tipo di rischio oncologico, eccetto il cancro alla mammella e verosimilmente il cancro del cavo orale e del faringe.*

Non sapevamo come definire tale tecnica di informazione, in cui un giornalista e un medico sfiorano le vette tragicomiche. Siamo ricorsi a Luciano Ligabue, e l'abbiamo chiamata *Tecnica del cosa vuoi che sia!*

Infilando gli occhiali per vedere da vicino, siamo riusciti a de-

cifrare una piccola scritta in alto nella pagina: PUBLIKOMPASS. Quel paginone de *La Stampa* è pubblicità a pagamento.

Le Petit Gourmet au Grand Marnier

A proposito di informazioni discutibili, merita una citazione l'opuscolo *Consigli & Ricette per piccoli Gourmet*, a cura di Heinz Beck e Giuseppe Mele.

Nella presentazione viene dichiarato: *Si tratta di un libro nato con la collaborazione della Federazione Italiana Medici Pediatrici (FIMP) in risposta all'esigenza di impostare l'alimentazione dei bambini in modo corretto sin da subito, stimolando la loro curiosità ad apprendere, la conoscenza di nuovi sapori e l'avvicinamento a cibi sani.*

Il volumetto ospita la ricetta della granita di arance e fragole, che indica tra gli ingredienti un cucchiaino e mezzo di Grand Marnier. Strano che esperti pediatri abbiano dimenticato che nessun bambino possiede l'enzima per metabolizzare l'alcol etilico, presente nell'organismo a partire dai 16 anni, e che per legge è vietato somministrare bevande alcoliche ai minori.

Alcol e cancro nel mondo

Ritornando al tumore alla mammella di cui alle dichiarazioni del Professor Giacosa, nel novembre 2011 *JAMA*, prestigiosissima rivista dell'American Medical Association, pubblica una ricerca su 105.986 donne, seguite per 28 anni. La conclusione è che consumare da 3 a 6 unità alcoliche a settimana (meno di un bicchiere di vino al giorno) aumenta del 15% il rischio relativo di sviluppare un cancro al seno, due bicchieri al giorno aumentano questo rischio del 51%. Il tipo di bevanda alcolica ingerita non fa alcuna differenza (*we did not find any difference by type of alcoholic beverage*).

L'evidenza della correlazione tra un moderato consumo di vino, birra o altri alcolici e incremento del rischio di cancro, senza che esista una soglia di sicurezza, è indiscussa e denunciata in tutto il mondo. Naturalmente non in Italia, dove la *Tecnica del filtro magico* governa la scelta unilaterale delle notizie da diffondere.

L'Istituto Australiano contro il Cancro scrive: *Even drinking small amounts of alcohol increases your cancer risk. The more you drink, the greater the risk.*

The type of alcohol you drink doesn't make any difference. Beer, wine and spirits all increase your risk of cancer. (Anche bere piccole quantità di alcol aumenta il tuo rischio di cancro. Tanto più bevi, tanto maggiore è il rischio. Il tipo di bevanda alcolica che bevi non fa alcuna differenza. Birra, vino e spiriti, tutti aumentano il tuo rischio di cancro).

L'Istituto Francese contro il Cancro: *Aucun seuil de consommation sans risque n'a été identifié, et même une consommation faible ou modérée d'alcool augmente le risque de cancers ... L'augmentation de risque est significative dès une consommation moyenne d'un verre par jour. Tous les types de boissons alcoolisées ont le même effet. Toutes les boissons alcoolisées (bière, vin, champagne, alcools forts...) augmentent le risque de cancers.* (Non è stata identificata alcuna soglia di consumo senza rischio e anche un consumo debole o moderato di alcol aumenta il rischio di tumori... L'aumento del rischio è significativo già da un consumo medio di un bicchiere al giorno. Tutti i tipi di bevanda alcolica hanno lo stesso effetto. Tutte le bevande alcoliche, birra, vino, champagne, superalcolici..., aumentano il rischio di tumori).

L'International Agency for Research on Cancer (IARC) ha suddiviso per gruppi tutte le sostanze potenzialmente cancerogene. Vino, birra e altri alcolici rientrano per ben tre volte nel

Gruppo 1 dei cancerogeni per l'uomo al di sopra di ogni ragionevole dubbio:

Alcohol consumption is carcinogenic to humans (Group 1).

Ethanol in alcoholic beverages is carcinogenic to humans (Group 1).

