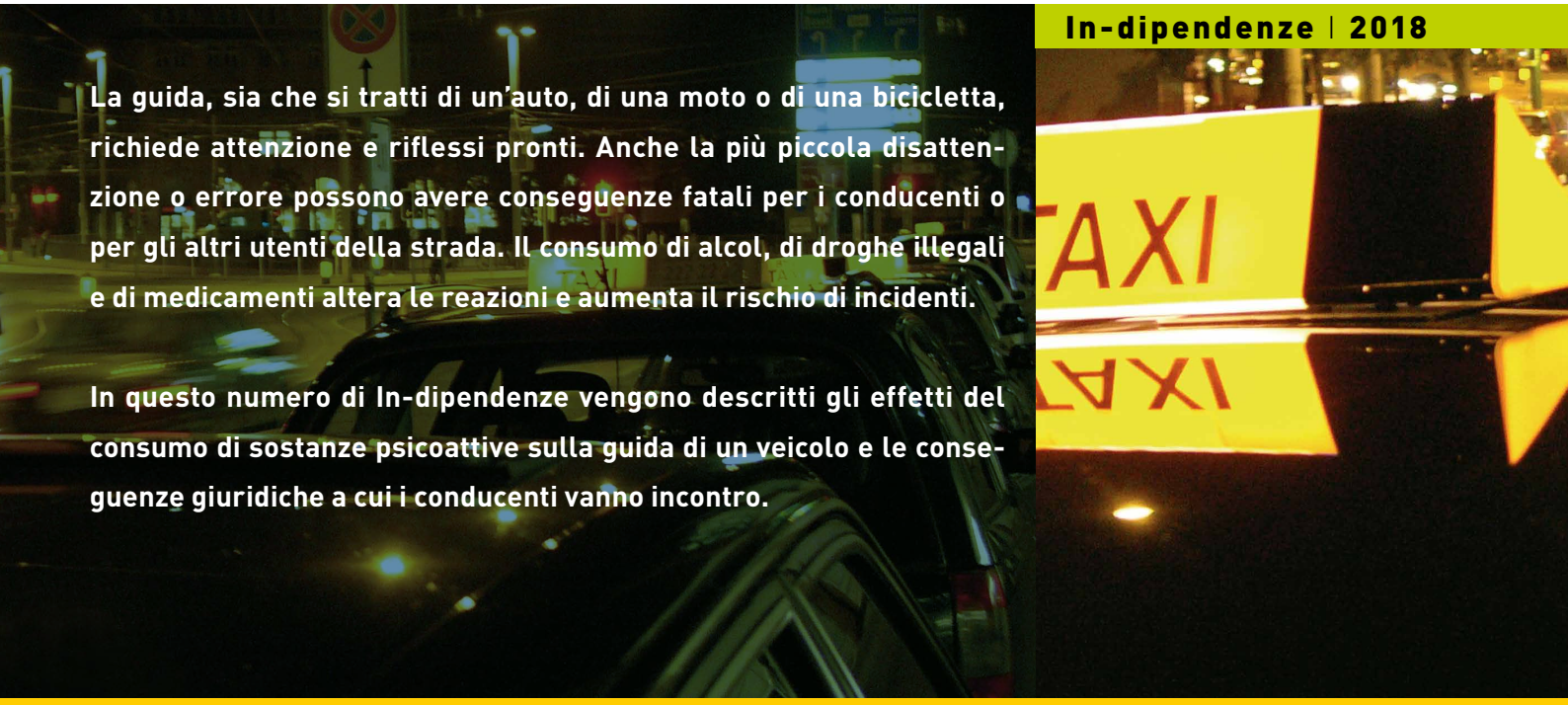
DIPENDENZE | SVIZZERA

In-dipendenze | 2018



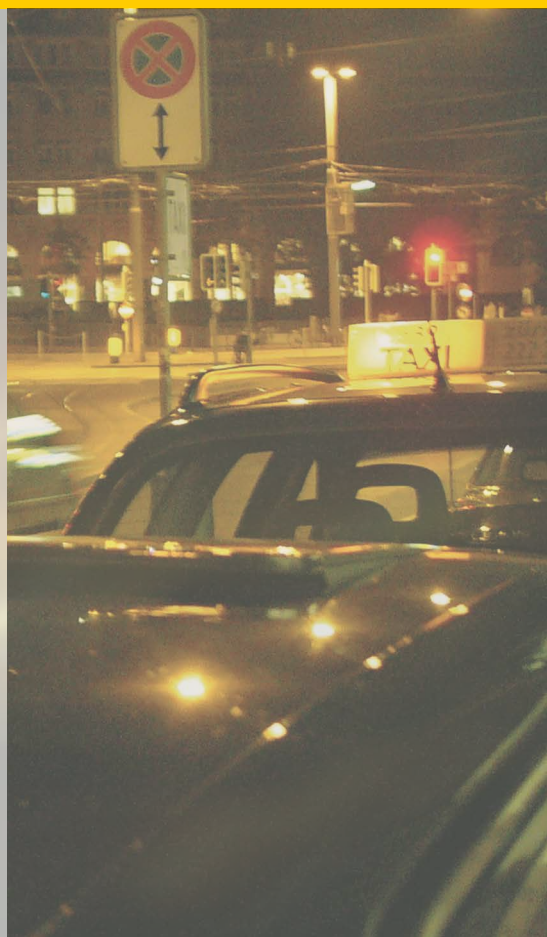
La guida, sia che si tratti di un'auto, di una moto o di una bicicletta, richiede attenzione e riflessi pronti. Anche la più piccola disattenzione o errore possono avere conseguenze fatali per i conducenti o per gli altri utenti della strada. Il consumo di alcol, di droghe illegali e di medicamenti altera le reazioni e aumenta il rischio di incidenti.

In questo numero di In-dipendenze vengono descritti gli effetti del consumo di sostanze psicoattive sulla guida di un veicolo e le conseguenze giuridiche a cui i conducenti vanno incontro.

Alcol, droghe illegali, medicinali e circolazione stradale

0,5 per mille per l'alcol e tolleranza zero per le droghe illegali

Sia gli effetti immediati del consumo di sostanze psicoattive, sia gli effetti a lungo termine di una dipendenza rappresentano un rischio per gli utenti della strada. Nel 2005, la Svizzera ha fissato la soglia massima tollerata di alcolemia nel sangue a 0,5 per mille (ossia 0,25 mg/l di aria espirata) durante la guida. Per quel che riguarda le droghe illegali, la tolleranza è zero. In caso di assunzione di medicinali, un conducente è punibile se questi ultimi hanno un effetto negativo sulla sua idoneità alla guida.



Alcol e circolazione stradale

Nel 2016, gli incidenti stradali avvenuti sotto l'effetto dell'alcol hanno causato 1269 feriti lievi, 456 feriti gravi e 37 morti. L'alcol è stato il fattore determinante in circa il 17% degli incidenti mortali. La dinamica degli incidenti gravi legati all'alcol è pressoché costante: avvengono in prevalenza nel fine settimana, durante la notte o alle prime luci dell'alba, e spesso coinvolgono giovani conducenti di sesso maschile di età compresa tra i 18 e i 24 anni.

