

Consumo di alcol negli anziani: un problema reale che va affrontato con urgenza

Roma 16 Aprile 2015

Le conseguenze negative legate all'eccesso di alcol sono ormai generalmente riconosciute e trattate in una discreta quantità di pubblicazioni, più o meno specialistiche. Ma i dati su cui ci si basa derivano perlopiù da studi condotti su adulti o giovani.

L'insufficienza di informazioni specifiche sul consumo di alcol nelle classi di età più avanzata impedisce di valutare appieno la portata del fenomeno e il suo impatto effettivo sulla salute e il benessere degli anziani.

	Gli anziani sono più sensibili all'alcol a causa di modificazioni fisiologiche
	Calo rapporto liquidi/grassi corporei Meno acqua, minore diluizione dell'alcol
	Calo flusso sanguigno epatico Incremento di rischio di danni al fegato
	Calo efficienza enzimi epatici <math><6\text{gr ETOH/hr}</math> Alterazione del metabolismo dell'alcol
	Calo reattività cerebrale Rapido effetto su cervello, alterazione cognitiva

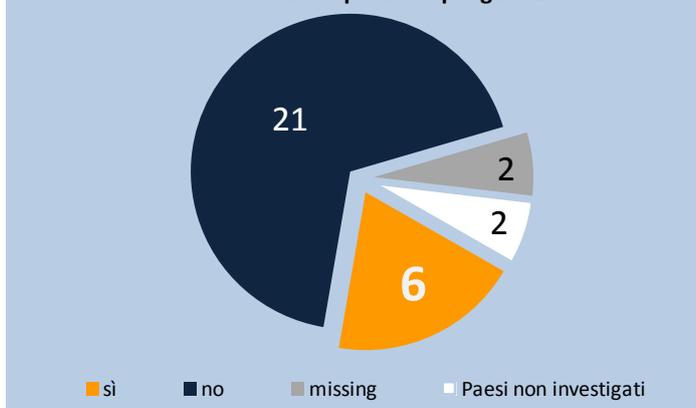
La criticità di una tale carenza di informazioni è ancor più evidente se si considera che, a causa di una serie di rilevanti modificazioni biologiche legate al processo stesso dell'invecchiamento, **con l'avanzare dell'età si diventa più suscettibili agli effetti dannosi dell'alcol**. Ciò significa che, a parità di consumo alcolico, gli anziani raggiungono più elevati livelli di concentrazione di alcol nel sangue (BAC-Blood Alcohol Concentration) ed hanno una minore tolleranza agli effetti negativi legati all'assunzione (es. problemi di coordinazione o movimento, cadute); il tutto rafforzato dall'interazione con l'elevato numero di farmaci frequentemente assunti dagli anziani.

A livello Europeo e internazionale, nonostante un consolidato approccio specifico incentrato sulle differenze di genere, **manca una cultura mirata a integrare nelle politiche sull'alcol approcci orientati alle differenze per età**, con limiti di consumo alcolico che rispettino non solo le diversità tra i due sessi ma anche i differenti livelli di rischio relativi alle principali fasce di età.

Ciò è evidenziato anche dalla recente indagine su linee guida o raccomandazioni per il consumo a basso rischio nei diversi paesi dell'Unione Europea, svolta dall'Osservatorio Nazionale Alcol, nell'ambito della Joint Action RARHA (Reducing Alcohol Related Harm) - si veda Factsheet specifico - da cui risulta che solo 6 dei 31 Paesi europei investigati hanno adottato linee guida o raccomandazioni specifiche per il consumo a basso rischio negli anziani.

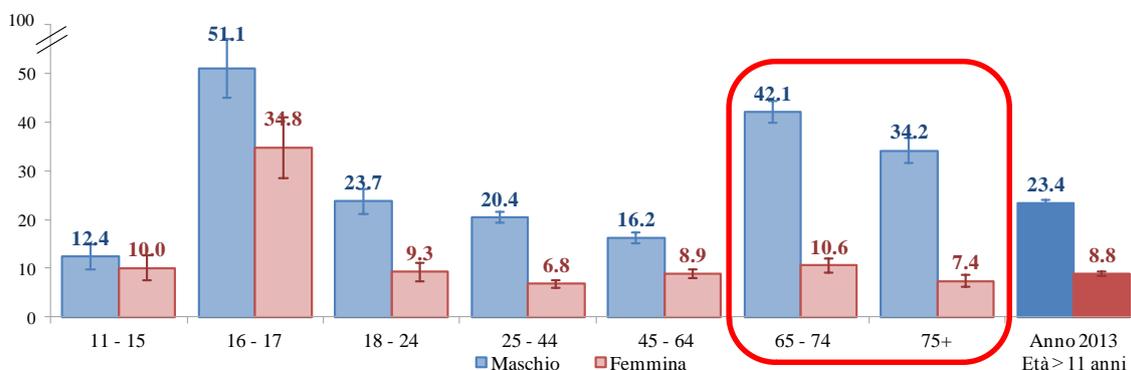
Tra questi 6 Paesi è compresa l'Italia dove per le persone di età superiore ai 65 anni **si raccomanda un consumo giornaliero inferiore a 1 Unita Alcolica** (UA = 12 grammi di alcol puro), indipendentemente dal genere.