Acetaldehyde associated with the consumption of alcoholic beverages is carcinogenic to humans (Group 1).

Si parla di *consumo* (consumption), mai di *abuso*. Nella stessa categoria rientrano temutissime sostanze cancerogene: nicotina, amianto, benzene, per le quali, allo stesso modo, è insostenibile distinguere tra consumo e abuso.

Soprattutto vino

In molti pensano che in Italia il problema siano i superalcolici o le bevande in voga nei locali della movida. Tuttavia, nel 2012, tra gli utenti in carico a servizi per problemi alcolcorrelati, la bevanda di uso prevalente è il vino nel 62,8% dei casi, la birra nel 21,2% dei casi. Tutte le altre bevande alcoliche messe insieme concorrono per il restante 16%.

In Italia il vino ha ancora un'incidenza straordinaria nei riguardi dei problemi legati al bere.

Secondo il *Global Status Report in Alcohol and Health 2014* dell'OMS, il 66% dell'alcol consumato in Italia viene ingerito per il tramite del vino. Segue la birra con il 23%, mentre tutti i superalcolici insieme contribuiscono per un 11%. Tra i problemi alcolcorrelati si elencano una lunga serie di malattie individuali (almeno una sessantina, dai tumori alla cirrosi), di conseguenze familiari (dalle violenze agli incidenti domestici), di ricadute sociali (dalle morti bianche all'incidentalità stradale) ed economiche (ad esempio il dieci per cento della spesa ospedaliera).

Dove il vino è incontrastato primatista delle bevande alcoliche

consumate, si tenta di mettersi la coscienza a posto: tutto ciò che si vuole connotare positivamente è riferito al vino: le strade del vino, la cultura del vino, la tradizione del vino. Di contro, gli aspetti negativi sono attribuiti all'alcol: le stragi dell'alcol, la tossicità dell'alcol, la droga-alcol. Come se l'uno non fosse veicolo dell'altro.

Alcol e cancro in Italia

Considerato ciò che la comunità scientifica internazionale sostiene rispetto alla relazione bevande alcoliche-cancro, ci si aspetterebbe sensibilità e informazioni adeguate anche a casa nostra: che sia chiaramente diffuso il concetto che la prevenzione del cancro non può prescindere dal contenimento dei consumi di vino, che meno si introduce la sostanza cancerogena alcol meno si rischia, che ogni terapia antitumorale è indebolita dall'assunzione di vino, birra e altri alcolici e che il rischio di recidive aumenta significativamente se non si eliminano le bevande alcoliche dalla dieta. Purtroppo il più autorevole riferimento dell'oncologia nazionale, il professor Umberto Veronesi, ha un suo personale parere diverso, che non esita a divulgare. Nel suo libro *Dell'amore e del dolore delle donne* egli scrive: *Sono un sostenitore di un consumo moderato di vino per la protezione della salute (il resveratrolo contenuto nel vino ha un effetto protettivo nei confronti di alcuni tumori) e anche per il suo valore simbolico. Il padre che versa il vino ai figli è una celebrazione dei legami familiari e dei valori che si tramandano, è un atto di condivisione affettuosa insostituibile.* La cultura alcolica contro la quale la rivoluzione è in atto si alimenta anche di questo.

OGGI

Il paradosso della prevenzione

La madre di tutte le battaglie è ridurre il consumo di vino, birra e altri alcolici della popolazione. I sinistri stradali attribuibili alle bevande alcoliche sono conseguenti solo in minima parte dello strabere. La maggioranza sono riferibili a guidatori che hanno bevuto relativamente poco, anche in misura compatibile con il Codice. Essi hanno già tempi di reazione, visione laterale e capacità di giudizio parzialmente compromessi. A motivo del loro grande numero innalzano il rischio molto più dei pochi ubriachi al volante. L'esempio vale per ciascun problema conseguente al bere: dal comportamento della popolazione nel suo complesso dipendono i danni, più che dai relativamente pochi che strabevono. Un principio teorizzato da Geoffrey Rose sotto il nome di *paradosso della prevenzione*. Quindi è fondamentale conoscere cosa è accaduto e cosa sta accadendo nella popolazione italiana.

Quanto vino

Consumo del vino in litri pro capite/anno dal 1968 al 2013 (varie fonti).