Gli incidenti per alcol non sono generalmente causati da conducenti che hanno l'abitudine di consumare regolarmente forti quantità di alcol (consumo cronico a rischio), ma da soggetti che solitamente bevono moderatamente e che quel giorno hanno bevuto molto in un breve intervallo di tempo e che poi si sono messi al volante in stato di ebrietà.

Influsso dell'alcol sull'idoneità alla guida

A partire dallo 0,2 – 0,5 per mille	– Riduzione dell'attenzione, delle percezioni, dell'acuità visiva e uditiva – Allungamento dei tempi di reazione e della propensione ad assumere rischi
A partire dallo 0,5 – 1 per mille	– Disturbi dell'equilibrio – Netto aumento del tempo di reazione – Abbassamento della visione notturna e della concentrazione – Aumento della disinibizione e della tendenza a sopravvalutare le proprie capacità di guida
A partire dall' 1 – 2 per mille	– Disturbi dell'eloquio – Senso di smarrimento – Difficoltà di orientamento – Visione tubolare – Adattamento più lento degli occhi alla luce e all'oscurità
Oltre il 2 per mille	– Vuoti di memoria – Disturbi dello stato di coscienza – Perdita della coordinazione motoria – Rischio d'intossicazione alcolica acuta con paralisi e arresto respiratorio

L'idoneità alla guida è già compromessa con piccole quantità di alcol. Il limite dello 0,5 per mille tiene conto dei risultati della ricerca. A partire da tale valore, il rischio di incidenti aumenta in modo rilevante. Alcune facoltà necessarie a una guida sicura sono tuttavia già ridotte al di sotto dello 0,5 per mille. La tabella qui accanto ne riassume gli effetti. Si tratta di una generalizzazione, poiché gli effetti dell'alcol possono variare da persona a persona.

