



STUDIO COUNSELING

www.studiocounseling.org e-mail: info.studiocounseling@gmail.com tel. 393 9889936 tel. 0362 902003

Dipendenza da Alcol

La dipendenza da alcol, conosciuta anche come Disturbo da uso di alcol (Alcohol Use Disorder – AUD), è una condizione cronica e progressiva che compromette significativamente la salute fisica, psicologica e sociale dell'individuo. L'alcolismo si manifesta con un consumo persistente e compulsivo di alcol nonostante le evidenti conseguenze negative, e si sviluppa spesso come risultato dell'interazione tra fattori genetici, psicologici, ambientali e culturali. Secondo il National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA), le persone affette da AUD mostrano un desiderio intenso di bere, difficoltà a controllarne l'assunzione e sintomi di tolleranza e astinenza che ne rafforzano la dipendenza (NIAAA, 2023). Alcune persone presentano una predisposizione genetica che le rende più vulnerabili allo sviluppo della dipendenza, ma anche eventi stressanti, traumi, depressione e contesti familiari o sociali problematici possono contribuire in modo decisivo. L'ampia diffusione degli alcolici e la loro accettazione culturale facilitano ulteriormente l'accesso al consumo, specialmente tra adolescenti e giovani adulti. In molti casi, l'alcol viene inizialmente utilizzato con finalità ricreative o per alleviare il disagio emotivo, ma può rapidamente trasformarsi in un'abitudine distruttiva.

L'alcol etilico è una sostanza psicoattiva che agisce sul sistema nervoso centrale. Dopo l'assunzione, viene rapidamente assorbito nel sangue e raggiunge il cervello, dove produce effetti che variano dalla disinibizione e alterazione dell'umore a manifestazioni più gravi come confusione mentale, perdita di coordinazione motoria, ipotermia, e nei casi estremi, arresto respiratorio. La dipendenza si diagnostica quando il soggetto mostra almeno due dei criteri previsti dal DSM-5 (APA, 2013), tra cui l'incapacità di ridurre il consumo, la rinuncia ad attività importanti a favore dell'alcol e l'uso continuo malgrado le conseguenze dannose. L'impatto sulla salute è rilevante: l'alcol è un noto fattore di rischio per oltre 200 condizioni patologiche, tra cui cirrosi epatica, pancreatite, alcuni tipi di tumore, disturbi cardiaci e danni irreversibili al sistema nervoso. A livello psichico, può esacerbare o causare disturbi dell'umore, ansia, insonnia e comportamenti aggressivi. Le ricadute si estendono anche alla sfera sociale: l'abuso di alcol è associato a incidenti stradali, violenza domestica, disoccupazione e impoverimento delle relazioni familiari e interpersonali. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS, 2018), l'alcol rappresenta uno dei principali fattori di rischio per mortalità prematura e disabilità, in particolare nei Paesi ad alto reddito. Il trattamento della dipendenza da alcol necessita di un approccio multidisciplinare e personalizzato. Gli studi dimostrano che l'integrazione tra terapia farmacologica e psicologica è spesso la strategia più efficace per la gestione a



STUDIO COUNSELING

www.studiocounseling.org e-mail: info.studiocounseling@gmail.com tel. 393 9889936 tel. 0362 902003

lungo termine del disturbo (Anton et al., 2006). Un ruolo centrale è giocato dalla prevenzione, che può essere attuata attraverso programmi educativi nelle scuole, campagne di informazione pubblica e normative che limitino l'accesso agli alcolici e ne scoraggino l'abuso. L'efficacia della prevenzione è tanto maggiore quanto più precoce è l'intervento: investire nell'educazione al consumo consapevole fin dall'adolescenza può ridurre significativamente l'incidenza futura della dipendenza. La dipendenza da alcol è una malattia complessa che richiede un approccio integrato e personalizzato. È fondamentale promuovere la consapevolezza dei rischi associati al consumo di alcol e garantire l'accesso a trattamenti adeguati per coloro che ne soffrono. La collaborazione tra professionisti sanitari, famiglie e comunità è essenziale per affrontare efficacemente questa problematica.

Se pensi di soffrire di dipendenza da alcol o conosci qualcuno che potrebbe essere in difficoltà, non esitare a cercare l'aiuto di un professionista. Puoi contattare Studio Counseling attraverso la pagina contatti per fissare un primo incontro, per fissare un incontro con il Dott. Adelmo Fiocchi, Psicologo e Psicoterapeuta di comprovata esperienza nel campo delle dipendenze.



STUDIO COUNSELING

www.studiocounseling.org e-mail: info.studiocounseling@gmail.com tel. 393 9889936 tel. 0362 902003

Fonti bibliografiche:

1. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
2. National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2023). *Alcohol Use Disorder: A comparison between DSM-IV and DSM-5*.
3. World Health Organization. (2018). *Global status report on alcohol and health 2018*. Geneva: World Health Organization.
4. Mayo Clinic. (2022). *Alcohol use disorder*.
5. European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA). (2023). *Alcohol consumption, harm and policy responses in Europe*.
6. Rehm, J., & Shield, K. D. (2019). Global burden of disease and injury and economic cost attributable to alcohol use and alcohol-use disorders. *The Lancet Psychiatry*, 6(4), 365–373.
7. Anton, R. F., O'Malley, S. S., Ciraulo, D. A., et al. (2006). Combined pharmacotherapies and behavioral interventions for alcohol dependence: the COMBINE study: a randomized controlled trial. *JAMA*, 295(17), 2003–2017.