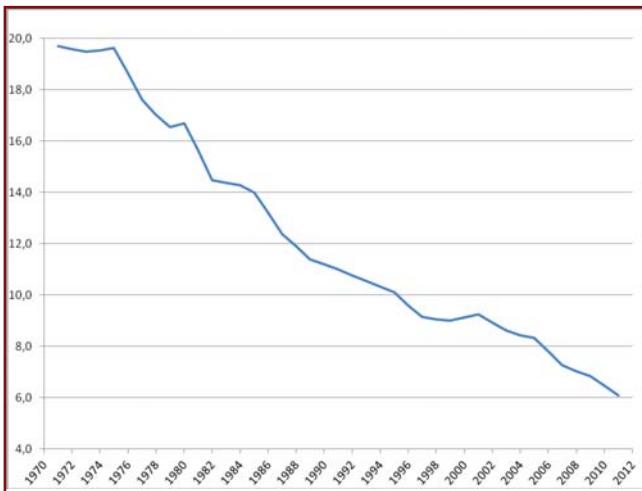


Nel 1967, quando Al Bano Carrisi sposa una giovanissima Romina Power e Little Tony canta *Cuore matto*, l'italiano adulto beve in media 120 litri di vino l'anno. Nel 1992 Silvio Berlusconi scende in campo, Laura Pausini si impone con *La solitudine*, l'italiano beve mediamente la metà. Nel 2013, anno dei due Papi, arriva a quota 35 litri.

Quanto alcol

Viene da pensare che il calo clamoroso del vino avvenga a vantaggio di altre bevande alcoliche. Vediamo i consumi in litri di

alcol pro capite/anno dal 1970 al 2010. Il dato considera l'alcol ingerito attraverso tutte le bevande alcoliche (fonte OMS).



L'andamento del grafico è sovrapponibile al precedente: al traino del vino, anche l'alcol consumato precipita.

Consumi in caduta libera

Alla fine degli anni ottanta, l'Organizzazione Mondiale della Sanità s'era posta l'obiettivo della riduzione dei consumi di alcol pro capite del 25% entro l'anno 2000. Sembrava una meta troppo ambiziosa, eppure l'Italia ha raggiunto e superato il traguardo, centrando una riduzione del 33%.

Nel 2001, l'OMS ha individuato un nuovo obiettivo, apparentemente inavvicinabile: far scendere il consumo pro capite di alcol ad un massimo di 6 litri/anno, entro il 2015.

L'Italia, che all'epoca era a 9 litri, ha raggiunto la soglia dei 6 litri nel 2010. Promossi con 5 anni di anticipo.

Due concetti importanti

Alcuni esperti ritengono che il calo dei consumi riguardi solo bevitori già "moderati", senza intaccare lo zoccolo duro dei consumatori più a rischio.

È utile quanto scriveva l'Organizzazione Mondiale della Sanità nel citato *Piano d'Azione Europeo* del 1992: *i problemi sanitari e sociali legati al bere non solo sono associati alla dipendenza e all'eccessivo consumo, ma per la maggior parte derivano da livelli moderati di consumo. Sono i bevitori cosiddetti sociali a determinare l'impatto socio-sanitario ed economico di maggiore peso per la società. Una riduzione dei consumi comporta la diminuzione dei problemi per tutti i bevitori.* Abbiamo sottolineato più volte il primo dei due concetti: il maggior numero dei problemi è conseguenza di un bere socialmente accettato. Mai come in questo caso è utile ripetersi, perché, riguardo al bere alcolici, sbagliato è sempre il bere altrui e ciascuno considera il proprio comportamento adeguato. Tuttavia la frase dell'OMS propone un secondo importante concetto: ridurre i consumi di una popolazione produce benefici su tutti i bevitori, anche quelli additati come ubriacconi.

Come in guerra

Abbiamo esaminato i numeri forniti da due fonti autorevoli: la *Relazione del Ministro della Salute al Parlamento sugli interventi realizzati ai sensi della Legge 30/03/2001 n. 125 Legge Quadro in materia di alcol e problemi alcolcorrelati*, pubblicata a febbraio 2014, e i dati diffusi all'*Alcohol Prevention Day* il 9 aprile 2014 a Roma.

Le stime più recenti sulla mortalità dicono che in Italia, nel 2010, i morti attribuibili all'alcol sono stati 16.829.

I costi economici che il nostro paese paga per le conseguenze del bere sono stimati in 22 miliardi di euro l'anno, più dell'intero giro d'affari collegato alla produzione ed al commercio di tutte le bevande alcoliche messe insieme, esportazioni comprese. Attenzione però: il giro d'affari riguarda imprenditori e lavoratori del settore, la spesa socio sanitaria è un carico di tutti, anche di chi non beve.