Il consumo di alcol in combinazione con altre sostanze psicoattive (droghe illegali o farmaci) ha effetti imprevedibili.

Cosa prevede la legge?

La legge sulla circolazione stradale fa una distinzione tra infrazioni lievi, medio gravi e gravi		
Infrazione lieve	**Infrazione medio grave**	**Infrazione grave**
0,25 – 0,39 mg/l di alcol nell'aria espirata o lo 0,5 – 0,79 per mille nel sangue (ebrietà) in assenza di altre violazioni alle norme sulla circolazione stradale.	0,25 – 0,39 mg/l di alcol nell'aria espirata o lo 0,5 – 0,79 per mille nel sangue (ebrietà) con ulteriore infrazione lieve alle norme sulla circolazione stradale.	A partire da 0,4 mg/l di alcol nell'aria espirata o dello 0,8 per mille nel sangue (concentrazione qualificata) o non idoneità alla guida a seguito dell'assunzione di sostanze stupefacenti (droghe) o di farmaci.
Ammonimento e multa, o revoca della licenza di condurre per almeno un mese se nei due anni precedenti la licenza è già stata revocata o è già stato deciso un altro provvedimento amministrativo.	Revoca della licenza di condurre per almeno un mese. A seconda del numero e della natura delle recidive, la licenza può essere revocata a tempo indeterminato.	Revoca della licenza di condurre per almeno tre mesi. A seconda del numero e della natura delle recidive, la licenza può essere revocata a tempo indeterminato. La licenza può essere revocata a tempo indeterminato a coloro che soffrono di una dipendenza.

Alcuni gruppi di persone sono soggetti a un divieto totale di condurre sotto l'influsso di alcol (limite di 0,05 mg/l nell'aria espirata o dello 0,1 nel sangue). Tale misura concerne:

- i giovani conducenti (detentori di una licenza di condurre in prova)
- gli allievi conducenti
- i conducenti professionisti
- i maestri di guida
- gli accompagnatori delle lezioni di guida.

Influsso dei medicinali sull'idoneità alla guida

Sonniferi e tranquillanti	Sonnolenza, allungamento dei tempi di reazione, riduzione delle capacità psicomotorie, apatia, disturbi della concentrazione, ma anche stati di eccitazione
Antidolorifici	Stordimento, sonnolenza, euforia
Altri analgesici	Vertigini, nausea (soprattutto in dosi eccessive)
Farmaci antiallergici (antistaminici)	Sonnolenza, stordimento, a volte stati di eccitazione
Farmaci contro la cinetosi (mal di viaggio)	Sonnolenza, allungamento dei tempi di reazione
Farmaci miorilassanti	Sonnolenza, allungamento dei tempi di reazione, riduzione delle capacità psicomotorie
Antiepilettici	Effetto soporifero, allungamento dei tempi di reazione, riduzione delle capacità psicomotorie. In caso di modifica dei dosaggi sono possibili forti cambiamenti nello stato generale del paziente
Medicinali contro l'ipertensione	Allungamento dei tempi di reazione, disturbi della concentrazione, sonnolenza. In caso di assunzione di vasodilatatori: mal di testa, vertigini e disturbi circolatori
Medicinali contro la tosse	Allungamento dei tempi di reazione, sonnolenza
Medicinali contro l'ipoglicemia	Con l'assunzione temporanea di dosi eccessive o insufficienti, il tasso glicemico può risultare troppo alto o troppo basso. Possibile riduzione della visione crepuscolare e dell'acuità visiva.
Diuretici	Riduzione delle capacità visive, iperventilazione in situazioni di stress
Farmaci che inducono la dilatazione o il restringimento della pupilla	Riduzione della visione crepuscolare e dell'acuità visiva, rischio di abbagliamento in caso di pupille dilatate
Cortisone	Abbassamento dell'acuità visiva
Neurolettici	Riduzione delle capacità psicomotorie, disturbi della concentrazione
Antidepressivi	Disturbi circolatori, riduzione dell'acuità visiva, tendenza all'affaticamento, sopravvalutazione delle proprie capacità
Stimolanti e farmaci antifame che agiscono sul cervello	Tendenza a sopravvalutare le proprie capacità, affaticamento repentino
Litio	Soprattutto nella fase iniziale della terapia: allungamento dei tempi di reazione, tremore, nausee
Farmaci anti-parkinson	Con alcune sostanze: allungamento dei tempi di reazione, affaticamento
Medicinali contro la diarrea	Con alcune sostanze: allungamento dei tempi di reazione, affaticamento
Sostanze anestetizzanti	Effetti post narcosi (possono manifestarsi entro le 48 ore): stordimento, allungamento dei tempi di reazione, sonnolenza
Medicinali a base di piante contenenti alcol	In dosi elevate subentrano gli stessi effetti dell'alcol

