

Consumo di alcol: alcuni dati per il Ticino

In sintesi

- Dal 1997 al 2007 la prevalenza di persone che bevono quotidianamente sostanze alcoliche in Ticino è diminuita tra gli uomini (dal 43.2% al 36.1%), mentre è leggermente aumentata tra le donne (dal 16.1% al 18.4%).
- Il consumo cronico di alcol si riscontra maggiormente nelle fasce d'età più avanzate, mentre il consumo eccessivo puntuale concerne in particolare la fascia d'età 25-34 anni.
- Nel 2010, in Svizzera, il 27% dei ragazzi quindicenni e il 13% delle ragazze quindicenni consuma alcol almeno una volta alla settimana.

1. Tipologie di consumo di alcol

L'Organizzazione Mondiale della Salute (OMS) distingue due tipi di consumo di alcol ad alto rischio: il consumo cronico eccessivo (bere tanto con regolarità) e il consumo eccessivo saltuario (consumo di una grande quantità di alcol in poco tempo, per esempio durante una festa o una serata). Esiste inoltre un consumo inadatto alla situazione, ad esempio quando si beve e ci si deve mettere alla guida di un veicolo o al lavoro con un macchinario. Vi è inoltre la dipendenza alcolica, ossia quando vi è la perdita del controllo sul bere e sui comportamenti ad esso collegati o su altri comportamenti (p. esempio chi beve molto ha anche una maggiore propensione al rischio e al consumo di altre sostanze psicoattive).

Il consumo cronico eccessivo e il consumo occasionale eccessivo presentano rischi elevati per la salute. Il primo ha effetti a lungo termine e influisce sulla comparsa di malattie croniche quali la cirrosi epatica o le malattie cardio-vascolari; il secondo, conosciuto anche come *binge drinking*, può avere effetti negativi immediati sulla salute: aumento del rischio di incidenti, perdita del controllo sulle proprie azioni, diminuzione degli effetti inibitori, quindi maggiore propensione al consumo di altre sostanze legali o illegali o verso comportamenti inadeguati (violenza, velocità eccessiva se si è alla guida di un veicolo, rapporti sessuali non protetti, ecc.)

2. Quanto è troppo?

Nel 2000 l'OMS ha fissato un limite al di là del quale il consumo di alcol può diventare un problema per la salute: questo limite è di 20 g di alcol puro al giorno (una dose standard) per le donne e di 40 g (due dosi standard) per gli uomini. Va infatti osservato che il rischio differisce tra uomini e donne e questo a seguito della diversa proporzione tra materia grassa e liquidi (minor quantità di liquidi nel corpo della donna ciò che induce una maggiore concentrazione di alcol e quindi una maggiore lentezza nello smaltimento a cui contribuisce anche la presenza di una minore quantità degli enzimi responsabili della metabolizzazione dell'alcol).

Dose standard di alcol

Con dose standard intendiamo la quantità di alcol contenuta in un bicchiere, normalmente servita nei ristoranti:

1 dl di vino bianco = 1 dose standard

3 dl di birra normale = 1 dose standard

1 dl di vino rosso = 1 dose standard

1 bicchierino di grappa (0,2 dl) = 1 dose standard

3. Contesti svizzero e ticinese

I dati analizzati in questo documento si basano sull'Indagine sulla salute in Svizzera, un'inchiesta realizzata ogni 5 anni dall'Ufficio federale di statistica e, per quanto riguarda i giovani, sull'inchiesta *Health Behaviour in School-Aged Children*, un'indagine internazionale e quadriennale condotta in Svizzera da Dipendenze Info Svizzera. Gli ultimi dati disponibili dell'Indagine sulla salute in Svizzera sono quelli del 2007¹, mentre per i giovani sono disponibili i dati del 2010, almeno a livello nazionale.