Appaiono numeri da bollettino di guerra che la dicono lunga sulla necessità di un maggiore impegno contro tanto dolore.

Mamma beve bimbo beve

C'è l'urgenza, ad esempio, di una adeguata campagna di informazione, rivolta alle donne, che spieghi la necessità di astenersi dal consumo di vino, birra ed altri alcolici, a partire dal momento in cui si programma una gravidanza, fino a quando si smette di allattare.

L'Italia detiene il primato tra i paesi occidentali di bimbi che vengono al mondo con sindrome alcolico fetale. La molecola alcol è tossica soprattutto per il sistema nervoso in via di formazione, e disgraziatamente attraversa la barriera della placenta, arrivando a un corpicino che, per giunta, non ha un fegato in grado di metabolizzarla. Anche un bicchiere di vino o di birra assunto dalla mamma comporta rischi allo sviluppo del nascituro. Lo stesso principio vale per la mamma che allatta: l'alcol delle bevande che assume passa immodificato nel latte e viene assorbito dal neonato.

Una colpevole superficialità che comporta un pesante tributo per troppi bambini.

Osti in famiglia

Quando i dati vengono interpretati, arrivano le sorprese.

Se esaminiamo l'età della prima assunzione di bevande alcoliche, risulta che l'Italia, insieme all'Inghilterra, è il paese europeo meno virtuoso: l'iniziazione all'alcol avviene intorno agli 11 anni. Se aggiungiamo che, nella gran parte dei casi, il primo oste è un familiare, spostiamo la responsabilità dal mondo dei ragazzini al mondo degli adulti, così da mettere in discussione la nostra cultura alcolica.

Se indaghiamo sull'età d'iniziazione al bere dei nonni e dei genitori di questi undicenni, scopriamo che, generalmente, era al di sotto di tale età.

È necessaria l'informazione scientifica che, prima dei 16 anni, un ragazzino non è in grado di metabolizzare l'alcol etilico, perché il fegato è ancora immaturo e non ha l'enzima alcoldeidrogenasi.

Quando i dati assoluti diventano relativi, in un confronto con gli analoghi di qualche anno fa, si evidenzia una tendenza largamente positiva.

BuonENotizie

MORTALITA': 16.829 morti ogni anno in Italia sono moltissimi, ma solo dieci anni fa i morti stimati erano 30.000, quasi il doppio.

Anche la percentuale di mortalità alcolcorrelata rispetto alla mortalità totale, secondo studi realizzati in ambito OMS, presenta un valore tra i più bassi di tutta la regione europea, soprattutto tra i maschi.

COSTI: 22 miliardi di euro di costi socio sanitari alcolcorrelati ogni anno sono l'equivalente di una Legge Finanziaria, ma solo pochi anni fa erano stimati in 53 miliardi.

CIRROSI EPATICA: il tasso nazionale di mortalità per cirrosi epatica, di cui le bevande alcoliche sono la più importante causa e concausa, che alla fine degli anni settanta in Italia era circa 40 per centomila abitanti, è gradualmente sceso fino ad arrivare nel 1990 a 22,60. Ha poi proseguito tale discesa virtuosa fino ad attestarsi nel 2010 a 8,09 per 100.000 abitanti, contro una media di 17,34 dei paesi di tutta la Regione Europea.

La metà rispetto alla media europea, un quinto rispetto a 30 anni fa.

INCIDENTI STRADALI: il tasso di mortalità (rapporto tra numero morti e popolazione residente, per 1.000.000) è passato dal 124,5 del 2001 al 60,1 del 2012. Più che dimezzato. I morti del sabato sera sulla riviera romagnola sono stati 5 nel corso dell'intero anno 2012, a fronte delle stragi degli anni 80. Tutti sanno quanto la guida in stato di ebbrezza incida sul sangue riversato sulle strade.

DELIRIUM TREMENS: ulteriore conferma del trend positivo è l'attuale episodicità negli ospedali di una tra le patologie alcolcorrelate più gravi, il delirium tremens, alcuni decenni fa molto frequente. Si tratta della Sindrome da astinenza da alcol, laddove si interrompa bruscamente un'assunzione abbondante e prolungata nel tempo. Solo la Sindrome da astinenza da eroina ha una sintomatologia altrettanto drammatica, e comunque meno a rischio di vita.

