

RACCOMANDAZIONI PER LA COMUNICAZIONE SULL'ALCOL NEI MEDIA

NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje

SOPA

 **EVROPSKA UNIJA**
EVROPSKI
SOCIALNI SELAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST



La presente versione delle raccomandazioni elencate qui di seguito deriva dalla pubblicazione *La comunicazione sull'alcol nei media: raccomandazioni per un'adeguata comunicazione sanitaria sulle bevande alcoliche nei mass media*, che definisce in modo dettagliato le problematiche legate all'alcol, il ruolo dei media e le singole raccomandazioni riportate anche qui.

La pubblicazione integrale è disponibile sul sito web www.sopa.si in www.nijz.si.

IL PROBLEMA DELL'ALCOL NELLA SOCIETÀ SLOVENA

L'Europa è la regione al mondo più colpita dalle conseguenze dannose derivanti dall'assunzione di alcolici e, al suo interno, la Slovenia figura con un'incidenza molto superiore alla media.

Le conseguenze dannose di un consumo eccessivo di alcol si manifestano a livello individuale, familiare e sociale.

Varie ricerche dimostrano come non vi siano soglie entro le quali l'assunzione di alcolici possa considerarsi sicura e che, ogni volta che beviamo qualcosa, andiamo incontro a un certo rischio per la salute e il benessere nostro e dei nostri cari.

Nell'ultimo anno il **45%** degli sloveni ha abusato almeno una volta di bevande alcoliche.

Un **diciasettenne** su due si è già ubriacato almeno **due volte**.



OGNI GIORNO in Slovenia si registrano **10** nuovi ricoveri ospedalieri legati all'alcol



e la morte di almeno **2** persone.

Nel 2018 ogni abitante della Slovenia con più di **15** anni ha bevuto in media



93 L

birra



38 L

vino



3 L

liquori

CULTURA BAGNATA

- accettazione dell'attitudine al bere;
- gran parte della popolazione eccede nel bere;
- presenza delle bevande alcoliche nella cultura e nel costume;
- trasmissione delle abitudini di consumo tra le generazioni;
- accessibilità delle bevande alcoliche;
- numero insufficiente dimostrato di programmi di prevenzione efficaci.

VOI MEDIA SIETE DEGLI IMPORTANTI ATTORI SOCIALI

in grado di influire sulla sensibilizzazione della popolazione in materia di salute e di limitare le conseguenze dei problemi legati all'alcol nella società, in quanto:

- **diffondete dei messaggi importanti sulla dan-**
nosità dell'alcol e sulla problematica dell'alcol in Slovenia;
- **siete una fonte di informazioni sui servizi di**
assistenza e sui programmi destinati a migliorare la salute della comunità;
- influenzate il **modo di pensare sulla problematica**
dell'alcol e dell'assunzione di alcolici;
- influenzate il nostro **atteggiamento verso il**
consumo di alcol, la nostra **percezione dei rischi** del consumo di alcol, le nostre **aspettative sulle**
conseguenze del consumo di alcol e le nostre **convinzioni sulla diffusione e l'accettabilità** del consumo di alcol tra coetanei.



1. Informate le persone sul fatto che il consumo di alcol in Slovenia rappresenta un grave problema sociale e sanitario e che sono disponibili delle soluzioni efficaci per risolverlo

- Scrivete sulla problematica dell'alcol e sulla sua portata.
- Sottolineate le **problematicità del consumo di alcol e mettete in risalto anche i gruppi di persone particolarmente vulnerabili**.
- Se scrivete in merito alle problematicità dell'assunzione di alcol, non limitatevi a parlare solo di gruppi specifici di persone (ad esempio giovani, donne in gravidanza, ecc.), in quanto, così facendo, il suo consumo tra la popolazione generale diventa un fatto normale.
- **Sottolineate che potremmo trovarci anche noi in situazioni dai potenziali effetti negativi** (ad esempio, la guida sotto l'influenza dell'alcol).
- Quando menzionate l'alcol, **mettete in luce i problemi legati alla sua assunzione**.
- Diffondete informazioni **sulle misure e sui programmi di testata efficacia volti a contrastare la problematica dell'alcol**.

2. Informate sul fatto che non esistono soglie che garantiscono un consumo sicuro di alcol e che la scelta giusta per la propria salute è non bere.