4. Consumo di alcol negli adulti

4.1 Evoluzione temporale (periodo 1997-2007)

In generale, il consumo giornaliero di alcol continua a rimanere più elevato tra gli uomini rispetto alle donne sia a livello svizzero che a livello regionale (**tabella 1**). In Ticino, per quanto riguarda gli uomini, la prevalenza di chi consuma quotidianamente alcol è diminuita di circa il 7%, passando dal 43.2% nel 1997 al 36.1% nel 2007, mentre per le donne ticinesi la percentuale è, al contrario, leggermente aumentata dal 16.1% al 18.4%. Rispetto al resto della Svizzera, in Ticino si è pure assistito anche ad un incremento della prevalenza di persone che si dichiarano astemie sia tra gli uomini (dal 15.8% nel 1997 al 21.2% nel 2007) che tra le donne (dal 12.9% al 17.5%). Dal confronto regionale emerge inoltre che la prevalenza di astinenti in Ticino era superiore per entrambi i sessi: nel 2007, tra le donne ticinesi questa percentuale si attestava infatti al 45.9%, mentre in Svizzera romanda era del 25.7% e nella Svizzera tedesca del 20.1%; tra gli uomini residenti in Ticino, la prevalenza di astinenti era del 21.7%, mentre in Romandia e in Svizzera tedesca si attestava rispettivamente al 12.7% e al 10%.

Tabella 1

Percentuale di persone secondo la frequenza del consumo d'alcol, per sesso, per regione 1997, 2002, 2007											
		Uomini					Donne				
		Ogni giorno %*	3-6 volte / sett %*	1-2 volte /sett %*	meno1v olta set. %*	mai, astemio %*	Ogni giorno %*	3-6 volte / sett %*	1-2 volte/se tt %*	meno1v olta set. %*	mai, astemio %*
Cantone Ticino											
	1997	43.2	[6.5]	19.0	15.5	15.8	16.1	4.3	12.9	24.0	42.7
	2002	38.7	5.9	18.0	15.3	22.1	17.4	3.9	10.9	18.2	49.5
	2007	36.1	5.4	20.3	16.9	21.2	18.4	3.3	14.9	17.5	45.9
Svizzera francese											
	1997	33.9	11.7	28.3	14.9	11.3	15.6	5.9	22.4	29.9	26.1
	2002	29.2	10.0	27.6	15.7	17.4	14.3	4.7	23.0	22.1	35.9
	2007	25.6	13.0	32.9	15.9	12.7	11.9	6.2	27.2	29.1	25.7
Svizzera tedesca											
	1997	20.6	16.0	32.4	20.1	10.8	7.7	6.7	25.9	35.4	24.3
	2002	19.1	15.6	35.2	17.4	12.7	8.0	6.7	28.8	29.3	27.2
	2007	16.6	13.3	40.2	20.1	10.0	7.4	6.4	31.0	35.1	20.1
Svizzera											
	1997	24.6	14.6	30.8	18.7	11.2	10.1	6.4	24.3	33.5	25.7
	2002	22.2	13.9	32.8	16.9	14.2	10.0	6.1	26.5	27.0	30.4
	2007	19.5	12.9	37.5	18.9	11.1	9.0	6.2	29.4	32.7	22.6
Svizzera n=12997 (1997) n=19677 (2002) n=18731 (2007) Cantone Ticino n=1106 (1997) n=1525 (2002) n=1518 (2007)											
Fonte: Ufficio federale di statistica, Indagine sulla salute in Svizzera											
%* percentuale ponderata											
Le cifre tra [...] indicano una rappresentatività statistica limitata (da 10 a 29 risposte)											

¹ Questi dati sono stati analizzati nel rapporto *La sante en Suisse latine* pubblicato nel 2011 dall'Osservatorio svizzero della salute (Obsan)