Responsabilità

Le assicurazioni auto e responsabilità civile possono esigere che i conducenti che si sono resi colpevoli di un'infrazione partecipino ai costi. Le pretese di indennizzo possono essere ingenti, soprattutto in caso di incidente con danni alle persone.

Anche coloro che utilizzano un veicolo non motorizzato, come ad esempio una bicicletta o un veicolo trainato da cavalli, sotto l'influsso di alcol, droghe illegali o medicinali, possono essere sanzionati.

Controlli

La polizia è autorizza a procedere ovunque e in qualsiasi momento al controllo con etilometro (analisi alcolemica dell'alito) degli utenti della strada, anche in caso di assenza di indizi di alcolemia. Dal 2016, i valori ottenuti tramite etilometro (misurazione dell'alcol nell'aria espirata) sono sufficienti a provare l'ebrietà. Il prelievo di sangue viene dunque effettuato unicamente in situazioni eccezionali o in caso si sospetti un consumo di stupefacenti. Per tale ragione, il tasso alcolemico viene ormai misurato in milligrammi di etanolo per litro di aria espirata (mg/l), piuttosto che in grammi di etanolo per chilogrammo di sangue (per mille). Le unità di misura sono diverse, ma i tassi limite restano gli stessi.

Droghe illegali

L'accertamento della presenza di una delle seguenti sostanze è sufficiente a dimostrare l'incapacità di condurre.

– Canapa (THC)
– Eroina o morfina
– Cocaina
– Anfetamine
– Metanfetamine
– MDEA o MDMA (ecstasy)

Per tutte le altre sostanze che possono compromettere la capacità di guida, i giudici e le autorità preposte al ritiro della patente decidono sulla base di perizie fondate sul principio dei tre pilastri. Lo status indeterminato delle nuove sostanze non tutela dalle conseguenze giuridiche della guida sotto il loro influsso.

Il principio dei tre pilastri

La valutazione della capacità di guida di un veicolo se si è sotto l'influsso di una sostanza psicotropa si fonda sul principio dei «tre pilastri»:

1. Osservazioni annotate nel verbale di polizia, dichiarazioni di testimoni oculari, ecc.
2. Esame medico
3. Analisi tossicologiche forensi

Riserve di capacità

Nonostante abbiano consumato dell'alcol, molti conducenti sono convinti di «essere perfettamente in grado di guidare» confidando nelle proprie abilità di guida o perché si ripromettono di guidare con particolare prudenza. Generalmente, queste persone sottovalutano l'effetto dell'alcol sulle proprie capacità di guida e ignorano che le loro «riserve di capacità» sono sensibilmente ridotte già dopo il primo bicchiere.

Quando siamo impegnati in un'attività, il nostro cervello funziona su due livelli: quello degli automatismi – acquisiti dalla pratica e dall'esercizio – responsabile delle nostre reazioni di base; mentre in caso di imprevisti ci affidiamo alle nostre riserve di capacità per scegliere la reazione più adeguata. Ciò accade, ad esempio, quando un pedone attraversa improvvisamente la strada davanti a noi. Per poter valutare correttamente la situazione e reagire con prontezza, il cervello deve disporre della riserva di capacità.

