

# Noi e l'alcol oggi

L'alcol nella nostra cultura è sempre stata una droga molto speciale, ampiamente diffusa e accettata.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità l'alcol, indipendentemente dalla bevanda che lo contiene (alcol pops, vino, birra, superalcolici), è una droga come le altre (fumo, droghe illegali).

Bere alcolici è comportamento presente nelle nostre comunità, né buono, né cattivo dal punto di vista morale, ma rappresenta un comportamento a rischio per la nostra e l'altrui salute.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità oggi non è più corretto parlare di uso e abuso di alcol, ma semplicemente di consumo di alcol.

La prevenzione dell'infarto si fa con alimentazione corretta e con sani stili di vita; il consumo moderato di vino, può essere un piacere, ma non è assolutamente necessario per prevenire, ad esempio, le malattie cardiovascolari.

Naturalmente la cosa più importante è che ciascuno di noi, ogni famiglia, sia correttamente informata su cosa è l'alcol, quali sono i rischi che comporta il suo consumo e possa essere libera di scegliere se bere o non bere. Nelle nostre comunità i problemi correlati al **consumo di alcolici** sono una delle principali cause di sofferenza, **provocano malattie fisiche e psichiche, incidenti, infortuni e creano problemi familiari e sociali.**

## UNA CAMPAGNA PER RIDURRE I CONSUMI DI ALCOL

In passato si pensava che l'unico problema alcolcorrelato fosse l'alcolismo e che l'alcolismo riguardasse persone sole ed emarginate. Oggi sappiamo che i problemi alcolcorrelati sono tanti e diversi e che possono riguardare tutti noi.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha dimostrato che esiste uno stretto rapporto tra quanto alcol consuma mediamente la popolazione di una comunità e la quantità di problemi alcolcorrelati che si registrano in quella comunità.

Alto consumo → alto rischio

Basso consumo → basso rischio

Nessun consumo → nessun rischio

## ALCOL, SENZA È MEGLIO

Se si ha **meno di 16 anni di età**

Se si è in **gravidanza o si sta allattando**

Se si **assumono farmaci**

Se si **soffre di una patologia acuta o cronica**

Se si è o si è stata **persona con problemi di alcol**

Se si hanno o si sono avuti **altri tipi di dipendenza**

Se si è a **digiuno o lontano dai pasti**

Se ci si **deve recare al lavoro o durante l'attività lavorativa**

Se si deve **guidare un veicolo** o usare un macchinario

## TUTTI POSSIAMO ADERIRE ALLA CAMPAGNA PER RIDURRE I CONSUMI NELLA NOSTRA COMUNITÀ. COME?

Riflettendo sul nostro consumo di alcol e su quello della nostra famiglia.

Appoggiando iniziative nella comunità che sviluppino informazione e sensibilizzazione sul consumo di alcol e sui problemi alcolcorrelati.

Contribuendo a sviluppare idee, atteggiamenti, comportamenti, regole e ambienti che proteggano i nostri bambini e adolescenti dagli effetti negativi derivati dal consumo di alcol.

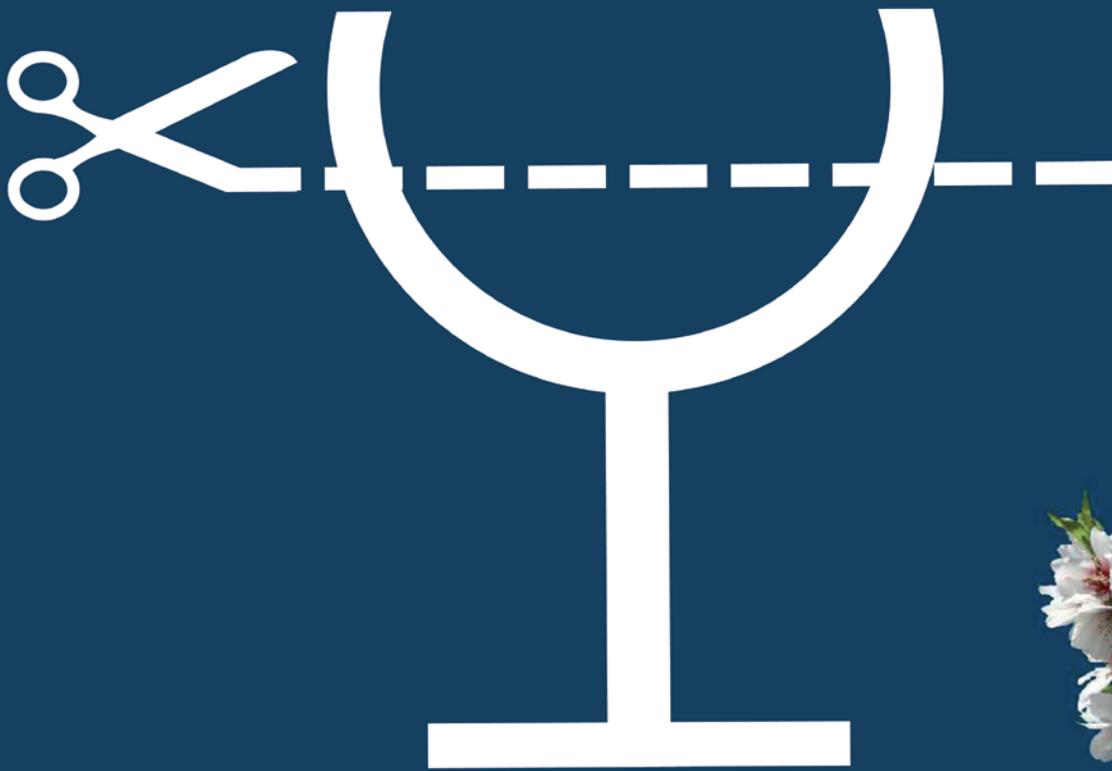
Aiutando una persona e/o una famiglia con problemi di alcol ad entrare in contatto con i programmi alcolologici territoriali.

## SERVIZI DI ALCOLOGIA

Borgo	0461.755614
Cles	0463.660282
Malé	0463.909446
Pergine	0461.515342
Predazzo	0462.508809
Primiero	0439.764444
Riva del Garda	0464.582670
Rovereto	0464.453611
Tione	0465.339730
Trento	0461.235825



# Alcol. Meno è meglio.



Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)

