

Che cosa si intende per abuso di sostanze?

Per abuso si intende la necessità di dover ricorrere ad una o più sostanze in modo ripetuto nel tempo senza che per definizione si realizzi la tolleranza o l'astinenza.

Chi sono i più coinvolti?

Per quanto riguarda l'alcol, i giovanissimi tra gli 11 e i 15 anni, che hanno assunto alcolici negli ultimi 12 mesi: per il 18% maschi e per il 15% femmine. Per quello che concerne invece le droghe, cocaina in particolare, la fascia più colpita è quella dei giovanissimi tra i 15 e i 24 anni, rispetto ad altre fasce di età adulta interessate comunque dal fenomeno: 25-34 e 35-44.

A chi ci si può rivolgere per un aiuto concreto?

In linea di massima, è opportuno rivolgersi al medico di base e chiedere le informazioni necessarie.

- LINEA VERDE DROGA: 800.45.88.54
- KOINÈ NUMERO VERDE: 800.55.33.88

SERVIZI PER LE TOSSICODIPENDENZE (SERT) - ASL

Svolgono attività per la prevenzione della dipendenza e dell'abuso di sostanze legali e illegali.

- SERT via Conca del Naviglio, 45 - tel. 02/85788127-8
- SERT via Albenga, 2 - tel. 02/85788558-9
- SERT piazzale Accursio, 7 - tel. 02/85788265
- SERT via Canzio, 18 - tel. 02/85788370-1-2
- SERT viale Suzzani, 239 - tel. 02/85782813-8265
- SERT viale Padova, 400 - tel. 02/85788373
- SERT via Forze Armate, 381 - tel. 02/85788555-6-7
- SERT via Boifava, 25 - tel. 02/85788448

NUCLEI OPERATIVI ALCOLOGIA (NOA) - ASL

È un servizio rivolto a quella fascia di popolazione che ha, o teme di avere, problemi di eccessiva assunzione di bevande alcoliche o di alcol dipendenza e a tutti i cittadini che vogliono informazioni sull'alcolismo.

- NOA via Ogetti, 20 – tel. 02/85788260-1; 02/85782689
- NOA via Melchiorre Gioia, 63 – tel. 02/85788257-8-9; 02/85782669
- NOA via Montemartini, 9 – tel. 02/85788449; 02/85788490

SEGRETERIA TOSSICODIPENDENZE CARITAS AMBROSIANA

Via San Bernardino, 4 – tel. 02/76037268

Lun, ven 9.00/13.00 lun, mer, giov, 14.00/18.00

La segreteria svolge attività di consulenza e di orientamento a volontari, centri di ascolto e operatori del settore.

SPORTELLO ALCOL CARITAS AMBROSIANA

Via San Bernardino, 4 – tel. 02/76037261 – www.caritas.it/15/19/chisiamo.asp

Lo sportello offre informazioni e consulenza a operatori e volontari, persone e famiglie a contatto con le problematiche legate all'alcol.

CENTRO ACCOGLIENZA E TRATTAMENTO DIPENDENZE (CAD)

Via Apollodoro, 3/5 – tel. 02/715961

Servizio medico psicosociale e di consulenza legale per tossicodipendenti o alcolodipendenti italiani e stranieri anche senza permesso di soggiorno e anche per operatori dei servizi. Consulenza legale su appuntamento.

INDIRIZZI DI CENTRI/AMBULATORI PER LA DISASSUEFAZIONE AL FUMO DI TABACCO presenti in Lombardia

Dal sito della Regione Lombardia, Direzione Generale Sanità:

www.sanita.regione.lombardia.it/prevenzione_tabagismo/listacentritabagismo.htm

ALCOLISTI ANONIMI MILANO

www.alcolisti-anonimi.it Centro di ascolto – tel. 02/504 779

ALCOLISTI ANONIMI LOMBARDIA

www.alcolisti-anonimi.it Centro di ascolto – tel. 02/6473900

ACAT

Ass. Club Alcolisti in Trattamento – tel. 02/8461299

AL-ANON

Centro di ascolto per famiglie e alcolisti – tel. 02/504779

D.N.Da

Osservatorio Nazionale
sulla salute della Donna

Milano



Comune
di Milano

Assessorato
alla Salute

ABUSO E DIPENDENZA DA DROGA E ALCOOL

Vademecum per la famiglia

a cura di

Claudio Mencacci

Direttore Dipartimento di Neuroscienze
A.O. Fatebenefratelli e Oftalmico, Milano

Jolanda Sironi

Psichiatra, Dipartimento di Neuroscienze
A.O. Fatebenefratelli e Oftalmico, Milano

Abuso e dipendenza da alcol e droga: cosa sono, come si evitano, come uscirne.