Fintanto che il tasso alcolemico resta inferiore allo 0,5 per mille, nei conducenti più esperti le riserve di capacità sono sufficienti a farli reagire in modo appropriato in situazioni critiche. Al di sopra di tale soglia, invece, le loro riserve sono ridotte al punto che, trovandosi in situazioni difficili, non sono più in grado di reagire in modo adeguato. A partire da un tasso alcolemico dell'1 per mille, sono le loro capacità di base ad essere compromesse e non sono più in grado di gestire nemmeno le situazioni normali.

I neopatentati utilizzano le proprie riserve di capacità già in situazioni di circolazione facili, poiché le loro reazioni non sono ancora automatiche. Anche una piccola quantità di alcol può quindi ridurre notevolmente la loro capacità di guida.

Un motto che dovrebbe valere per tutti, inclusi i conducenti più esperti: con lo 0,0 per mille possiamo essere certi che l'alcol non influirà sulla nostra capacità di guida! Ciò vale anche per le altre sostanze psicoattive (droghe illegali, sonniferi, calmanti, ecc.) e per tutti quei fattori in grado di ridurre le riserve di capacità (malattia, stress, stanchezza, ecc.).

La **capacità di guida** è la capacità psichica e fisica di un individuo di condurre con sicurezza un veicolo nel traffico stradale. Tale capacità può variare nel tempo (ad es. in seguito all'assunzione di alcol o di farmaci, oppure a causa della stanchezza). In alcuni casi, essa può essere sintomo di inattitudine alla guida dovuta, ad esempio, alla dipendenza da una droga.

L'**idoneità alla guida** dipende dall'insieme delle condizioni psichiche e fisiche indipendentemente dal tempo e dalla situazione contingente necessaria affinché un individuo sia giudicato capace di guidare con sicurezza nel traffico. Tali condizioni devono essere garantite in modo stabile.

Medicinali

Secondo la legge sulla circolazione stradale, l'uso di medicinali (autorizzati) non è in linea di principio incompatibile con la guida. Numerosi farmaci riducono tuttavia la capacità di guida e pertanto, la guida sotto il loro influsso è sanzionabile. Data l'inesistenza di test rapidi e di valori limite riconosciuti, anche la valutazione della capacità di guida dopo l'assunzione di un medicinale si basa sul principio dei tre pilastri. Il fatto che il farmaco in questione venga venduto liberamente o sotto ricetta medica, non è determinante. Anche i medicinali esclusivamente a base di erbe officinali possono portare all'incapacità di guidare.

Via sicura

Via Sicura è il programma della Confederazione per una maggiore sicurezza sulle strade. Le prime misure, entrate in vigore all'inizio del 2013, avevano l'obiettivo di ridurre il numero di incidenti e di decessi sulle strade.

Dal 2013, nell'ambito di Via Sicura, sono entrate in vigore diverse misure legate al consumo di alcol:

- **In caso di consumo di stupefacenti con un elevato potenziale di dipendenza viene ordinata un›indagine sull'idoneità alla guida.**
- **La guida sotto l'influsso di alcol (tasso alcolemico superiore allo 0,1 per mille) è vietata per determinati gruppi di persone.**
- **In caso di guida in stato di ebrietà con un tasso alcolemico nel sangue pari o superiore all'1,6 per mille viene ordinata un'indagine sull'idoneità alla guida.**
- **I valori ottenuti con l'etilometro hanno ora valore probatorio, cioè possono essere utilizzati in tribunale. Il prelievo di sangue viene effettuato solo in casi eccezionali.**

È possibile che vengano adottate ulteriori misure in futuro.

Droghe illegali, medicinali e circolazione stradale

Nel 2016, gli incidenti dovuti al consumo di droghe illegali o di medicinali hanno causato 23 morti e 119 feriti gravi. Le cifre reali sono probabilmente più elevate, poiché è molto più difficile individuare il consumo di droghe o di medicinali rispetto a quello dell'alcol.

A differenza dell'alcol, per queste sostanze non esiste una chiara relazione tra quantità rilevabili nell'organismo e gli effetti concreti sulla guida, ma le droghe illegali alterano considerevolmente la capacità di guida e chi ne fa uso non è in grado di guidare, persino a distanza di ore dalla cessazione dei loro effetti.

Mescolare diverse sostanze è particolarmente rischioso, poiché i loro effetti combinati sono perlopiù imprevedibili.

