

Si riporta un articolo della "Repubblica" ed un articolo tratto da rivista statunitense, sui danni reali di alcool e tabacco:

la classifica



1
EROINA
L'uso è illegale anche in Italia. È un derivato dell'oppio coltivato nel Sud Est asiatico



2
COCAINA
Consumo illegale. L'uso della coca è aumentato in modo esponenziale negli ultimi anni



3
BARBITURICI
L'uso dei medicinali a base di barbiturici è autorizzato solo dietro prescrizione medica



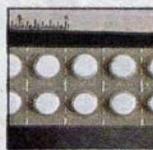
4
METADONE
Distribuito dai Sert per le terapie a scalare per i tossicodipendenti da eroina



5
ALCOL
Commercio e consumo liberi. Anche se l'uso eccessivo crea gravi problemi



6
GHETAMINE
Analgesico usato dai veterinari. Adesso anche sugli esseri umani. Molto pericoloso



7
BENZODIAZEPINE
Solo su prescrizione medica. Due esempi: Tavor e Valium



8
ANFETAMINE
Sostanze stimolanti. Portano ad uno stato d'eccitazione, inappetenza



9
TABACCO
Vendita libera in tutti i Paesi. Una delle cause dell'insorgere del tumore al polmone



10
CANNABIS
L'uso ed il consumo sono proibiti in Italia. Acceso il dibattito tra le forze politiche



11
SOLVENTI
Sono prodotti che provocano uno stato d'ebbrezza come la colla o l'acetone



12
LSD
Vietato in Italia. È composto dall'acido lisergico. Crea eccitazione, molto pericoloso



13
METILFENIDATO
Principio attivo del Ritalin usato per i disturbi d'attenzione dei bambini



14
STEROIDI
Proibiti in Italia. Usati per aumentare la massa muscolare degli atleti



15
GHB
Viene prescritto sotto controllo medico per le terapie specifiche degli alcolisti



16
ECSTASY
Eccita il sistema nervoso. Molto pericoloso specie se mischiato con sostanze alcoliche

Su Lancet pubblicato lo studio redatto da autorevoli studiosi britannici. Sarebbero addirittura più nocivi di Lsd ed ecstasy

"Alcol e fumo più dannosi della cannabis"

Ricerca shock a Londra: ecco la classifica delle sostanze più pericolose

DAL NOSTRO CORRISPONDENTE
ENRICO FRANCESCHINI

LONDRA — Le droghe legali fanno più danni di alcune delle più diffuse droghe illegali. Alcol e tabacco sono più pericolosi per la salute di cannabis, Lsd ed ecstasy, dunque vanno considerati alla stregua dei narcotici più nocivi anche se è possibile acquistarli al supermarket e dal tabaccaio. Ad affermarlo sono alcuni dei più autorevoli studiosi ed esperti britannici, in un rapporto pubblicato dalla rivista scientifica Lancet. Il sistema di classificazione della gravità delle droghe attualmente usato da governo, magistratura e forze dell'ordine nel Regno Unito, dicono nel documento, è «arbitrario», non tiene conto dei dati oggettivi e dunque va radicalmente modificato. Gli studiosi, tra i quali membri del comitato che agisce da consulente governativo in materia di droghe, offrono una nuova classificazione, in cui alcolici e tabacco figurano rispettivamente al quinto e al nono posto fra le venti droghe più socialmente pericolose, suggerendo che le autorità ne tengano conto nel predisporre misure per affrontarne le conseguenze. L'iniziativa ha ricevuto ampio spazio sulla stampa londinese, con il Guardian che le ha dedicato ieri il principale titolo di prima pagina. «Siamo di fronte a un immenso problema», dice Colin Blakemore, direttore del Medical Research Council e coordinatore del rapporto apparso su Lancet. «La droga non è mai stata così facilmente disponibile, così a buon mercato, così potente e così ampiamente usata. Chiaramente i programmi che sono stati usati negli ultimi quarant'anni per combattere questo fenomeno non hanno funzionato. Perciò pensiamo che sia necessario guardare al problema da una prospettiva nuova e ci auguriamo che il nostro studio contribuisca a questo». Secondo altri autori della ricerca, una diversa classificazione della gravità delle droghe, legali e illegali, deve avere come prima conseguenza un differente sistema di pene detentive e sanzioni legali per chi ne fa uso. «Il punto che vogliamo sottolineare è che tutte le droghe sono pericolose, anche quelle che si possono acquistare legalmente e che la gente non considera gravemente nocive, come per esempio l'uso regolare di alcolici», osserva il professor David Nutt, psicofarmacologo della Bristol University.

Per elaborare la nuova graduatoria, gli autori del rapporto hanno chiesto a un gruppo di esperti di classificare venti droghe in nove categorie: tre riguardanti i danni fisici che esse causano, tre sulla probabilità che creino una

dependenza e tre sui danni sociali e i costi per la sanità pubblica. Il risultato è stato che eroina e cocaina si sono piazzate rispettivamente al primo e secondo posto della lista, ma alcol e tabacco,

droghe legali, compaiono tra le prime dieci. Cannabis, dalla cui pianta viene ricavata la marijuana, appare in undicesima posizione, pur tenendo conto di una nuova variante chiamata

«skunk» (alla lettera, puzza), che secondo gli studiosi interpellati dal rapporto è circa tre volte più potente di quella normale. L'allucinogeno Lsd compare al quattordicesimo posto e l'ecsta-



THE LANCET

La rivista ha pubblicato la ricerca secondo cui alcol e tabacco sono più pericolosi di cannabis, Lsd ed ecstasy

sy al diciottesimo, nonostante entrambe siano attualmente considerate droghe di «categoria A», la stessa di eroina e cocaina, cioè della massima gravità, nel sistema di classificazione in vigore. La posizione dell'ecstasy in fondo alla graduatoria e quella dell'alcol al quarto posto, spiega il professor Nutt, dipende in parte dal fatto che l'ecstasy causa meno di dieci morti all'anno in Gran Bretagna mentre una persona al giorno viene uccisa da alcolismo acuto e migliaia soffrono gravi malattie per l'uso cronico di alcolici. Il rapporto conclude che la nuova graduatoria sarebbe più veritiera e rifletterebbe più accuratamente i danni sociali di ogni tipo di droga.