L'abuso e la dipendenza da sostanze sono modalità patologiche di impiego di una data sostanza. Nei casi più gravi vi può essere il **bisogno incontrollato di abusare** cronicamente di una o più sostanze, non solo quotidianamente, ma anche più volte nell'arco della stessa giornata. Nella persona abuser o dipendente da una o più sostanze si possono realizzare inevitabili ripercussioni negative a più livelli, dalla famiglia, alle relazioni interpersonali, al contesto scolastico o lavorativo.

Che cosa si intende per dipendenza da sostanze?

Per dipendenza da sostanze si intende **l'impiego di una data sostanza che implichi tolleranza e astinenza**. Per tolleranza si intende il bisogno di assumere dosi sempre più elevate di quella data sostanza al fine di ottenere sempre lo stesso effetto. Per astinenza si intende la comparsa di sintomi diversi in base al tipo di sostanza assunta, ad esempio una condizione di ansia molto intensa quando si cessa o riduce la sostanza di cui si abusa.



Quali sono le sostanze più comuni di cui i giovani abusano con maggiore facilità?

Le sostanze da abuso più utilizzate dai giovani sono rappresentate dall'**alcol**, dai **cannabinoidi**, dalla **cocaina**, dalle **amfetamine** e **metamfetamine** e da altre nuove molecole sintetiche, dagli **allucinogeni** od anche da farmaci prescrivibili, in particolare **benzodiazepine**. Inoltre, in una discreta percentuale di casi, vi è ancora il ricorso all'eroina. La distinzione tra droghe pesanti e leggere, che veniva fatta un tempo, al giorno d'oggi rappresenta un pericoloso "luogo comune", in quanto vi sono cosiddette droghe leggere come i cannabinoidi e la marijuana, spesso geneticamente modificate, che presentano altissime concentrazioni di THC e che per tale motivo determinano effetti psichici del tutto sovrapponibili alle cosiddette droghe pesanti come la cocaina.

Quali sono i pericoli dati da queste sostanze?

Indipendentemente dal tipo di sostanza impiegata, il rischio più evidente che accomuna l'impiego delle sostanze da abuso è quello di trovarsi in situazioni tali da **porre a repentaglio la propria vita o quella altrui**, ad esempio si può manifestare un comportamento imprudente durante la guida di veicoli, con il rischio evidente di incidenti stradali, ecc. Molto spesso la persona può incorrere anche in problemi con la giustizia, legati appunto all'impiego della sostanza stessa. Inoltre dal punto di vista strettamente organico, avremo effetti diversi a seconda del tipo di sostanza impiegata e delle modalità di assunzione della stessa. In linea generale, si possono avere effetti a breve-medio-lungo termine sul **sistema cardiovascolare** (rischio di incidenti cerebro vascolari come ictus cerebrali, infarto del miocardio), specie con l'impiego di cocaina. Effetti noti a medio-lungo termine, in particolare con l'utilizzo di alcol, sono i **danni epatici e cerebrali**, che possono essere nei casi più seri nella rottura di varici esofagee con imponenti emorragie innescate dal danno epatico avanzato, condizione che può **portare alla morte**. Inoltre, si può realizzare il progressivo sviluppo di una demenza indotta da alcol o da altre sostanze.

Quando l'abuso di una sostanza diventa dipendenza?

Quando ci si accorge che per raggiungere l'effetto desiderato non basta lo stesso quantitativo di sostanza, ma **occorre un dosaggio superiore**. Inoltre, anche quando in assenza della sostanza compaiono **sintomi di astinenza**, che variano a seconda della sostanza impiegata.

Quali sono i segnali di una situazione potenzialmente pericolosa?

Consistono nella comparsa di **sintomi psichici importanti** come ad esempio fenomeni dispercettivi visivi o uditivi (fenomeni legati all'uso o all'astinenza da sostanze, come ad es. vedere o sentire cose che altri non possono sentire) oppure **gravi alterazioni dell'emotività, dell'umore e/o del comportamento**. I rischi più gravi in questo caso sono gli atti di **aggressività verso se stessi o verso altri**.

NO alla droga. Parliamone in famiglia

Come capire se tuo figlio si sta avvicinando alla droga.

- Cambio delle abitudini
- Repentini sbalzi di umore
- Difficoltà scolastiche e/o di lavoro
- Ripetute e frequenti assenze
- Isolamento
- Insofferenza
- Frequentazioni e amicizie diverse
- Cambi di orari
- Inusuali richieste di denaro
- Scomparsa di oggetti da casa
- Progettualità ridotta
- Occhi frequentemente arrossati
- Pupille dilatate o ristrette
- Disturbi del sonno
- Riduzione dell'appetito

Fonte: "Metti in circolo la vita", Comune di Milano - Assessorato alla Salute, Centro antiveleni - A.O. Niguarda Cà Granda.