



In collaborazione con:

Dipendenze Svizzera, Fachverband Sucht,
Groupement Romand d'Etudes des Addictions (GREA),
Ticino Addiction e i Cantoni

Scheda informativa sul consumo di alcol

Data:

15 aprile 2015

Una persona su cinque beve regolarmente troppo e/o troppo spesso

In Svizzera, la maggior parte delle persone consuma volentieri vino, birra o superalcolici in occasione di feste o assieme agli amici. Regolarmente, però, alcuni esagerano bevendo troppo, troppo spesso o nella situazione sbagliata.

Nel 2013, più di un quinto della popolazione svizzera a partire dai 15 anni (22 %) ha consumato alcol in modo problematico. Si distinguono due forme di consumo di alcol a rischio:¹

- consumo eccessivo episodico (*binge drinking*), ossia a partire da 50-60 grammi o più di alcol puro (circa 5 o più bicchieri standard) in un'unica occasione per gli uomini e a partire da 40-50 grammi di alcol puro (circa 4 o più bicchieri standard) per le donne;
- consumo eccessivo cronico, ossia almeno 40 grammi di alcol puro (circa 4 o più bicchieri standard) in media al giorno per gli uomini e almeno 20 grammi di alcol puro (circa 2 o più bicchieri standard) per le donne.

Il 18,1 per cento della popolazione ha avuto episodi di consumo eccessivo di alcol almeno una volta al mese. Questo modello di consumo è associato a un maggior rischio di incidenti, infortuni, violenza e altre conseguenze acute, come rapporti sessuali non protetti, nonché a un maggior rischio di determinate malattie croniche e al rischio di intossicazioni alcoliche. Lo 0,9 per cento della popolazione ha riferito esclusivamente un consumo eccessivo cronico. Questo modello comportamentale è inoltre legato a un maggior rischio di una serie di malattie croniche. Il 3,0 per cento ha invece combinato entrambe le forme di consumo a rischio.

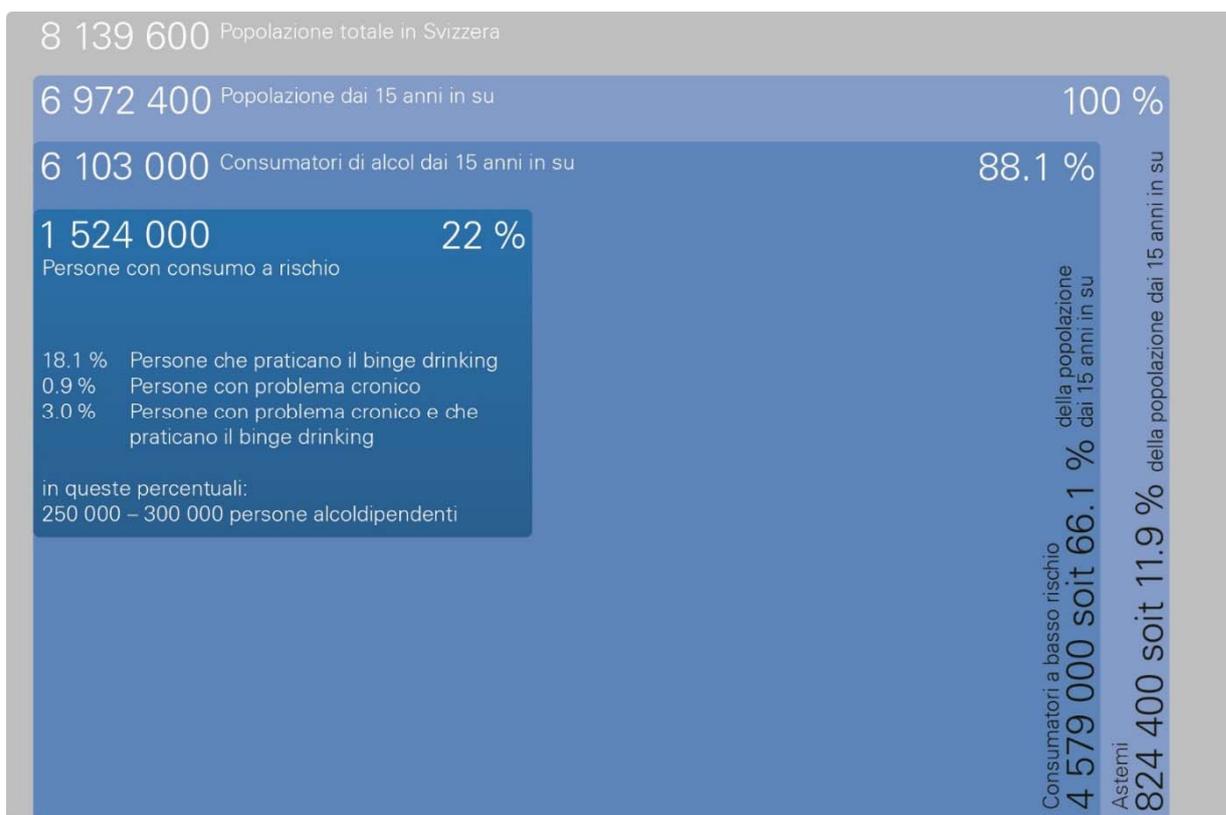
¹ Secondo Monitoraggio svizzero delle dipendenze, sulla base delle direttive internazionale.