L'INTERVISTA

Luigi Cancrini, psichiatra e direttore scientifico della comunità Saman

“Anche in Italia sono troppe le vittime di vino e liquori”

ELENA DUSI

ROMA — Ormai sono parte integrante della nostra cultura, e per questo li assolviamo di fatto. Ma per Luigi Cancrini, psichiatra e direttore scientifico della comunità di recupero Saman, la pericolosità di alcol e tabacco è evidente.

L'accettazione da parte della società (e della legge) nasce dal minor rischio di dipendenza? «La dipendenza dal tabacco è in genere reversibile, con opportuni trattamenti. Ma l'alcol nel nostro paese è la droga che in assoluto uccide di più. Può creare una dipendenza sia psicologica che fisica. E il delirium tremens



Luigi Cancrini

che colpisce i bevitori importanti, quando stanno lontani dal bicchiere, è una vera e propria crisi di astinenza. Tanto che era curata con piccole iniezioni di alcol in vena».

Allora perché tanta liberalità?

«Perché l'alcol fa parte della nostra cultura, e nella maggior parte dei casi siamo capaci di

gli indiani d'America, sono state distrutte dall' "acqua di fuoco". Hanno fatto più vittime rum e whisky dei fucili».

Bottiglia e sigaretta saranno anche droghe, ma ci sentiamo capaci di gestirle. Per questo non sono vietate?

«Se un giovane è dipendente dall'alcol, lo giudichiamo un debole. Se è dipendente dall'eroina, pensiamo che la droga sia un problema sociale. Ma proviamo a riflettere un attimo: i genitori di Stalin e Hitler erano degli alcolizzati, e all'interno delle famiglie con questo problema si commettono abusi terribili. Chissà, forse la storia sarebbe stata diversa senza la bottiglia».

Eppure vietare alcol e sigarette sarebbe impensabile. «Le nuove leggi sul fumo sono positive. Quanto all'alcol, sappiamo che una delle voci importanti del nostro export è rappresentata da vino e liquori. Negli anni '90 provammo in Parlamento a porre il divieto di pubblicità dei liquori. Ma non fu possibile».

«Le nuove leggi sul fumo sono positive. Quanto all'alcol, sappiamo che una delle voci importanti del nostro export è rappresentata da vino e liquori. Negli anni '90 provammo in Parlamento a porre il divieto di pubblicità dei liquori. Ma non fu possibile».

▪ "Droghe legali" che sono più pericolose di quelle illegali

Una nuova ricerca ha trovato che **alcol** e **tabacco** sono più pericolosi di alcune droghe illegali. Basandosi sui rischi reali per la società, l'alcol e il tabacco sono fra le **10 principali sostanze più pericolose**.

Il rischio per la società è stato calcolato in base al danno fisico per l'utente, sul potenziale per assuefazione della droga e sull'effetto sulla società dell'uso della droga. I gruppi di esperti hanno assegnato un punteggio a 20 droghe differenti, compreso eroina, cocaina, ecstasy, anfetamine ed LSD.

Eroina, cocaina, barbiturici ed il metadone spacciato, sono stati considerati i più pericolosi. L'alcol è la quinta droga più nociva ed il tabacco è la nona. Nè marijuana nè ecstasy erano fra le 10 principali.

Il tabacco causa il **40 per cento** di tutte le malattie da ospedalizzazione, mentre l'alcol è la causa di più della **metà** di tutte le visite al Pronto Soccorso.

The Lancet 24 Marzo, 2007

USA Today 23 Marzo, 2007

Commento del medico dott. Massimo Pandiani di Milano:

Se state mangiando in base alla vostra **tipologia metabolica**, se la vostra sfera emotiva è equilibrata, se dormite bene, dovrete sentirvi così bene da non aver bisogno di alcun tipo di droghe.

Stranamente, nella loro analisi questi ricercatori non hanno incluso la droga più comunemente usata: la **caffeine**. Sono costantemente sorpreso di quanta gente debba ricorrere alla caffeina per stimolare la propria energia.

Non è una sorpresa che tabacco e alcol siano ai primi posti della lista. Gli effetti nocivi di tabacco e alcol per la salute sono citati spesso in letteratura.

L'alcol può rendervi più vulnerabili a vari tumori prevenibili e può anche nuocere al delicato equilibrio ormonale. È anche una neurotossina che può avvelenare il vostro cervello. Anche se credo che mangiare **zucchero** sia più pericoloso che fumare sigarette, è ovviamente meglio non fumare.

Spesso la maggior parte dei fumatori che tentano di smettere, tendono a sostituire il fumo proprio con alimenti ricchi in zucchero. Esistono tecniche molto più salutari, come l'**EFT** che aiutano notevolmente senza alterare in negativo l'alimentazione.

Bibliografia

- Allen Carr: "E' Facile Controllare il Fumo, Se Sai Come Farlo", Ed. EWI, 2007 (7.000.000 milioni di copie vendute nel mondo).
- Allen Carr: "E' Facile Controllare l'Alcool, Se Sai Come Farlo", Ed. EWI, 2007.