I consumatori di alcol, canapa o di altre sostanze sono spesso convinti di poter condurre in sicurezza, compensando gli effetti con una guida particolarmente attenta e prudente. È un errore! Come è pure sbagliato credere di poter neutralizzare tali effetti, e dunque recuperare la capacità di guida, assumendo cocaina, anfetamine (speed) o altre sostanze simili. Un'ulteriore illusione di alcuni consumatori di canapa è pensare che essere rilassati e consapevolmente prudenti li renda meno pericolosi.

Influsso delle droghe illegali sulla capacità di guida

Cannabis	**Oppiacei, eroina, morfina**
– Disturbi della percezione e della motricità – Allungamento dei tempi di reazione – Spossatezza – Reazioni improprie – Perturbamento degli automatismi consolidati (soprattutto in situazioni di stress) – Riduzione delle riserve di capacità – Costante distrazione dell'attenzione verso dettagli di secondaria importanza	– Riduzione dell'attenzione e della capacità di percezione – Rallentamento dei movimenti – Allungamento dei tempi di reazione – Sonnolenza – Apatia – Abbassamento della visione notturna (restringimento della pupilla)
Cocaina	**Anfetamine, metanfetamine**
– Sopravvalutazione delle proprie capacità di guida – Riduzione della concentrazione e dell'attenzione – Aumento dell'irritabilità e dell'aggressività – Comportamento e reazioni disinibiti – Dilatazione delle pupille, che riduce la capacità di adattamento alla luce intensa (abbagliamento) – Rischio di affaticamento o spossatezza quando gli effetti della sostanza si esauriscono	– Perdita del contatto con la realtà – Cattiva valutazione delle situazioni – Propensione ad assumersi rischi – Dilatazione delle pupille, che riduce la capacità di adattamento alla luce intensa (abbagliamento) – Rischio di affaticamento o spossatezza quando gli effetti della sostanza si esauriscono
Entactogeni (ecstasy)	**Allucinogeni**
– Propensione ad assumersi rischi – Riduzione delle capacità – Confusione – Disinibizione – Affaticamento o spossatezza, difficoltà di concentrazione quando gli effetti della sostanza si esauriscono	– Confusione – Allucinazioni – Problemi della coordinazione – Perdita di contatto con la realtà – Riduzione fino alla perdita completa dell'attenzione – Rischio di spossatezza quando gli effetti della sostanza si esauriscono

I meccanismi d'azione degli psicofarmaci sono complessi. I loro effetti dannosi si manifestano soprattutto agli inizi della terapia o a seguito di una modifica del farmaco o del dosaggio, per poi ridursi dopo qualche tempo per un fenomeno di assuefazione. I medicinali possono tuttavia anche migliorare la capacità di guida di una persona attenuando i sintomi della sua malattia. Si stima che tra i circa 25 000 medicinali distribuiti in Svizzera, sono circa 3500 quelli che potrebbero avere un effetto negativo sulla capacità di guida.

Alcuni studi, inoltre, dimostrano che molti farmaci non dovrebbero mai essere assunti in combinazione con alcol o altre droghe, poiché i loro effetti nocivi potrebbero risultarne potenziati in modo imprevedibile. La combinazione di diversi farmaci può altresì produrre effetti inaspettati che riducono notevolmente la capacità di guida, aumentando i rischi di incidente. Informare i pazienti, i medici e i farmacisti, contribuisce positivamente a prevenire gli incidenti. La sensibilizzazione e la formazione del personale medico su questi temi è una importante misura di prevenzione. Quanto ai pazienti, dovrebbero informarsi personalmente presso il proprio medico e/o farmacista in merito agli effetti specifici e combinati dei medicinali e delle sostanze che assumono, tra cui anche quelli sulla loro capacità di guida.

Prevenzione

Particolarmente efficaci sono le misure strutturali (disposizioni giuridiche, pene e sanzioni), tra cui la limitazione della concentrazione consentita di alcol nel sangue e i controlli dell'alcolemia anche in assenza di indizi manifesti (controlli a campione sui conducenti il cui comportamento su strada sembra a prima vista normale). Tuttavia, il campo di applicazione delle leggi che regolano la circolazione stradale è strettamente legato ai controlli effettuati, alla loro visibilità e alla percezione della loro frequenza. Gli alcolisti che intendono mettersi al volante devono essere convinti che vi sono forti probabilità di incappare in un controllo. Anche le misure che colpiscono i conducenti il cui comportamento è manifestamente perturbato incidono sulla sicurezza stradale (esame della capacità di guida, ritiro della patente, corsi di aggiornamento e periodi di prova con rivalutazione e supporto periodici).