Ulteriori informazioni:

Ufficio federale della sanità pubblica, Divisione comunicazione e campagne, Sezione comunicazione, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

La presente pubblicazione è disponibile anche in tedesco e francese.



Fonte: Monitoraggio svizzero delle dipendenze 2014

Rispetto all'anno precedente il consumo di alcol a rischio è rimasto costante, mentre rispetto al 2011 è lievemente aumentato (2011: 20,1 %, 2013: 22 %).

Negli ultimi anni si osservano leggere variazioni nella frequenza del consumo di alcol. Il consumo almeno giornaliero rilevato nell'ambito dell'[indagine sulla salute in Svizzera](#) (ISS) è diminuito (1992: 20,4 %, 2012: 13,0 %), mentre quello più volte alla settimana (ma non giornaliero) e il dato su chi beve una o due volte alla settimana hanno registrato un lieve incremento (1992: 37,6 %, 2012: 44,0 %). Nel raffronto a lungo termine, in Svizzera il consumo di alcol è calato: negli anni 1930 il consumo di alcol puro pro capite della popolazione totale era ancora di 12,1 litri. Durante la Seconda guerra mondiale è sceso a 7,6 litri. Dopo una progressione fino agli anni 1980, fino a raggiungere 10,9 litri, nel 2013 è calato a 8,3 litri (RFA, Alcol in cifre 2013). In base ai dati dell'indagine sulla salute in Svizzera (ISS), tuttavia, tra il 1997 e il 2012 la quantità consumata nella fascia di età 15-24 anni è aumentata del 30 per cento, mentre la percentuale di astemi è scesa dal 25,8 per cento al 18,5 per cento.

Ulteriori informazioni:

Ufficio federale della sanità pubblica, Divisione comunicazione e campagne, Sezione comunicazione, media@bag.admin.ch
 www.bag.admin.ch
 La presente pubblicazione è disponibile anche in tedesco e francese.

Il consumo di alcol in Svizzera rispecchia quello dei Paesi limitrofi

Per quanto riguarda il consumo di alcol, la Svizzera si colloca nella media internazionale. Nel 2010, il consumo annuo di alcol puro pro capite della popolazione a partire dai 15 anni era di 10,7 litri², ossia 4,5 litri in più della media globale. In Europa si beve nettamente di più della media globale (10,9 litri contro i 6,2 litri su scala mondiale). Rispetto ai Paesi limitrofi, la Svizzera consuma nettamente di più dell'Italia (6,7 litri), un po' di più dell'Austria (10,3 litri), ma meno della Germania (11,8 litri) e della Francia (12,2 litri).³