Ci siamo limitati ad alcuni esempi significativi.

Meno consumi, meno problemi, maggior impegno

L'Italia nel 1970 era il paese dell'Unione Europea con il più alto consumo di alcol pro capite (20 litri/anno). Nel 2010 è il paese con il più basso consumo di alcol pro capite (6 litri/anno).

Per una volta, nonostante la mala informazione, la mala politica e una cultura alcolica dominante, siamo i migliori.

La comparazione tra i dati più recenti e quelli pregressi dimostra la correttezza della tesi del *Piano d'Azione* OMS 1992, di perseguire la riduzione dei consumi nella popolazione, perché quando cala il consumo di alcol pro capite diminuiscono tutti i problemi alcolcorrelati.

I successi vanno vissuti come stimolo, per lavorare con maggiore determinazione. Se, in alcuni contesti, esperienze di vita dolorose, informazioni corrette e scelte coerenti hanno portato alla diffusione di uno stile di vita caratterizzato dalla sobrietà, tanto rimane da fare nei confronti di una casta molto potente, legata alla produzione e al commercio delle bevande alcoliche, che ha a cuore i propri interessi economici, incurante della salute delle persone.

Una discesa quasi inarrestabile

Il 15 aprile 2014 l'agenzia *Winenews* pubblica un articolo in cui definisce i consumi interni di vino *una discesa inarrestabile*. Secondo i dati del rapporto Istat sui consumi di alcolici in Italia nel 2013, rielaborati dall'Unione Italiana Vini, solo il 52% degli italiani consuma vino, 28 milioni di persone.

Un passaggio ci ha colpito: *La nota positiva? Arriva dagli stranieri residenti in Italia, 1,4 milioni di nuovi consumatori che arrivano perlopiù da Romania, Albania ed Ucraina.*

Insomma i produttori di vino, rispetto alla crisi dei consumi degli italiani sono rassegnati, e trovano consolazione nell'aumento delle vendite destinate a rumeni, albanesi, ucraini. Una visione in controtendenza rispetto alle preoccupazioni della popolazione generale, che considera il bere degli immigrati un motivo di pericolo per la sicurezza e l'ordine pubblico.

Questione di punti di vista.

Certo è che, senza il contributo dei nuovi arrivati, il valore dei consumi interni sarebbe ancora inferiore.

Meno e non meglio

Messo di fronte al dato della discesa inarrestabile, il mondo del vino spesso replica con l'affermazione che è corrisposto un aumento della qualità del vino che si beve. Per dirimere la questione, ci siamo avvalsi dell'autorevole collaborazione di un critico enogastronomico, Gianpaolo Giacobbo.

Questo assunto racchiude lo stesso valore di “non esistono più le mezze stagioni”. Quando si parla di rapporto tra il minor consumo e la qualità, bisogna prima di tutto accordarsi sui valori. Per quanto riguarda la minor quantità, se la matematica non è un'opinione, non abbiamo dubbi: il diminuire del consumo di vino pro capite è oggettivo, oggi si beve di meno rispetto ad un tempo.

Il punto rimane sulla qualità, e qui dobbiamo allinearci su cosa si intenda per vino di qualità.

Un vino non è di qualità solo perché è perfetto, tutt'altro. Per ottenere questa perfezione, ci sono tecniche enologiche, legatissime, che lo rendono più stabile rispetto alle variazioni esterne, ma sono tecniche che prevedono elementi esogeni che, sommati uno all'altro, sono tutt'altro che salutari.

Se poi invece il vino proviene da vignaioli che appartengono al loro vino come alla loro terra, saranno loro stessi ad intervenire il meno possibile, perché sono i primi consumatori del loro vino. Si tratta di persone che producono il loro prodotto che è frutto del loro lavoro, della loro terra e del loro vitigno.

Ovviamente anche qui ci saranno delle pratiche enologiche da adottare, che sono sacrosante, ma molto più rispettose della materia prima, perché in questo caso il vino non è solo un pro-

dotto, come potrebbe essere un tavolo di ferro. Questi sono vini a volte più bruttini da vedere, velati: possono avere, appena aperta la bottiglia, qualche sentore non molto gradevole, ma che poi si libera nell'aria. Sono vini vivi, che si prendono anche il rischio di non piacere, ma che hanno un'anima. Tutti questi vini non arrivano all'1% del mercato, un mercato in cui la maggior parte del vino è rappresentato da vino in brick, fusti, bottiglie tappi a vite e comunque vino a basso costo. Ecco quindi che quel famoso rapporto minor consumo, maggiore qualità cade definitivamente.

