Abusi sessuali: ragazze, attente all'alcol

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

"La mia migliore amica mi ha confidato che due mesi fa ha avuto un rapporto non voluto con un ragazzo conosciuto in discoteca. Aveva bevuto un po', e quando lui le ha proposto di accompagnarla a casa, non è riuscita a dire di no, né a capire che la situazione stava diventando pericolosa. Lei dice che a casa l'ha proprio violentata. Di lui sa solo il nome, nemmeno il cognome o il telefono. Non l'ha più visto. Adesso le sono venuti i condilomi, me l'ha detto piangendo. Cosa posso fare per aiutarla?".
Emma L. (Savona)

Gentile Emma, la prima cosa è consigliarle di farsi seguire da un ginecologo competente, visto che il rapporto è avvenuto molto probabilmente senza la protezione del profilattico (nessun violentatore lo usa). Sia per la cura dei condilomi sia per la ricerca di altre malattie sessualmente trasmissibili, clamidia e gonorrea in testa, oltre a sifilide ed HIV. Purtroppo si possono avere e trasmettere più infezioni, che hanno però un diverso periodo di incubazione e quindi un diverso tempo per manifestarsi. Per questo vanno ricercate con gli opportuni esami, anche a distanza dal possibile contagio. Immagino poi che la sua amica non avesse fatto il vaccino anti-papillomavirus, altrimenti non avrebbe contratto i condilomi. Merita comunque farlo ora, perché può ridurre le recidive fino al 40%. In caso di rapporti non protetti, il vaccino protegge anche dai ceppi che causano tumori ("oncogenici") al collo dell'utero, alle vie genitali femminili, ma anche all'ano, in caso di rapporti anali, o alla bocca, in caso di rapporti orali. In caso di ritardo mestruale, o di flusso scarso, un test di gravidanza è d'obbligo.
Purtroppo contro l'assalitore, a questo punto, credo si possa fare poco.
Resta però un consiglio fondamentale: ragazze non bevete alcolici, o davvero pochissimo.
In noi donne i danni da alcol, anche sulla capacità di percezione dei pericoli e di autodifesa, sono più che doppi rispetto agli uomini. Gli effetti dannosi dell'alcol dipendono direttamente dai livelli di alcol nel sangue ("alcolemia"): più sono alti, maggiori gli effetti. L'alcolemia dipende da quanto alcol ingeriamo, ma anche da come beviamo. Gli effetti negativi sono associati a tre situazioni: bere troppo, bere troppo spesso, e bere troppo velocemente e senza mangiare o quasi. In questo senso il bere in discoteca, mangiando poco o nulla, è pericolosissimo. In più il "social drinking", il bere in compagnia, aumenta l'accettabilità sociale del bere, ne potenzia gli effetti euforizzanti, facilita i rapporti interpersonali (perché disinibisce e rende "più simpatici") e silenzia la percezione dei rischi, anche di abuso sessuale, come purtroppo è successo alla sua amica.
In parallelo alla cura dei problemi medici, potrebbe essere utile un aiuto psicologico qualificato per superare l'onda lunga negativa che la subita violenza porta con sé. Auguri di gran cuore!

Prevenire e curare – Perché l'alcol è più pericoloso per le donne?

Le donne, a parità di alcolici bevuti, hanno un'alcolemia più alta e più a lungo, perché:

1. in genere pesano meno degli uomini, e quindi l'alcol ha meno massa corporea in cui distribuirsi;
2. hanno meno del 50% di alcol deidrogenasi, l'enzima che metabolizza l'alcol e lo elimina. Attenzione: questo enzima matura verso i 18-19 anni: ecco perché l'alcol è pericoloso nei giovanissimi, e più ancora per le ragazze;
3. gli estrogeni aumentano la sensibilità del fegato al danno da alcol, con una sensibilità massima in fase premestruale, quando le donne tendono a bere di più come ansiolitico.