JA RARHA - Nel tuo Paese esistono linee guida o raccomandazioni sul consumo di alcol specifiche per gli anziani?



La reale portata del problema alcol e anziani si evidenzia chiaramente nella tabella che segue - elaborata dall'Osservatorio Nazionale Alcol su dati ISTAT 2013 - da cui risulta chiaro come **l'elevata prevalenza di consumatori a rischio tra i 65+ giustificerebbe un allarme sociale e sanitario pari a quello che stiamo vivendo per alcol e giovani**. Nelle classi di età avanzata, i bevitori definibili a rischio, ossia con un consumo giornaliero di alcol superiore a 1 UA, sono infatti circa il 40% degli uomini e il 10% delle donne, con una frequenza approssimativamente raddoppiata rispetto agli adulti.

Prevalenza di consumatori a rischio per genere e classi di età in Italia nel 2013



Inoltre, **il numero assoluto di bevitori a rischio 65+ è destinato ad aumentare in modo esponenziale a causa del rapido invecchiamento della popolazione**, a cui andrà ad aggiungersi il fatto che questo segmento di popolazione in progressivo aumento sarà in gran parte composto dai cosiddetti **baby boomers** (ossia i nati dopo la seconda guerra mondiale), i quali per disposizione culturale e disponibilità economica sono **molto più propensi delle precedenti generazioni all'acquisto e al consumo di alcol e droghe**.

Il Progetto europeo **VINTAGE-Good health into older age**, coordinato dall'Osservatorio Nazionale Alcol e finanziato dalla Commissione Europea è il primo ed al momento l'unico progetto specificamente rivolto a colmare le lacune sull'impatto sociale e sanitario del consumo dannoso di alcol negli anziani. Ufficialmente concluso nel Novembre 2010, il progetto ha prodotto le seguenti raccomandazioni, combinando le evidenze relative ad alcol e anziani intese come rilevanti tematiche di salute pubblica, in un'ottica che investe l'invecchiamento come *continuum* nell'intero arco della vita.



- RACCOMANDAZIONI - Alcol e anziani in un'ottica di salute pubblica

Per gli anziani di oggi

1. Sono necessari più dati, più mirati e standardizzati in ambito Europeo, sul consumo di alcol, le caratteristiche di consumo e gli effetti alcol-correlati negli anziani, sia 65+ che 80+, non tralasciando di studiare i livelli più bassi di consumo e i potenziali effetti alcol-correlati ed esiti di salute. Ciò dovrebbe prevedere indagini longitudinali e l'inclusione di domande sull'alcol negli studi sull'invecchiamento.
2. Sono necessarie più ricerche, più mirate, sul rischio assoluto del consumo di alcol nell'arco della vita e negli anziani, sia 65+ che 80+.
3. Sono necessarie più ricerche, più mirate, sul differente impatto che le misure politiche sull'alcol, i programmi di prevenzione e gli interventi sanitari esistenti hanno sugli anziani, sia 65+ che 80+.
4. Nonostante la mancanza di evidenze specifiche, non ci sono motivi per credere che gli anziani non debbano rispondere altrettanto bene delle altre fasce di età alle politiche sull'alcol esistenti, soprattutto quelle che investono la disponibilità economica e fisica, che dovrebbero quindi continuare ad essere implementate.
5. Nonostante la scarsità di evidenze specifiche, sembra che gli anziani rispondano altrettanto bene dei giovani ai programmi di screening o di intervento breve sul consumo di alcol a rischio o dannoso, che dovrebbero quindi essere utilizzati anche nella popolazione anziana, e supportati da un training supplementare degli operatori impegnati nell'assistenza sanitaria primaria.

Per gli anziani del futuro

6. Per ridurre il carico alcol-correlato negli anziani dei prossimi 20 anni e oltre, è necessario che le politiche e i programmi sull'alcol vengano applicati in modo intensivo e indirizzati agli adulti attuali, per far sì che diminuiscano con urgenza il consumo alcolico.
7. Poiché il danno alcol-correlato negli anziani nei prossimi anni tenderà ad aumentare, le politiche e i programmi sull'alcol dovrebbero diventare parte integrante delle strategie per la promozione dell'*healthy aging*.