L'alcol è tra le cause di diverse malattie

A seconda della quantità e del modello di consumo, l'alcol può provocare molteplici malattie, incidenti e sofferenze. L'OMS stima a oltre 60 i quadri clinici legati al consumo di alcol, mentre per altre 200 malattie il rischio di ammalarsi ne è influenzato.⁴ Un eccesso di alcol può danneggiare praticamente qualsiasi organo. Il consumo regolare in grandi quantità aumenta il rischio di malattie come la cirrosi epatica, le malattie psichiche e i tumori. Anche il rischio di infarto aumenta a causa dell'innalzamento della pressione sanguigna dovuto all'alcol. Un consumo elevato e regolare di alcol può inoltre provocare lesioni cerebrali e favorire malattie psichiche come depressioni e psicosi. Quanto più si beve alcol, tanto più aumentano i rischi e i possibili danni. Un consumo eccessivo indebolisce inoltre il sistema immunitario. Già un uso moderato può influenzare negativamente il decorso di determinate malattie, sia infettive (dall'influenza all'Aids), sia croniche (ipertensione, cirrosi epatica ecc.). Un consumo regolare di alcol aumenta anche il pericolo di dipendenza.

Vi sono indicazioni che negli adulti sani un consumo da basso a moderato di alcol (da uno a due bicchieri al giorno) riduce il rischio di malattia e di decesso per determinate malattie cardiache, l'ictus e il diabete di tipo II. Ciò vale tuttavia solo se questo modello di consumo non è interrotto da episodi di *binge drinking*. Per alcune malattie, però, l'azione protettiva è compensata dalla nocività per altre malattie. Studi più recenti mettono inoltre in dubbio il fatto che l'azione protettiva osservata sia veramente attribuibile all'alcol e non ad altri fattori (p. es. lo stile di vita).⁵

Chi consuma grandi quantità in un'unica occasione corre inoltre un maggior rischio di incidenti, lesioni

² Siccome a livello internazionale è considerata unicamente la popolazione di età superiore ai 15 anni, il consumo pro capite medio è superiore al valore pro capite medio della popolazione totale menzionato nel paragrafo precedente.

³ WHO Global status report on alcohol and health 2014

⁴ Rehm, J., Baliunas, D., Borges, G., Graham, K., Irving, H., Kehoe, T., Parry, C., Patra, J., Popova, S., Poznyak, V., Roerecke, M., Roome, R., Samokhvalov, A., Taylor, B. (2010a): The relation between different dimensions of alcohol consumption and burden of disease – an overview. *Addiction*. 2010 May; 105(5): 817-843.

⁵ Fekjær, H. O. (2013): *Alcohol – a universal preventive agent? A critical analysis*. In: *Addiction*. doi: 10.1111/add.12104

Ulteriori informazioni:

Ufficio federale della sanità pubblica, Divisione comunicazione e campagne, Sezione comunicazione, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

La presente pubblicazione è disponibile anche in tedesco e francese.

violente e altre conseguenze acute, che colpiscono in particolare gli adolescenti e i giovani adulti.⁶ La maggior parte degli studi stima una crescita costante dei rischi. Una bassa concentrazione di alcol nel sangue comporta quindi già un maggior rischio di incidenti, che aumenta con l'aumentare della concentrazione. A partire dallo 0,3 per mille, il maggior rischio è incontestato. Anche il comportamento individuale esercita un influsso importante. Quanto più elevata è la quantità consumata, quanto più frequenti sono le occasioni e quanto più rischioso è il comportamento, tanto superiore è il rischio di subire infortuni o decessi causati dall'alcol nel corso della propria vita.⁷

L'alcol è cancerogeno

Prove sufficienti dimostrano che per principio l'etanolo è cancerogeno. Emerge una relazione dose-risposta per tutte le forme di cancro. La meta-analisi di Bagnardi et al. (2013)⁸ fornisce ad esempio prove di un incremento significativo del rischio di sviluppare un tumore della bocca, della faringe e dell'esofago, nonché del seno per le donne, con l'aumentare delle quantità consumate. Ciò avviene già a partire da piccole dosi (un bicchiere standard al giorno). Anche se in cifre assolute il rischio è esiguo, l'impatto sulla salute pubblica non va sottovalutato vista la prevalenza elevata di persone che bevono poco.