Alle sue parole aggiungiamo una considerazione, apparentemente banale, ma indispensabile: nel vino di qualità, la molecola dell'alcol etilico è la stessa presente nel vino scadente.

Il medico che beve

Noi non ci occupiamo di alcol, perché l'alcol non è un problema. È un solvente, utile per la pulizia delle scrivanie.

Il problema nasce quando lo si ingerisce: per errore, a scopo autolesivo, o per il tramite di bevanda alcolica.

Nell'ultimo caso non va chiamato "alcol", ma con il suo vero nome: "vino", "birra", eccetera.

Chiamarlo alcol è impersonale.

Chiamarlo vino infastidisce, perché mette in discussione il bere di ciascuno, la tavola apparecchiata con il vino da pasto, o imbandita con la bottiglia delle feste.

Vladimir Hudolin, lo psichiatra che ha rivoluzionato il modo di porsi rispetto ai problemi alcolcorrelati, diceva che *alcolista è chi beve più del suo medico*: un medico che beve due litri di vino al giorno, di fronte ad un paziente che ne beve altrettanti pensa che tutto vada bene, perché, come lui, beve bene, beve il giusto.

Meno un medico beve, più riconosce i problemi del bere.

Una società che beve

Ciò che Hudolin affermava per il medico vale anche per l'intera società.

Il crollo dei consumi ci ha posto nella condizione del clinico che, bevendo di meno, riconosce più facilmente la persona e la famiglia che soffrono a motivo delle bevande alcoliche.

40 anni fa c'erano molti più problemi legati al bere, molti più incidenti sulla strada per la guida in stato di ebbrezza, sul lavoro, in casa.

Non c'erano i gruppi di auto aiuto come Alcolisti Anonimi, le comunità multifamiliari dei Club alcologici territoriali, i Servizi di Alcologia, gli etilometri per le strade. Eravamo sommersi dalle bevande alcoliche, e dai problemi che ne derivano, da non riuscire a riconoscerli. La cosiddetta "emergenza alcol" esplose al minimo storico del consumo e delle conseguenze negli ultimi 40 anni.

Non ce lo fanno sapere

Chi si occupa delle sofferenze legate al bere dovrebbe rallegrarsi del cambiamento culturale e dei consumi che i numeri testimoniano. Invece – paradossalmente – tende a non parlarne o a sminuirne il significato. Forse qualcuno ha paura di perdere il suo piccolo posto di potere, l'interesse o i finanziamenti della politica.

I risultati ottenuti non sono arrivati *grazie* alla politica, ma *nonostante* la politica.

Una politica collusa con la casta del vino, che ha finanziato i produttori e ha concesso ben poco alla prevenzione e alla corretta informazione, cedendo alla pressione delle lobby alcoliche.

Il business dei farmaci

Nessuno più si stupisce dei legami tra politica e interessi economici di commerci non etici, ad esempio armi, slot machine, bevande alcoliche.

Meno scontata è l'osservazione che il business inquina anche la scelta dell'approccio da proporre alle persone e famiglie coinvolte nei problemi legati al bere.

Le multinazionali del farmaco periodicamente lanciano sul mercato costosi prodotti chimici propagandati come risolutivi, ma con effetti, nel migliore dei casi, parziali, a fronte di un fenomeno complesso e multifattoriale.

I trattamenti più efficaci per smettere di bere sono quelli meno costosi, come i Club alcolologici territoriali e i gruppi dei dodici passi (Alcolisti Anonimi, Al Anon, Al Ateen).

I dati del 2012 indicano come in Italia solo il 6,3% delle persone con problemi alcolcorrelati che accedono ai Servizi pubblici viene inviato a un Club o un gruppo A.A. In Lombardia il dato si ferma al 1,3%!

Vladimir Hudolin, in un'intervista sul numero di dicembre 1994 della rivista nazionale dei Club *Camminando Insieme*, profetizzò: *Per fortuna i Club non hanno problemi economici (o meglio non dovrebbero averne), perché i Club di per sé, e gli altri programmi per i problemi alcolcorrelati e complessi, lavorano meglio se non c'è di mezzo il denaro. Se mancano i finanziamenti per la Sanità - e mancheranno a quanto sembra - i Club dovrebbero funzionare meglio, e saranno, forse, più richiesti dalle strutture pubbliche.*

I soldi destinati alla Sanità sono effettivamente stati ridotti, ma numerose strutture pubbliche persistono a prediligere interventi costosi, con poca evidenza di efficacia.

