



Incontro con Patrizia Balbinot e Gianni Testino

Ormai le dipendenze sono sempre più diffuse fra i giovani.

A parlarci proprio di queste sono stati Patrizia Balbinot e Gianni Testino.

Loro lavorano nell'ospedale San Martino di Genova e curano le malattie al fegato causate dall'abuso di alcol. Purtroppo l'elevato consumo di alcol può far smettere di funzionare il fegato e a quel punto bisogna fare un trapianto di fegato.

I giovani che soffrono di dipendenze molte volte vivono una vita buia e nascosta e devono essere aiutati.

La nostra salute dipende da:

- genetica (20%)
- ambiente(10-20%)
- comportamenti(50-60%)
- sistema sanitario(10%)

Le nostre scelte personali influiscono molto sulla nostra salute.

Se pensiamo a noi stessi solo come un corpo non ci sembra niente ma in realtà siamo anima, luce.

Quello che facciamo tra i 9 e i 17 anni determina la nostra vita futura.

Per restare in salute bisogna solo seguire l'elenco del "vaccino per la vita" e i suoi punti sono solo 5 , ovvero :

- 1)Fare sempre colazione abbondante , con frutta
- 2)Evitare il sale
- 3)Evitare di mangiare carne rossa più di 2 volte a settimana
- 4)E' importante muoversi
- 5)Evitare sostanze tossiche

Purtroppo la nostra salute è influenzata dalle informazioni presenti sui social, che non sono sempre vere .

Ma ciò che nuoce di più al nostro corpo sono le dipendenze.

Una di queste è il fumo.Molte persone magari pensano che fumare ci renda attraenti e forti ma non è così.

Il fumo fa male e le sigarette al loro interno hanno sia la nicotina, che è ciò che ci rende dipendenti , sia il catrame.Quest'ultimo è ciò che si ferma nella trachea.

Negli ultimi anni sono state create le sigarette elettroniche ,e le fanno passare per delle sigarette che non fanno male, invece è proprio il contrario.

Un'altra dipendenza è quella per l'alcol.

E' difficile parlare di alcol dato che ormai è molto utilizzato.L'immagine di chi usa alcol viene inoltre associata al successo,al potere e al benessere. I potenziali dipendenti sono i giovani. Quando parliamo di alcol parliamo di etanolo (CH₃CH₂OH). Un'unità alcolica equivale a 12 g di etanolo. Quando si bevono questi 12g il nostro corpo cerca di trasformarli in acetaldeide e poi in acetato. Ma al di sotto dei 20 l'etanolo ci impiega più tempo.

Con un abbondante e frequente uso di alcol il fegato può sviluppare un tumore. Quando si beve non c'è consapevolezza.

L'alcol può provocare inoltre esofagiti , "buchi" al cervello che in realtà sono assenze di trasmissioni , mancanza di memoria e può provocare Alzheimer.

Un'altra dipendenza frequente è quella causata dall'uso di droghe sia leggere che pesanti.

La cannabis(THC) è la più consumata e si lega alla memoria, al movimento e all'intelligenza.

Fumare una canna è come fumare 5 sigarette.

Negli ultimi anni vengono utilizzate dai più giovani nuove droghe che nascono dalla modifica di sostanze chimiche in modo tale che siano legali. Con l'uso di queste il cervello degli adolescenti potrebbe diventare come quello di un'anziano.

Da una dipendenza non si guarisce e prima di questa si pensa di potersi regolare dall'uso di queste sostanze ma è una cavolata . **Una dipendenza può essere curata** da psichiatri e psicofarmaci ma non si tornerà mai più come prima , perché ormai una parte del cervello è deformata per sempre.

Si pensa spesso che tutto ciò sia condizionato dalle cattive compagnie ma in realtà queste non esistono e le scelte che facciamo dipendono da noi.

Bisogna aiutare le persone che soffrono di dipendenze e avere solidarietà verso di loro perché queste persone non sono cattive ma solamente malate.

Questo incontro ci è piaciuto molto, ci ha fatto riflettere. **Patrizia e Gianni sono stati molto bravi e coinvolgenti** a spiegare argomenti così delicati a noi ragazzi.

Alessia e Giulia

Classe 3G SMS D'Azeglio

IC Molassana e Prato - Genova