Piccole quantità di alcol celano ad esempio già un rischio di sviluppare un tumore del seno, rischio che con l'aumentare della quantità consumata aumenta in modo uniforme: circa il 7 per cento in più per ogni 10 grammi di alcol supplementare al giorno.⁹ Si stima che il 4 per cento circa dei casi di tumore del seno sia attribuibile all'alcol.

Per gli uomini in età compresa tra 15 e 74 anni, un decesso su 10 è attribuibile all'alcol

In base alle stime, nel 2011 in Svizzera i decessi dovuti all'alcol di persone in età compresa tra 15 e 74 anni sono stati circa 1600, ossia cinque volte di più dei morti in incidenti della circolazione stradale.¹⁰ In altre parole, nella classe di età 15-74 anni un decesso su 10 per gli uomini e uno su 17 per le donne sono attribuibili all'alcol. La mortalità dovuta all'alcol è legata principalmente alle malattie tumorali, agli incidenti e agli infortuni nonché alle malattie dell'apparato digerente. Negli adolescenti e

⁶ Cfr. p. es. Wechsler et al. 1994, *health and behavioural consequences of binge drinking in college*.

⁷ Cfr. p. es. *Australian guidelines to reduce health risks from drinking alcohol*, National Health and Medical Research Council, Commonwealth of Australia 2009

⁸ Bagnardi V, Rota M, Botteri E, Tramacere I, Islami F, Fedirko V, Scotti L, Jenab M, Turati F, Pasquali E, Pelucchi C, Bellocco R, Negri E, Corrao G, Rehm J, Boffetta P, La Vecchia C.: Light alcohol drinking and cancer: a meta-analysis. *Ann Oncol*. 2013 Feb;24(2): 301-8.

⁹ Rehm, J., Baliunas, D., Borges, G., Graham, K., Irving, H., Kehoe, T., Parry, C., Patra, J., Popova, S., Poznyak, V., Roerecke, M., Roome, R., Samokhvalov, A., Taylor, B. (2010a): The relation between different dimensions of alcohol consumption and burden of disease – an overview. *Addiction*. 2010 May; 105(5): 817-843.

¹⁰ Nel 2011, in Svizzera i morti in incidenti della circolazione stradale sono stati 320, 53 dei quali provocati dall'alcol. Fonte: upi, rapporto SINUS 2012.

Ulteriori informazioni:

Ufficio federale della sanità pubblica, Divisione comunicazione e campagne, Sezione comunicazione, media@bag.admin.ch
www.bag.admin.ch

La presente pubblicazione è disponibile anche in tedesco e francese.

nei giovani adulti i decessi dovuti all'alcol sono attribuibili soprattutto a infortuni, negli adulti di mezza età a malattie dell'apparato digerente (cirrosi epatica e pancreatite) e negli anziani a tumori.¹¹

Il rischio di cancro è poco noto

La consapevolezza dell'effetto cancerogeno dell'alcol non è ancora diffusa tra la maggioranza della popolazione. È quanto emerge dai risultati di un'indagine rappresentativa realizzata nel 2014 nell'ambito del Monitoraggio svizzero delle dipendenze.¹² La quota di coloro che hanno inserito il consumo di alcol tra le possibili cause delle tre forme di cancro considerate è stata del 45,6 per cento per i tumori della bocca e della faringe, del 49,2 per cento per i tumori del colon e del retto e solo del 20,5 per cento per i tumori del seno per le donne, malgrado le malattie tumorali rappresentino una delle principali cause di mortalità dovuta all'alcol. Vi è quindi un deficit d'informazione in quest'ambito. Anche la quantità di alcol che può essere consumata in un'unica occasione senza rischi per la salute è stata sopravvalutata quasi dalla metà degli intervistati: secondo il 45,6 per cento di essi, gli uomini possono bere cinque e più bicchieri nel giro di sei ore senza correre alcun rischio per la salute. Anche la quantità che può essere consumata in un'unica occasione senza alcun pericolo dalle donne è stata sopravvalutata dal 49,6 per cento degli intervistati.