FUTURO

Nessun rimpianto

Quando il ministro Girolamo Sirchia propose di proibire il fumo nei locali pubblici si scatenarono discussioni e polemiche sullo Stato moralista, liberticida e proibizionista.

In pochi anni gli italiani si sono adeguati. Oggi è normale che sia così e nessuno, fumatori compresi, penserebbe di tornare indietro.

Fino a non molti anni fa veniva servito vino ai ricoverati in ospedale, e nessuno aveva da ridire. Oggi si è affermata la cultura dell'incompatibilità tra bevande alcoliche e salute. Il vino, la birra e agli altri alcolici stanno gradualmente scomparendo anche dalle mense e dai bar delle strutture sanitarie. Come dire che lo spazio destinato alla cura deve essere "analcolico", per trasmettere un messaggio chiaro sugli stili di vita, ed allinearsi alle disposizioni di Legge sull'obbligo di alcolemia zero per il personale sanitario in servizio. Analogo il discorso sulle case di riposo, dove l'età, la frequente concomitanza di patologie e di assunzione di farmaci sono controindicazioni al bere. Il futuro è già in corso.

Una nuova cultura

Secondo il dato ISTAT, nel 2012 il 66,6 % degli italiani di età superiore a 14 anni ha bevuto almeno una bevanda alcolica. La Relazione ministeriale che analizza i dati dedica tante pagine di cifre e considerazioni sui "consumatori fuori pasto", quasi a lasciar intendere che il consumo a pasto non sia un problema, tante pagine sul "consumo non moderato", quasi a lasciare in-

tendere che il consumo “moderato” non sia un problema, ma non una mezza riga alla percentuale dei non bevitori.

Circa un terzo degli italiani adulti, il 33,4 %, non ha assunto nemmeno una bevanda alcolica in tutto il 2012. Nel 2002 i non bevitori erano il 29,8 per cento, dunque, conti alla mano, centinaia di migliaia di bevitori in meno ogni anno.

Di questa discesa del numero dei bevitori, in Italia nessuno parla, ancora. Occorre prenderne atto e ragionarci con attenzione.

Il mondo della ristorazione

Il mondo della ristorazione modifica l’offerta alla clientela seguendo i cambiamenti che si susseguono nelle comunità. I locali si attrezzano per rispondere alle esigenze di un crescente numero di vegetariani, vegani, celiaci.

In realtà chi lavora sul campo si è accorto benissimo, già da anni, del calo dei consumi di bevande alcoliche, contrastante con l’immagine del “vino prodotto vincente” millantata da chi ha interesse a nascondere la verità. L’involuzione dei consumi porterà gli esercenti più accorti a dedicare una sempre maggiore cura a chi ha scelto di non bere vino, birra e altri alcolici. Soprattutto si evidenzierà una nuova cultura, dove il non bere diviene comportamento non più minoritario e deriso, ma predominante e alla moda. Un esempio virtuoso è l’iniziativa *Bevi sano e con gusto, bevi analcolico*, che si tiene da alcuni anni in estate in Versilia.

Il mondo della prevenzione

Tanto resta da fare nei confronti di chi opera nella prevenzione. Non è più tempo di piangersi addosso, di lamentare di non essere ascoltati, di temere che la sensibilizzazione e l’informa-

zione corretta siano bollate di proibizionismo. I numeri evidenziano una tendenza favorevole, caratterizzata da minori consumi e minori conseguenze negative nelle comunità.

È l'ora di presentarsi come consapevoli pionieri di un futuro più sobrio e proporre le informazioni con un atteggiamento nuovo, vincente, che diventa parte integrante di quanto si comunica.

Forti dei risultati raggiunti, guadagneremo in convinzione e determinazione. In questo momento storico del cambiamento, la modalità con cui ci porremo potrà divenire il valore aggiunto per conseguire risultati migliori.

Tra il dire e il fare c'è di mezzo il bere

La prima prevenzione è smettere di promuovere le bevande alcoliche, di accostarle ad ogni momento di festa, celebrazione, ricorrenza, incontro conviviale. Può essere che un giorno non ci saranno più feste alcoliche per ogni circostanza: della birra, del vino novello, delle cantine aperte e dei calici di stelle. Oggi occorre chiedere con forza che gli enti pubblici e le associazioni private con finalità sociali si astengano da collusioni, sponsorizzazioni o patrocini: non ha senso una Festa della Birra promossa da una Croce Rossa.

