

# Una vita che nasce teme l'alcol

Proteggere la salute del bambino è  
una responsabilità della madre e  
un impegno della società.

Con il finanziamento del Ministero della Salute nell'ambito delle azioni di informazione e prevenzione da realizzare ai sensi della L. 125/2001, e con la collaborazione della Società Italiana di Alcologia

## Alcuni numeri utili:

Telefono Verde Alcol  
Istituto Superiore di Sanità  
Ministero della Salute

tel. 800 632000

AICAT-Associazione  
Italiana dei Club  
Alcoligici Territoriali

tel. 800 974250

AA-Alcolisti Anonimi

tel. 06 6636620

Gruppi Al-Anon/Alateen per familiari  
ed amici di alcolisi

tel. 800 087897

Consulta anche i siti

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

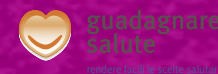
[www.epicentro.iss.it/alcol](http://www.epicentro.iss.it/alcol)

[www.alcologiaitaliana.com](http://www.alcologiaitaliana.com)

[www.alcolonline.it](http://www.alcolonline.it)

Info

[alcol@iss.it](mailto:alcol@iss.it)



# ALCOL e Gravidanza: sei sicura?

proteggi il tuo bambino:  
in gravidanza non bere!

Realizzato nell'ambito del  
Piano Regionale di Prevenzione  
PRP 1.3 Promozione della salute e prevenzione  
del consumo di alcol a rischio



Molte donne sono convinte, erroneamente, di consumare vino, birra, aperitivi alcolici, amari o superalcolici "moderatamente", ma poche sanno cosa si intende effettivamente per moderazione in riferimento all'organismo femminile e pochissime sono informate sulla cautela che si impone in gravidanza.

In gravidanza anche un consumo minimo di alcol può pregiudicare la salute e lo sviluppo del feto.

Nonostante l'esistenza di una precisa controindicazione che tutela la salute del bambino in Italia ancora oggi il 50-60 % delle donne in gravidanza consuma bevande alcoliche.

È dimostrato che le donne che bevono abitualmente una o più volte al giorno presentano una maggior frequenza di aborti soprattutto durante il secondo trimestre di gravidanza. Ciò sarebbe imputabile ad un'azione tossica esercitata dall'alcol sul feto anche dopo l'assunzione di dosi modeste.

È quindi importante smettere di bere già durante il periodo in cui si programma la gravidanza per poter proteggere il bambino.

Infatti gli organi vitali, quali cuore, cervello e scheletro, si formano durante i primi 10-15 giorni dopo il concepimento. Spesso ciò avviene prima di sapere che si è in gravidanza.

L'alcol attraversa la placenta e arriva direttamente al feto ad una concentrazione praticamente equivalente a quella della madre che ha assunto la bevanda alcolica.

Il feto non è dotato di enzimi capaci di metabolizzare l'alcol e ne subisce gli effetti dannosi a livello cerebrale e sui tessuti in via di formazione. Tale azione negativa interferisce sui normali processi di sviluppo fisico (provocando malformazioni) ed intellettuale (generando ritardo mentale) in maniera più o meno grave in funzione dei livelli di consumo.

Elevati livelli di consumo alcolico materno determinano, inoltre, carenze vitaminiche che hanno ripercussioni sullo sviluppo del nascituro.

Il neonato, spesso prematuro, può presentare condizioni generali che variano dalla presentazioni di sintomi o disturbi definiti alcolici sino alla sindrome conclamata fetoalcolica, irreversibile e spesso progressiva.

I primi 3 mesi di gravidanza e l'ultimo trimestre sono i periodi più delicati e quelli in cui l'alcol determina i danni maggiori per il feto.

Il mantenimento di abitudini legate al consumo di alcol è correlato ad un aumento del rischio di nascita prematura e di sottopeso.

Inoltre è stato dimostrato che questi fenomeni si verificano sia in donne che bevono durante la gravidanza sia in quelle che si sono astenute dal bere durante la gestazione, ma che avevano abusato di alcol precedentemente.

I difetti alla nascita alcol-correlati (FAS) sono assolutamente evitabili attraverso l'astensione totale del bere nel corso della gravidanza.

Evidenze recenti mostrano che i figli di donne che hanno mantenuto l'abitudine al consumo di alcolici in gravidanza presentano in età adulta una frequenza maggiore di problematiche alcolcorrelate ed una più frequente predisposizione al deficit cognitivo consistente in una minore capacità di memoria.

I bambini che sono stati esposti al consumo materno di alcol durante la gravidanza spesso mostrano problemi di attenzione e iperattività, che diventano evidenti solo dopo alcuni anni.

In sintesi si può affermare che l'alcol consumato dalla madre influisce negativamente sul futuro del bambino.

Se si intende programmare di avere un figlio o se si è in gravidanza la scelta migliore per la mamma e per il nascituro è di non consumare bevande alcoliche di qualunque genere.