¹¹ Marmet, S., Gmel, G., Gmel, G., Frick, H., Rehm, J., Shield, K.D.C. (2013). Alcohol-attributable mortality in Switzerland between 1997 and 2011. Losanna: Dipendenze Svizzera.

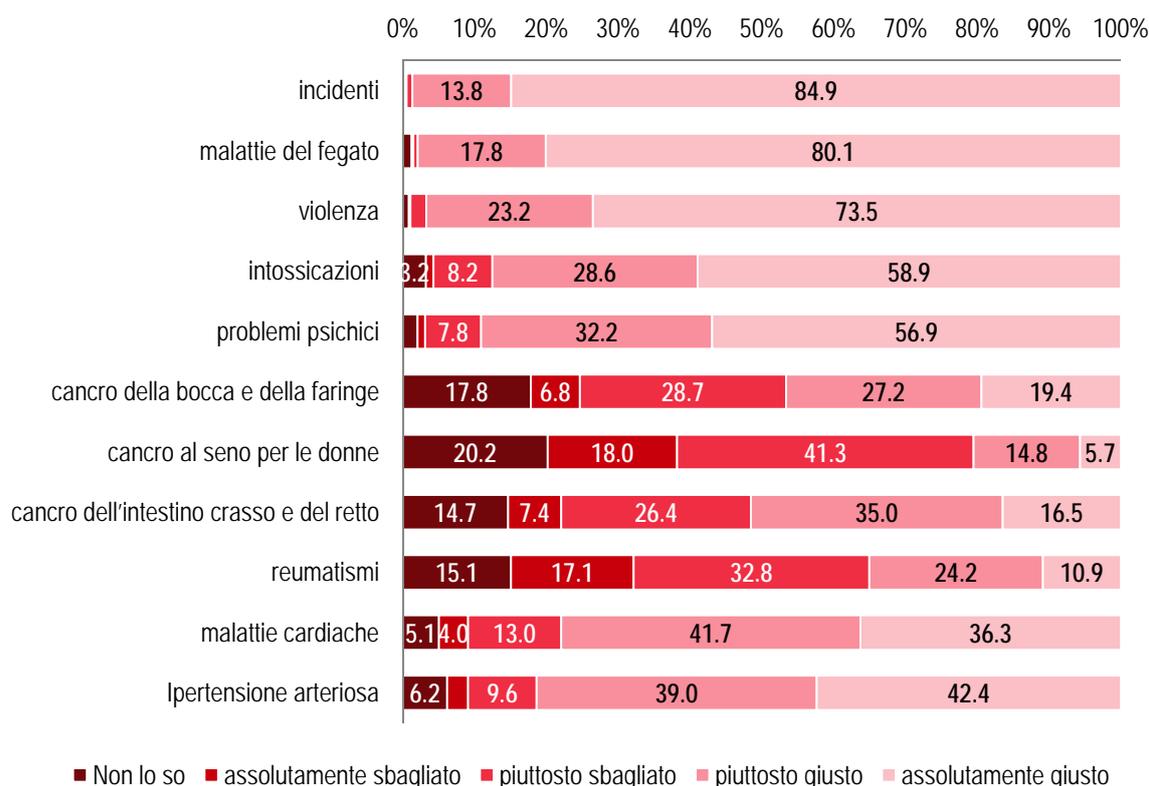
¹² Marmet, S., Notari L., Gmel, G. (2014). Suchtmonitoring Schweiz - Themenheft Wissen und Einstellungen zum Thema Alkohol und Gesundheit in der Schweiz im Jahr 2014. Dipendenze Svizzera: Losanna, Svizzera

Ulteriori informazioni:

Ufficio federale della sanità pubblica, Divisione comunicazione e campagne, Sezione comunicazione, media@bag.admin.ch
www.bag.admin.ch

La presente pubblicazione è disponibile anche in tedesco e francese.