Per influire sul comportamento, la prevenzione deve fornire informazioni sugli effetti delle sostanze e sui rischi derivanti dal loro consumo per la circolazione stradale; deve inoltre proporre alternative concrete alla guida sotto il loro influsso. L'apprendimento delle norme di circolazione stradale può già essere un'opportunità per sensibilizzare i giovani sui pericoli del consumo di sostanze psicoattive durante la guida. È importante ricordare loro questo messaggio in diversi momenti e contesti (famiglia, scuola, istituto di formazione, apprendistato, ecc.). Anche le campagne su larga scala hanno un effetto preventivo, ad esempio quando si tratta di informare la popolazione sulle norme in vigore e sulle conseguenze della loro applicazione. La probabilità di incappare in un controllo è infatti valutata in modo soggettivo, essa non dipende solo dalla loro effettiva frequenza, ma anche dalla presenza ricorrente del tema nei media.

Le misure di sensibilizzazione non sono rivolte unicamente ai conducenti di veicoli, ma anche al loro entourage, poiché, in linea di principio, tutti possono trovarsi in una o nell'altra situazione. Parenti o conoscenti possono convincere la persona ancora in grado di guidare ad astenersi dal consumo, o dissuadere dal mettersi alla guida chi non è più in grado di prendere il volante. Esprimendo la propria preoccupazione, possono attirare l'attenzione della persona dipendente sul problema che la guida potrebbe rappresentare per lei.

I professionisti hanno un ruolo importante: medici e farmacisti possono informare i loro pazienti sugli effetti indesiderati di taluni medicinali e, in particolare, dell'impatto che potrebbero avere sulla loro capacità di guida. L'accento dovrebbe essere posto su una consulenza personalizzata che proponga modi concreti di adattare il proprio comportamento. È assolutamente necessario affrontare le possibili interazioni tra diversi medicinali o tra medicinali e alcol. I consulenti per le dipendenze e i medici possono dissuadere le persone che soffrono di dipendenza dal mettersi al volante. Che si tratti di informare o di consigliare, una formazione adeguata faciliterà il lavoro dei professionisti e lo renderà più efficace.

Sono inoltre necessari approcci rivolti a gruppi specifici. Per citare solo alcuni esempi: i giovani – in particolare i giovani di sesso maschile – sono esposti ad un rischio maggiore perché sono più propensi a guidare, bere e assumere sostanze psicotrope. I programmi del tipo «Be my angel» e i programmi di carpooling si sono rivelati particolarmente indicati per questa fascia della popolazione. Raggiungono il loro target – i giovani di sesso maschile con consumi elevati – e generalmente aumentano la consapevolezza dei rischi.

atelier barbara.kranz | Thun

Informazioni più mirate

Altre pubblicazioni della serie «In-dipendenze»:

- **Alcol**
- **Gravidanza e alcol**
- **Tabacco**
- **Canapa**
- **Anfetamine e metanfetamine**
- **Ecstasy**
- **Allucinogeni**
- **Sostanze da inalare**
- **Cocaina**
- **Eroina**
- **Gioco d'azzardo**
- **Internet**
- **Sonniferi e tranquillanti**
- **Nuove sostanze psicoattive**

Dipendenze Svizzera propone numerosi opuscoli e altro materiale informativo sulle dipendenze e altre problematiche associate. Il materiale informativo può essere ordinato o scaricato gratuitamente sul sito web shop.addictionsuisse.ch

Troverete altro materiale:
www.radixsvizzeraitaliana.ch
info@radix-ti.ch

20.0284 | Focus – Alcol, droghe illegali, medicinali e circolazione stradale | Losanna, 2018

Dipendenze Svizzera
Av. Louis-Ruchonnet 14
C.P. 870
CH-1001 Losanna

Tel. 021 321 29 11
Fax 021 321 29 40
CCP 10-261-7
www.dipendenzesvizzera.ch