

## ALCOOL E RISCHIO DI CANCRO

Non spaventiamoci. Abbiamo già sottolineato che il progresso in campo medico ha raggiunto nell'arco di una generazione obiettivi che sarebbero potuti sembrare figli di fantascienza.

I mezzi diagnostici nuovi e la consapevolezza di riuscire ad arrivare a conoscenze nuovissime ci ha condotti a rivedere tante certezze, in questo caso, legate ad abitudini voluttuarie.

Il titolo dell'articolo sembra demolire millenni di storia, ma non è così.

Un recentissimo studio comparso sull'autorevole rivista scientifica Jama, parla del consumo di alcool legato all'aumento del rischio di comparsa di cancro.

Ricordiamoci che queste affermazioni sono avvalorate da studi durati anni e che hanno coinvolto migliaia di persone.

Bocca, faringe, laringe, esofago, mammella, fegato e colon-retto sarebbero gli organi interessati. In questo caso si tratta di rischio modificabile, vale a dire che si può ridurre diminuendo il consumo di alcoolici. Il rischio di sviluppare tumore aumenta con l'aumento del consumo di alcoolici. Questo significa che con un uso basso-moderato non è necessario andarsi a confessare.

Non dimentichiamo che altri fattori di rischio come il fumo, l'obesità, la scarsa attività fisica, la dieta e l'istruzione, concorrono a coinvolgere una importante fascia di popolazione. Un consumo basso moderato equivale a 28 gr/die per gli uomini ed a 14 gr/die per le donne. In queste ultime l'uso di tale dose aumenta in post-menopausa del 10% il rischio di tumore della mammella. Maggiore è la gradazione delle bevande e maggiore è la quantità ingerita di queste, maggiore è la probabilità di andare incontro a sorprese, specie se coesistono i fattori di rischio su elencati.

È difficile stabilire una dose ad personam quindi: NO all'abuso!

Poi rinunciare ai nostri prodotti di eccellenza, quello sì, potrebbe sembrare un peccatuccio.

Allora? Moderazione!

Consideriamo questo articolo come un importante avviso.

Cambiano, 10 Marzo 2026

Dott.ssa Aurora Grassi