

**LA  
DIPENDENZA  
DALL'ALCOL**

# DIPENDENZA PSICOLOGICA

Insieme alla dipendenza fisica si instaura una dipendenza psicologica che si manifesta come "craving", cioè come desiderio intenso e irrefrenabile di assumere la sostanza per poterne sperimentare gli effetti piacevoli, o come abbiamo visto, per evitare i sintomi spiacevoli legati all'astinenza.

A lungo andare chi impara ad usare l'alcol per ottenere determinati effetti, tende ad aumentare, per il meccanismo della tolleranza, le dosi e anche la frequenza di assunzione, associando l'uso di alcol a varie situazioni, ambienti, stati d'animo, bisogni, fino a creare un legame specifico con la sostanza che acquisterà sempre più importanza nella vita della persona, finché il soggetto arriva a occupare gran parte della sua giornata per procurarsi, assumere e smaltire gli effetti dell'alcol.

# VULNERABILITÀ

Diverse ricerche scientifiche hanno determinato che esistono persone particolarmente vulnerabili a sviluppare una dipendenza nei confronti dell'alcol.

Tale vulnerabilità può essere determinata da fattori genetici (e quindi ereditari) e psicosociali che faciliterebbero il manifestarsi di un rapporto di dipendenza con l'alcol.

In ogni caso va ricordato che nessuna persona può considerarsi in modo assoluto immune dal pericolo di problemi alcol correlati.

# DIPENDENZA FISICA



# DIPENDENZA FISICA

E' esperienza comune verificare che se una persona si abitua a consumare bevande alcoliche, nel tempo i suoi effetti tendono a ridursi a parità di quantità introdotte, cosicché chi beve può nel tempo aumentare le dosi senza avvertire i sintomi di ubriachezza.

Questo meccanismo è noto con il termine di assuefazione o tolleranza e indica un adattamento dell'organismo agli effetti della sostanza, dovuti ad un aumento della capacità del fegato di metabolizzare l'alcol e ad una maggior resistenza del cervello ai suoi effetti psicoattivi.

# DIPENDENZA FISICA

La tolleranza si sviluppa di solito nel corso di anni, per cui molte persone si trovano ad aver aumentato il loro consumo di bevande alcoliche quasi senza rendersene conto, convinte di bere ancora "moderatamente" perché non avvertono i sintomi dell'ubriachezza.

Sono più a rischio soprattutto coloro che assumono alcol per i suoi effetti piacevoli, in quanto nel tempo dovranno bere sempre di più per poterli avvertire con l'intensità cui sono abituati.

# DIPENDENZA FISICA

Questo non significa che per lui l'alcol sia meno dannoso, anzi, proprio perché lui avverte i sintomi dell'intossicazione acuta tardivamente, è portato ad assumere alcol in quantità elevate, sovraccaricando il fegato ed esponendo quindi il suo organismo agli effetti tossici di questa sostanza.

Inoltre può instaurarsi nel tempo anche un legame di dipendenza fisica e psicologica, con la comparsa di sintomi di astinenza qualora si riduca o si interrompa bruscamente la sua assunzione.

# DIPENDENZA FISICA

L'azione sedativa dell'alcol viene improvvisamente a mancare, l'organismo rimane spiazzato e si verifica uno squilibrio che si traduce nella comparsa dei cosiddetti "sintomi d'astinenza" che sono di segno opposto rispetto agli effetti indotti dall'alcol.

Perciò se l'alcol ha un'azione ansiolitica, la risposta sarà l'agitazione e l'irritabilità; se l'alcol rilassa, la sua assenza causerà tremori, sudorazione, palpitazioni, nausea; se l'alcol induce sonnolenza, la sua sospensione provocherà insonnia, e così via...



# DIPENDENZA FISICA

Chi avverte questi sintomi disturbanti impara ben presto a ricorrere all'alcol per poterli attenuare instaurando un **CIRCOLO VIZIOSO** che non fa altro che alimentare il legame di dipendenza.

Nei casi in cui lo stato di intossicazione fisica sia significativo, l'improvvisa interruzione dell'uso di alcol può determinare sintomi molto più gravi, quali agitazione, febbre, disidratazione, allucinazioni visive e uditive, crisi convulsive, e nei casi estremi addirittura la morte, soprattutto se la persona non viene trattata con una terapia adeguata...

Questo quadro astinenziale prende il nome di "delirium tremens" che per fortuna al giorno d'oggi è una situazione meno frequente di un tempo.

# GLOSSARIO

**TOLLERANZA O ASSUFAZIONE:** si sviluppa di solito nel corso di anni, per cui molte persone si trovano ad aver aumentato il loro consumo di bevande alcoliche quasi senza rendersene conto, convinte di bere ancora "moderatamente" perché non avvertono i sintomi dell'ubriachezza.

**REGGERE L'ALCOL:** una persona, continuando ad assumere bevande alcoliche in quantità e con frequenza sempre maggiore, ha sviluppato una tolleranza nei confronti dell'alcol.

# DIPENDENZA PSICOLOGICA



# DIPENDENZA PSICOLOGICA

Insieme alla dipendenza fisica si instaura una dipendenza psicologica che si manifesta come "craving", cioè come desiderio intenso e irrefrenabile di assumere la sostanza per poterne sperimentare gli effetti piacevoli, o come abbiamo visto, per evitare i sintomi spiacevoli legati all'astinenza.

A lungo andare chi impara ad usare l'alcol per ottenere determinati effetti, tende ad aumentare, per il meccanismo della tolleranza, le dosi e anche la frequenza di assunzione, associando l'uso di alcol a varie situazioni, ambienti, stati d'animo, bisogni, fino a creare un legame specifico con la sostanza che acquisterà sempre più importanza nella vita della persona, finché il soggetto arriva a occupare gran parte della sua giornata per procurarsi, assumere e smaltire gli effetti dell'alcol.

# DIPENDENZA PSICOLOGICA

Chi ha sviluppato una dipendenza non riesce a fare a meno di assumere la sostanza nonostante sia consapevole delle conseguenze dannose di questo comportamento e si convince di non poter svolgere le normali attività della vita quotidiana se non è sotto l'effetto dell'alcol.

E' chiaro che, a lungo andare, la perdita della capacità di controllare l'uso di alcol porta all'instaurarsi di numerose problematiche a livello fisico, psicologico, familiare, relazionale e sociale.