

L'8 marzo parte la campagna per prevenire i danni fetali legati al consumo di alcol in gravidanza

L'8 marzo, il giorno designato per celebrare le conquiste sociali delle donne, quest'anno sarà anche l'occasione per **lanciare un messaggio alle donne sui danni fetali legati al consumo di alcol in gravidanza**, un problema sociale spesso sottovalutato ma su cui è necessario fare luce, per promuovere una seria cultura della prevenzione. In quest'ottica, **SIGO** (Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia) e **AssoBirra** (Associazione degli Industriali della Birra e del Malto) lanciano la seconda edizione della campagna **"Se aspetti un bambino l'alcol può attendere"**, per **informare e sensibilizzare le donne sulle sindromi alcol fetali correlate e su come prevenirle**.

LA CAMPAGNA

La campagna si avvale di più strumenti e mezzi d'informazione (come i siti web www.sigo.it e www.beviresponsabile.it) e avrà **il sostegno convinto di un gruppo di personaggi al femminile tra celebrity, scrittrici, blogger, chef e sportive che hanno deciso di sposare questa iniziativa**. Un vero e proprio "movimento d'opinione" che cercherà di dialogare sulla rete, facendo cultura su questo delicato aspetto della vita delle mamme in attesa.

"Se aspetti un bambino l'alcol può attendere" vivrà pertanto on-line su www.sigo.it e sul sito che AssoBirra ha dedicato al consumo responsabile di bevande alcoliche: www.beviresponsabile.it.

Il sito della campagna è costruito su due diverse aree d'informazione - una dedicata ai medici ginecologi e ostetrici - che riassume le principali evidenze scientifiche sul tema - e un'altra pensata specificatamente per le donne, declinata in messaggi semplici e chiari con l'obiettivo di sensibilizzare le giovani sull'importanza di non bere alcol, non solo in gravidanza ma anche nel mese precedente e invitarle a rivolgersi al proprio ginecologo per avere consigli, conoscere meglio l'argomento e capire come affrontarlo.

ALCOL E GRAVIDANZA: BASTA EVITARE DI BERE PER POCHI MESI PER PROTEGGERE IL BAMBINO

Ogni anno, in media, in Italia oltre 560.000 donne diventano madri. E molte, soprattutto alla prima gravidanza, si chiedono: come dobbiamo comportarci nei confronti dell'alcol? Se sono incinta devo smettere in assoluto di bere? O un bicchiere ogni tanto è ammesso nella mia dieta? E ancora: è importante abbandonare l'alcol già quando si è nei primissimi mesi di attesa? Dietro queste domande ci sono dei comportamenti che, secondo una ricerca commissionata da AssoBirra, parlano di **uno zoccolo duro di circa 8 su 10 che non bevono o smettono di bere alcol appena apprendono della gravidanza**, mentre il **17% riduce i consumi di bevande alcoliche** ma non li elimina del tutto e un **4% mantiene le stesse abitudini pre-gravidanza**.

Inoltre i rischi legati al consumo di alcol in gravidanza costituiscono un argomento delicato e non del tutto noto, specialmente in Italia. **Il feto, infatti, non ha difese rispetto all'alcol assunto dalla madre**. Questa sostanza può interferire con il suo sviluppo provocando l'insorgere delle cosiddette patologie fetali alcol correlate, che **possono provocare danni permanenti e irreversibili come anomalie della crescita, ritardo mentale e alterazioni somatiche**. Tali patologie, a seconda della loro combinazione e gravità vengono distinte in **FAS** (sindrome fetale alcolica), **FAE** (difetti alla nascita alcol correlati) e **FASD** (disordini collegati all'uso dell'alcol in gravidanza).

In una ricerca pubblicata a settembre 2011, l'Istituto Superiore di Sanità ha rivelato che il 7,6% dei neonati italiani sono stati esposti durante la gravidanza all'alcol materno. E sebbene ancora oggi la scienza non possa dirci con certezza se esista o meno una quantità minima di alcol sicura in gravidanza, si ritiene prudentiale evitare completamente il consumo di una sostanza, l'alcol appunto, che potrebbe creare

problemi al sistema nervoso centrale del nascituro, con conseguenti rischi di ritardo mentale o di disturbi comportamentali. Per questo è importante una campagna supportata dagli operatori sanitari più autorevoli e competenti - i **ginecologi e ostetrici, indicati dalle donne italiane come la realtà più autorevole in grado d'incidere sulle loro decisioni in materia** - che orienti le future mamme verso le giuste scelte comportamentali in materia di alcol.

LE DONNE IN GRAVIDANZA DEVONO SAPERE CHE...

Ecco, infine, alcuni semplici consigli utili per le donne in gravidanza, o che stanno pianificando di avere un bambino, su come comportarsi in questo importante e delicato momento della propria vita:

- Bere alcol in gravidanza può danneggiare il bambino che nascerà
- Già nelle prime settimane di gravidanza l'alcol che bevi può fare danni
- I danni che puoi fare al tuo bambino bevendo alcol non sono curabili
- Non consumando alcol puoi evitare completamente questi danni
- Nessuna dose di alcol è considerata sicura durante la gravidanza
- Se hai già consumato alcol durante la gravidanza non continuare a farlo
- Se stai pianificando una gravidanza astieniti dal bere alcol

Per maggiori informazioni:

www.sigo.it - www.beviresponsabile.it