- Fate sapere che **non esistono soglie che stabiliscono un consumo sicuro** di alcol e che ogni assunzione è dannosa.
- Diffondete la **raccomandazione di salute pubblica che consiglia di "bere il meno possibile o di restare astemi"**.
- Comunicate le **alternative sane e incoraggiate l'adozione**.
- Quando parlate delle **soglie di consumo di alcol che consentono di minimizzare il rischio, spiegate bene cosa significhino tali soglie**. Ha senso rappresentare graficamente o riferirsi alle quantità delle bevande alcoliche comuni quando non c'è spazio per spiegare come funzionano le unità alcoliche (ad esempio, 1 dcl di vino e non 10 g di alcol puro).
- Quando parlate delle soglie di consumo di alcol che consentono di minimizzare il rischio, **non utilizzate la formulazione della raccomandazione, ma fate riferimento ai minori rischi per la salute**.
- Se parlate delle soglie di consumo di alcol che consentono di minimizzare il rischio, **mettete in risalto soprattutto i gruppi** per i quali vale più degli altri la **raccomandazione "niente alcol"**.
- Fate sapere che **non esistono delle soglie che stabiliscono un consumo sicuro** di alcol e che ogni assunzione è dannosa, anche nei contributi dove accennate soltanto all'alcol e le problematiche a esso correlate non sono il tema centrale.

3. Nei contributi in cui compare l'alcol sottolineate sempre le conseguenze negative legate alla sua assunzione e mettete particolarmente in risalto il suo influsso negativo sui rapporti familiari.



- Sfruttate tutte le occasioni in cui si accenna all'alcol per evidenziare le sue conseguenze negative sulla salute delle persone, dei loro familiari e dell'ambiente sociale.
- Fate attenzione a mettere in luce non solo le **conseguenze negative evidenti e di breve durata**, ma anche quelle **meno visibili** e quelle che **si manifestano in modo graduale**.
- Ove possibile, **ponete particolarmente in risalto** le conseguenze negative **sulla salute mentale dei propri cari e sui rapporti familiari**.

4. Evitate di mettere in relazione il consumo di alcolici con il successo nella vita sociale, sessuale, ecc.

- Evitate di collegare il consumo di alcolici a una maggiore socievolezza e a una migliore vita sessuale.
- Quando non è necessario, **evitate di collegare il bere con gli eventi sociali**. Se l'alcol viene presentato come un elemento necessario e scontato a questo tipo di eventi, ciò contribuisce alla creazione e al consolidamento della cultura bagnata.
- **Evitate di rappresentare in modo evidente** o di descrivere occasioni per bere alcolici.
- Evitate di rappresentare il bere come qualcosa di divertente, positivo o addirittura "eroico", in quanto, così facendo, potreste favorire il consumo di alcolici.
- Dove non possiate fare a meno di mostrare i possibili effetti positivi dell'assunzione di alcolici, **mettete in risalto anche i rischi e gli aspetti negativi che possono essere una conseguenza del bere**.
- **Non utilizzate immagini** in cui compaiono persone che bevono alcolici (ad esempio, persone che ridono o brindano) e **che potrebbero suscitare reazioni emotive positive**. Allo stesso modo, non utilizzate immagini in cui compaiono giovani che bevono alcol.

5. Evitate di accennare alle bevande alcoliche quando non è necessario e di metterle in mostra.

- Se non strettamente necessario per via dei contenuti, non accennate al consumo di bevande alcoliche, in quanto ciò potrebbe dare l'immagine di qualcosa di usuale, normale e non problematico.
- Se menzionare l'alcol risulta indispensabile a livello contenutistico, cercate di **rispettare il più possibile le seguenti raccomandazioni.**

Dove è difficile evitare di mostrare delle scene in cui si consumano alcolici, si consiglia:

- che le fotografie e i video non incoraggino l'uso di alcolici e **non mettano in buona luce** o ne esaltino l'assunzione;
- di evitare la messa in mostra dell'assunzione di alcolici nell'ambito della guida;
- di evitare di mostrare le immagini che **stigmatizzano** (ad esempio, persone che sono visibilmente ubriache o che sono impediti a causa dell'assunzione di alcol);
- di evitare **rappresentazioni stereotipate**, dove sono solo certi gruppi sociali ad avere problemi con l'alcol (uomini anziani, persone appartenenti agli strati socioeconomici più bassi, trasandate, con il viso arrossato, che bevono da sole ecc.);
- di evitare **rappresentazioni umoristiche** del consumo di alcol e degli ubriachi;
- di utilizzare immagini che rappresentano gli **effetti negativi del consumo di alcol** (evitando di mostrare le persone).

6. Comunicare in modo rispettoso verso le persone che hanno problemi con l'alcol e i loro familiari.

- Nel contributo riportate solo i **fatti oggettivi relativi a un evento.**
- Evitate di **stigmatizzare o marginalizzare** un gruppo di persone. Quando si indica una persona, è preferibile utilizzare un **“linguaggio incentrato sulla persona” e non un linguaggio che la etichetti**; ad esempio, al posto di “dipendente”, “alcolizzato” o “ubriaccone” è possibile ricorrere a espressioni quali “persona con sindrome da dipendenza da alcol” o “persona che beve eccessivamente”.
- **Evitate di utilizzare espressioni moraleggianti** nel senso “è solo una questione di volontà” quando i problemi si riferiscono a una sindrome da dipendenza da alcol (in questo caso si tratta infatti di una malattia).
- Quando si indica una persona, **evitate di utilizzare espressioni beffarde** e titoli sensazionalistici o dallo stile troppo variopinto.
- Quando non è necessario o non è fondamentale per una notizia, nel presentare una persona in un contributo (ad esempio, personaggi famosi) **evitate di riferire che si tratta di una persona che ha/ha avuto problemi con l'alcol.**

