

FESTA DI COMPLEANNO ALCOLISTI ANONIMI SESTO SAN GIOVANNI (MILANO)

21 giugno 2026

Discorso del Dott. Alberto Frosi *Medico di Medicina Interna e Specialista in Igiene Pubblica e Medicina Preventiva*

Grazie per l'invito!

Quella di oggi per me è una ulteriore occasione, dopo molti anni che ci conosciamo, per ribadire il valore che attribuisco, da medico, al metodo dei 12 passi.

Preciso che quanto sostengo è il mio pensiero ma che è suffragato da moltissimi altri pareri autorevoli in campo scientifico. Ne cito uno tra i più prestigiosi e notoriamente scevro da influenze economiche e conflitti di interesse: Kelly JF e altri. Cochrane Database Syst. Rev. 2020;3:CD012880. AA è stato uno strumento terapeutico efficace per molti pazienti ma è necessario aggiungere che a sua volta ha insegnato tantissimo alla comunità medica e infermieristica. Oltre che a quella degli psicologi e psichiatri.

Il risultato è stato la collaborazione tra tecnici della salute e l'associazione, con risultati estremamente positivi.

Tra i tanti aspetti che ho imparato ad apprezzare dei 12 passi, ne citerò oggi alcuni.

L'atteggiamento non giudicante per me è - ed è stato nello svolgimento della mia professione - fondamentale.

L'alcolismo e le patologie e problematiche causate o legate all'alcol, non sono diversi da tante altre malattie e difficoltà che l'essere umano deve affrontare nella vita, pur avendo delle indubbie peculiarità.

Qualsiasi forma di moralismo è bandita dai 12 passi e così deve essere!

Un altro nucleo caratterizzante di AA è l'empatia.

"Provare empatia per qualcuno significa comprendere le emozioni che sta vivendo e viverle a propria volta, capendo le sue ragioni e le sue intenzioni; vuol dire creare nel proprio mondo interiore uno spazio su misura per accogliere il mondo dell'altro. Sentire che qualcuno prova empatia per noi vuol dire sentirsi capiti, accolti, non più soli" (Che cos'è l'empatia. Albiero, Matricardi, Carocci Ed. 2015).

Qualcuno sostiene che anche un buon medico, un buon psicologo devono possedere empatia per il paziente. Questo è vero solo in parte. L'empatia del medico non può essere completa, pena un coinvolgimento emotivo che può compromettere la lucidità del suo operato.

È recente un articolo di aggiornamento sull'alcolismo comparso su una importante rivista scientifica (Alcohol use disorders, Lancet 2025;406:2269).

Tra i vari aspetti che vengono affrontati, c'è quello degli ostacoli che si frappongono a prevenire i danni da alcol nella società e che impediscono le cure.

Uno di questi è legato a quello che gli esperti chiamano gli ambienti alcolgenici. Non è difficile intuirne il significato.

Pensiamo alle feste, alle ricorrenze, ai compleanni, ai riti di iniziazione, ai locali che offrono sconti o altri incentivi a bere. Anche i concerti all'aperto, gli eventi sportivi.

Pensate solo il ruolo a mio avviso determinante che l'alcol ha avuto nella strage di Capodanno nel bar discoteca di Crans-Montana. Le cronache che per diversi giorni hanno riempito i giornali, le radio, le TV e i social, hanno sottaciuto questo aspetto.

Si dice, nell'articolo che ho citato, che gli ambienti alcolgenici "normalizzano" l'uso di bevande alcoliche. In altre parole, fanno sì che sia normale bere bevande alcoliche, anche da parte di minorenni, anche in eccesso. Mentre oggi la scienza ci dice con certezza che è proprio il contrario, "non è normale" bere persino a dosi un tempo considerate basse.

Un contributo negativo può inoltre derivare dai social, dagli influencer, per non parlare dalla pubblicità.

Ebbene, i 12 passi forniscono un esempio che si oppone a queste dannosissime tendenze, proponendo uno stile di vita senza alcol, in ambienti analcolici, mettendolo concretamente in pratica.

I 12 passi, col loro esempio, si spingono – anche involontariamente – ben al di là del loro ruolo consolidato e universalmente riconosciuto, in ambito terapeutico.

12 passi è un esempio anche per un altro aspetto, che è quello del completo disinteresse per l'aspetto economico, diciamolo a tutto tondo, per il denaro.

Oggi, più che mai, è una proposta eccezionale, di altissimo valore etico, unica persino nell'ambito del volontariato.

Per me inoltre, è sempre sembrato sorprendente osservare come AA riesca a gestire i gruppi senza leader, senza gerarchie, oltre che senza il bisogno di figure professionali. Su questo tema il ruolo delle 12 tradizioni credo sia essenziale.

Ed infine, in questo elenco parziale e incompleto dei meriti dei 12 passi, non posso dimenticare l'importanza dell'anonimato. Infatti gli esperti che ho citato più sopra individuano un altro ostacolo alla guarigione, il quale è rappresentato dallo stigma, cioè dall' etichetta negativa che la società affibbia all'alcolista. Con la conseguenza di tenere lontano dalle cure necessarie troppi che ne avrebbero bisogno.

È dimostrato che solo una minoranza delle persone che necessitano di presa in cura per alcolismo o comunque per problemi alcol-correlati, accede alle cure. I motivi sono molteplici e non è pensabile che i servizi sanitari pubblici, ma nemmeno privati, possano risolvere il problema.

Bisogna riconoscere che i padri fondatori di AA, Bill e Bob sono stati davvero geniali.

I 12 passi hanno avuto così tanto successo e hanno dato risultati talmente brillanti da far estendere il metodo a tutte le altre forme di dipendenza, da sostanze e non solo.

Buon Compleanno!