Alcune ricorrenze sembrano inseparabili dal brindisi con il vino, durante il quale ci si augura salute, lunga vita, serenità, ovvero proprio ciò che gli alcolici mettono a rischio. Ogni anno la notte di San Silvestro molte persone si rivolgono al Pronto Soccorso per intossicazioni etiliche e, talvolta, la strada torna ad essere il luogo del non ritorno. Occorrono alternative sane alla abitudine alcolica. Il brindisi augurale è una consuetudine stereotipata, di cui ben pochi conoscono le origini. Il vino rosso nell'antichità era il sostituto del sangue umano di crudeli riti

sacrificiali con cui si alzavano i calici agli dei, e l'usanza di brindare nasce da un atto di diffidenza reciproca, perché era il modo di condividere la bevanda quando i nobili temevano di essere avvelenati. L'ultimo dell'anno un'alternativa può essere sostituire il brindisi di mezzanotte con un abbraccio alla persona vicina. Noi ci abbiamo provato.

Abbracci anziché brindisi

L'idea dell'Abbraccio di mezzanotte è di più che un brindisi analcolico. Ci interessa un cambiamento che sia propositivo, non una proposta di astinenza. Andiamo oltre il gesto del brindisi, che fa toccare tra loro freddi bicchieri, oggetti che si frappongono tra due persone, per riportare al centro il calore del contatto umano, dell'incontro fisico. Una vicinanza che vuol dire affetto e genuina intenzione augurale. In un contesto sociale caratterizzato da diffidenza e disagio nel contatto, ci pare un cambiamento rivoluzionario nella sua semplicità. *Importante non è l'alcol, importante è l'Uomo*, diceva Vladimir Hudolin. Più delle parole vale l'esperienza, il salto emotivo di abbandonare un rapporto mediato dal vetro per recuperare il senso e il piacere del sentirsi a pelle.

L'auspicio, il sogno, è che la nostra proposta possa crescere con il passare del tempo, ed estendersi in futuro ai compleanni, ai matrimoni, a tutti i rituali di celebrazione.

31 dicembre 2050

Anche la Relazione ministeriale relativa al 2049 conferma il calo del consumo pro capite di vino, ormai si viaggia stabilmente sotto la decina di litri annui. Ciò che non cala sono i nostri anni, e il volume dei ricordi che si lasciano cullare tra neuroni sempre più sonnecchianti. Il drone che ha consegnato il

giornale si allontana dalla finestra, mentre qualcuno avanza chiasoso, scompigliando il brusio un po' triste del Circolo Anziani. I nostri nipoti! Meno male, si sono ricordati di noi. “Nonno, non fare tardi questa sera!”, scherza uno; “Noi stiamo in città” - incalza l'altro – “per il tradizionale Abbraccio di mezzanotte ... Tutti in piazza, al concerto dei Pooh, a scambiarci gli auguri!” Come ogni volta, da una decina d'anni in qua, proviamo a spiegare loro che noi siamo gli inventori dell'Abbraccio, che nel lontano 2012 lo facevamo solo noi due, poi l'anno dopo eravamo in 46, poi... Poi incontriamo i loro sguardi un po' inteneriti e un po' di sopportazione: “Poveri nonni, gran brutta bestia la vecchiaia”.

*Questa stanza buia
nasconderà armadi di abbracci,
e mi vestirà.*
Luigi Mariano

NEGLI ULTIMI CINQUANT'ANNI I CONSUMI DI VINO SONO
ANDATI IN CADUTA LIBERA, DA 120 A 35 LITRI PRO
CAPITE L'ANNO.

UNA NOTIZIA BRUTTA PER ALCUNI, BELLA PER ALTRI.
BARALDI E SBARBADA DESCRIVONO LA
SORPRENDENTE E MISCONOSCIUTA RIVOLUZIONE
ALCOLICA, IN UN PERCORSO CHE PARTE DAL DELIRIUM
TREMENS E ARRIVA ALL'ABBRACCIO DI MEZZANOTTE.

MILLELIRE PER SEMPRE
E' UN'IDEA DI
MARCELLO BARAGHINI
CON LA COLLABORAZIONE DI
CLAUDIO SCAIA

STAMPA ALTERNATIVA

MILLELIRE PER SEMPRE

STRADE BIANCHE

1€