7. Utilizzate delle espressioni efficaci.

- Non utilizzate espressioni che **esaltano** il consumo di alcolici o che gli **attribuiscono un significato particolare o positivo**.
- Non utilizzate espressioni che **stigmatizzano, deridono** o sono inesatte.
- Ricorrete a espressioni che trasmettano il messaggio: **ogni assunzione di alcol è rischiosa**.
- **Motivate in modo adeguato** le espressioni utilizzate correlate al consumo di bevande alcoliche (ad esempio, chiarite le soglie del consumo di alcol che consentono di minimizzare il rischio).



8. Non rappresentate l'alcol come una medicina per essere più coraggiosi, tonificarsi, rilassarsi o risolvere problemi quali stress e insonnia.



- **Non rappresentate l'alcol come una medicina**, in quanto danneggia quasi tutti gli organi del corpo.
- **Non rappresentate l'alcol come uno strumento capace di risolvere problemi**, quali mancanza di coraggio, stati di malessere, cattiva prestanta fisica o situazioni di disagio personale.
- Al posto delle raccomandazioni sul consumo di alcol, **fornite dei consigli di carattere generale sulle varie modalità di aiuto** (ad esempio, la consultazione del proprio medico personale) e indicate delle alternative al bere che non danneggino la salute e lo stato psicosociale.

9. Sfruttate tutte le occasioni per fornire informazioni su dove cercare aiuto in caso di problemi o di disturbi mentali legati al consumo eccessivo di alcol.

- **Incoraggiate sempre la ricerca di aiuto e riportate le fonti di aiuto.**
- **Non ignorate i familiari:** parlate anche di cosa possono fare e dove possono trovare aiuto per se stessi.
- Per ricevere assistenza, fate clic su www.sopa.si e www.infomosa.si/pomoc

10. Sfruttate tutte le occasioni che si presentano per raccontare le storie positive.

- Parlate di persone che **non bevono alcolici**. Presentate dei modelli positivi in cui non bere alcolici è la scelta vincente e non qualcosa di insolito (con la conseguenza di rendere questo atteggiamento normale).
- Fate conoscere le **storie di persone che hanno sconfitto oppure stanno vincendo la loro battaglia contro l'alcol e le storie dei loro familiari.**
- **Deve esserci un'eterogeneità di storie positive**, al pari dei problemi legati al consumo di alcol.

11. Il contributo dovrebbe essere il frutto di un atteggiamento critico verso le diverse fonti informative.

- Basatevi su **fonti credibili e dimostrabili** e riportatele.
- Ove possibile, indicate i link alle fonti primarie.
- Non accostate in modo acritico dei dati non ufficiali e fonti non scientifiche alle informazioni ufficiali di istituzioni attendibili.

12. Sfruttate tutte le occasioni per aprire spazi di dibattito sull'atteggiamento verso il consumo di alcol.

- Presentate il **quadro complessivo** della problematica legata all'alcol e **incoraggiate la riflessione pubblica** sull'atteggiamento verso il consumo di alcol.
- Con l'aiuto dei vostri contributi, affermate la consapevolezza che **tutti i membri della comunità** possono **giocare un ruolo** nel cambiamento dell'atteggiamento verso le bevande alcoliche.

RACCOMANDAZIONI PER LA COMUNICAZIONE SULL'ALCOL NEI MEDIA

A cura di: mag. Tadeja Hočevar, dr. Pika Založnik,
Karmen Henigsman, dr. Maja Roškar

Revisione: Ana Peklenik

Traduzione: Prevajalska agencija Julija d.o.o.

**Impaginazione
grafica:** Nicha d.o.o.

Publicato da: Nacionalni inštitut za javno zdravje,
Trubarjeva 2, 1000 Lubiana, Slovenia

Stampato da: Tisk Žnidarič

Tiratura: 150 copie

Luogo e data di edizione: Lubiana, 2020

Diritti d'autore: © Nacionalni inštitut za javno zdravje

Copia gratuita.

L'Istituto Nazionale per la Salute Pubblica è il responsabile esclusivo del contenuto del presente documento. Ulteriori informazioni sul progetto SOPA - Assieme per il Consumo Responsabile di Alcolici sono reperibili sul sito web www.sopa.si

Fonti online: www.nijz.si e www.sopa.si

Voi media contribuite a modellare il nostro atteggiamento verso il consumo di alcol, quindi è fondamentale che trasmettiate importanti messaggi di salute pubblica e basati su conoscenze scientifiche:

Cerca di bere il meno possibile o di restare astemio.

Non esistono soglie che stabiliscono un consumo sicuro di alcol.

Ogni assunzione di bevande alcoliche comporta dei rischi.

Scegli un'alternativa sana.