

## Alcol e orgasmo: una relazione pericolosa

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

"Ho letto con attenzione la sua risposta a Stefania. Può chiarire bene i danni da alcol che i nostri ragazzi qui in montagna sembrano non percepire?".

Maria Chiara L. (Belluno)

Certo, gentile signora! Torno sull'argomento perché la banalizzazione in corso, non solo in montagna, sui rischi di alcol, droghe e sesso chimico in generale sta già presentando conti altissimi sia sulla salute presente, sia sulla vita futura.

Innanzitutto, a parità di dose, nella donna la tossicità dell'alcol è doppia rispetto agli uomini su salute, cervello e comportamento, a causa della ridotta eliminazione dell'alcol da parte del fegato. La dipendenza è molto rapida quando il bere si associa ad un comportamento "premiante" come l'orgasmo. Qui sta uno dei problemi più delicati. Bastano pochi rapporti in cui l'orgasmo è stato ottenuto grazie all'effetto ansiolitico e disinibitorio dell'alcol per creare un rapporto di dipendenza, innanzitutto psicologico. Nelle giovani, il rischio è maggiore: dopo soli tre rapporti "alcolici" con orgasmo, la ragazza penserà che se non assume alcol non riuscirà a lasciarsi andare e ad averlo.

Questa convinzione, e la necessità di bere prima dell'intimità, diventeranno sempre più forti col ripetersi del "binomio pericoloso", fino a che la dipendenza diventerà anche fisica. Questa vulnerabilità è massima nelle giovani: le ragazzine impulsive, e più portate alla trasgressione come modo di "afferinarsi" nel gruppo, sono le più vulnerabili alle bevute eccessive e al sesso casuale che spesso la perdita di controllo comporta. Questo perché l'alcol abbassa la capacità di autoprotezione: ecco perché aumenta il rischio di malattie sessualmente trasmesse, di abusi e violenze sessuali, individuali e di gruppo, di gravidanze indesiderate, di impulsività e di incidenti. Ma riduce anche, in parallelo, la capacità di concentrazione, attenzione, memoria e apprendimento. Per questo abbiamo tutti la responsabilità di non banalizzare e di limitare al massimo l'uso dell'alcol nei giovani... dando noi adulti per primi il buon esempio!

---

Prevenire e curare – Alcol: il cervello grida «Aiuto!»

- Nel cervello, l'alcol danneggia entrambi i tipi di cellule nervose: i neuroni (sostanza grigia) e, soprattutto, le cellule gliali (sostanza bianca)

- Queste ultime sono cellule "nutrici" nei confronti dei neuroni: in condizioni normali ne ottimizzano funzionamento e riparazione, in condizioni patologiche contribuiscono a distruggerli (per neuroinfiammazione).

- L'alcol li danneggia di più nell'ippocampo, grande sala di regia e custodia della memoria, e in sei altre aree cerebrali con effetto tossico massimo già evidente nelle donne giovani che fanno le bevute del sabato ("binge drinking"), fino a veri black-out della memoria. E' vero che le donne, in

generale, bevono meno dei maschi, ma quando lo fanno ne hanno conseguenze peggiori e più rapide!

---

---