Riconoscimento dell'effetto negativo del consumo di alcol su determinate malattie o determinati infortuni, totale degli intervistati (n=2858), da gennaio a giugno 2014



Fonte: Monitoraggio svizzero delle dipendenze 2014

La metà dei reati violenti negli spazi pubblici è riconducibile all'alcol

Almeno una volta all'anno, circa la metà della popolazione svizzera si sente molestata o viene addirittura aggredita da una persona sotto l'influsso dell'alcol. È quanto ha rivelato un'indagine rappresentativa svolta nell'ambito del progetto di ricerca Monitoraggio svizzero delle dipendenze, i cui risultati sono stati presentati nel maggio 2014.

Un altro studio realizzato nel 2014 ha evidenziato che circa la metà dei delitti violenti analizzati compiuti negli spazi pubblici è correlata all'alcol. Con il 70 per cento o più, la quota di casi riconducibili all'alcol è particolarmente elevata per quanto riguarda le lesioni, le vie di fatto, i litigi e i disturbi alla quiete pubblica.¹³

L'alcol svolge un ruolo negativo anche nell'ambito della violenza domestica. Secondo uno studio realizzato nel 2013¹⁴, il 48 per cento delle donne vittime di violenza domestica che ricorrono a un

¹³ Laubereau et al. 2014, *Alkohol und Gewalt im öffentlichen Raum*, Interface Politikstudien, Hochschule Luzern

¹⁴ Gloor D.; Meier H., 2013, *Gewalt in der Partnerschaft und Alkohol*, Social Insight GmbH, Schinznach-Dorf

Ulteriori informazioni:

Ufficio federale della sanità pubblica, Divisione comunicazione e campagne, Sezione comunicazione, media@bag.admin.ch

www.bag.admin.ch

La presente pubblicazione è disponibile anche in tedesco e francese.

consultorio per un sostegno indica un consumo problematico di alcol nella coppia, per nove casi su dieci attribuibile all'uomo. Per una coppia su quattro, il comportamento violento è concomitante al consumo di alcol (consultori per vittime: 25 %; consultori per persone violente: 22 %): in altre parole, in un quarto dei casi di violenza il consumo di alcol svolge sempre un ruolo determinante. Queste osservazioni valgono per tutte le fasce sociali e classi di età. Due terzi delle coppie in cui la donna subisce violenza ha figli conviventi, la metà dei quali ha meno di dieci anni.

Costi sociali per 4,2 miliardi di franchi all'anno

L'abuso di alcol colpisce l'intera società. Nel 2010 il fenomeno è costato alla Svizzera 4,2 miliardi di franchi, come è emerso dallo studio commissionato dall'UFSP «Costi legati al consumo di alcol in Svizzera», disponibile da marzo 2014. A pesare sul piatto della bilancia sono non solo i costi gravanti su sanità pubblica o polizia, ma anche e soprattutto quelli legati alla produttività economica.

Panoramica dei costi legati al consumo di alcol in Svizzera

	Costi in mio. CHF	Percentuale sul totale
Economia	3360	80 %
Perdite di produttività per mortalità ¹ e morbilità ²	2185	52 %
Perdite di produttività dirette ³	1175	28 %
Sanità	613	15 %
Cure stazionarie	405	10 %
Cure ambulatoriali	208	5 %
Perseguimenti penali	251	6 %
Polizia	113	3 %
Esecuzione delle pene	75	2 %
Giustizia	64	2 %
Totale	4224	100 %⁴

- 1) Decessi prematuri legati all'alcol
- 2) Perdita di forza lavoro per malattia o pensionamento anticipato
- 3) Scarso rendimento o assenteismo
- 4) Lieve eccedenza a causa di arrotondamenti

Fonte: Telser et al. 2014, *Alkoholbedingte Kosten in der Schweiz, Polynomics*

Ulteriori informazioni:

Ufficio federale della sanità pubblica, Divisione comunicazione e campagne, Sezione comunicazione, media@bag.admin.ch
www.bag.admin.ch
La presente pubblicazione è disponibile anche in tedesco e francese.