4.2 Aumento del consumo con l'avanzare dell'età

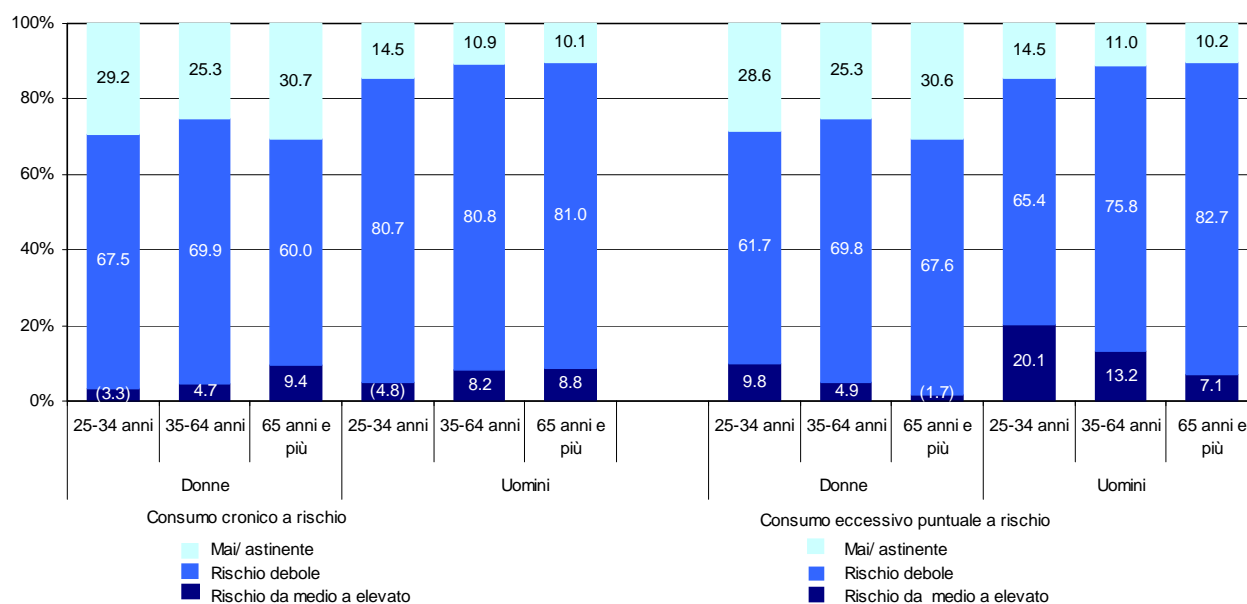
L'età costituisce un fattore prognostico negativo: nella Svizzera latina, il consumo di alcol tende infatti ad aumentare per entrambi i sessi con il trascorrere degli anni: se tra i 25 e i 34 anni solo il 4,2% delle donne consuma alcol tutti i giorni, a 65 anni questa percentuale è sette volte più elevata (27,2%). Tra gli uomini si ritrova questa stessa tendenza sebbene in misura meno marcata (9,7% versus 50,8%).

5. Consumo d'alcol cronico e occasionalmente eccessivo negli adulti

5.1 Differenze tra le fasce d'età e i sessi

Nella Svizzera latina (**figura 1**), il consumo di alcol cronico o occasionale eccessivo varia in funzione dell'età e del sesso. Nel caso del **consumo cronico**, la prevalenza di persone a rischio medio e elevato aumenta con l'età: per gli uomini le fasce d'età più colpite sono quelle tra i 35 e i 64 anni (8.2%) e 65 anni e oltre (8.8%), mentre per le donne vi è una prevalenza di persone a rischio di consumo cronico soprattutto tra gli anziani (9.4%). Al contrario, nel caso del **consumo occasionale eccessivo**, la prevalenza di persone a rischio medio ed elevato diminuisce con l'età in entrambi i sessi, sebbene in modo differenziato tra uomini e donne. In particolare, la fascia d'età con le percentuali più elevate di persone a rischio risulta essere quella tra i 25 e i 34 anni (uomini: 20.1%, donne: 9.8%).

Figura 1 - Consumo di alcol cronico e occasionale eccessivo secondo il sesso e l'età, Svizzera latina, 25 anni e più , 2007



Fonte: UFS, Indagine sulla salute in Svizzera 2007, elaborazione Obsan

Consumo cronico : n=6130; consumo puntuale : n=6111

Le percentuali tra parentesi indicano un'affidabilità statistica limitata (n=10-29)

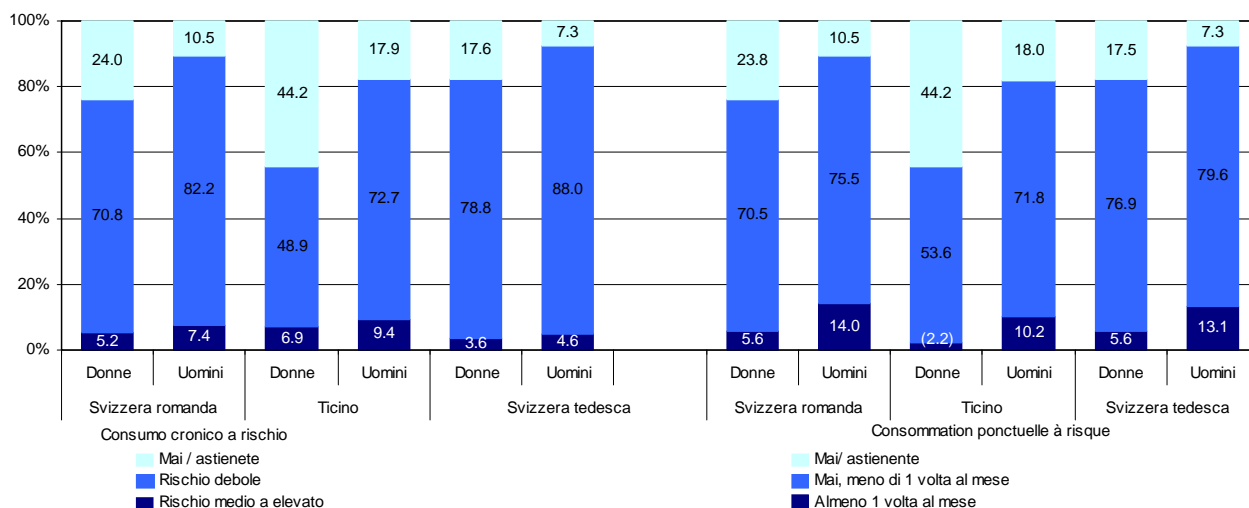
La distribuzione del consumo di alcol cronico e puntuale è statisticamente significativa secondo il sesso e la regione linguistica (p<0.05).

Consumo cronico a rischio: mai/astinente; rischio debole: <21g donne, <41g uomini; rischio medio a elevato : >= 21g donne, >= 41g uomini / Consumo puntuale eccessivo a rischio: mai/astinente ; rischio debole: non beve mai o meno di 1 volta al mese 4 bicchieri standard per le donne e 5 per gli uomini in una sola volta; rischio da medio a elevato: beve almeno 1 volta al mese 4 bicchieri standard per le donne e 5 per gli uomini in una sola volta

5.2 Differenze tra le regioni linguistiche: in Ticino più consumo cronico, ma minore consumo puntuale eccessivo

Il consumo cronico di alcol è maggiore in Ticino rispetto al resto della Svizzera per entrambi i sessi (**figura 2**). Tra gli uomini ticinesi, il 9.4% è infatti a rischio da medio a elevato rispetto al 7.4% riscontrato nella Svizzera romanda e al 4.6% nella Svizzera tedesca, mentre la prevalenza nelle donne ticinesi si attesta al 6.9%, percentuale superiore a quella delle altre due regioni linguistiche (CH-F: 5.2%, CH-D: 3.6%). Di contro, in Ticino il consumo occasionale a rischio risulta meno elevato. Tra gli uomini, la percentuale è del 10.2%, mentre nella Romandia si attesta al 14% e nella Svizzera tedesca al 13.1%. Tra le donne ticinesi la prevalenza scende al 2.2%, mentre nella Svizzera Romanda e nella Svizzera tedesca è più del doppio (5.6%).

Figura 2 - Consumo di alcol cronico e puntuale eccessivo secondo le regioni linguistiche e il sesso, 25 anni e più, 2007



Fonte: UFS, Indagine sulla salute in Svizzera 2007, elaborazione Obsan

Consumo cronico: n=4817 (Svizzera romanda), n=10'044 (Svizzera tedesca), n=1313 (Ticino)

Consumo puntuale n=4799 (Svizzera romanda), n=10'027 (Svizzera tedesca), n=1312 (Ticino)

Le percentuali tra () indicano un'affidabilità statistica limitata (n=10-29)

La distribuzione del consumo di alcol cronico e puntuale è statisticamente significativa secondo il sesso e la regione linguistica ($p < 0.05$).

Consumo cronico a rischio: mai/astinente; rischio debole: <21g donne <41g uomini; rischio medio a elevato: \geq 21g donne, \geq 41g uomini

Consumo puntuale eccessivo a rischio: mai/astinente; non beve mai o meno di 1 volta al mese 4 bicchieri standard per le donne e 5 per gli uomini in una sola volta; beve almeno 1 volta al mese 4 bicchieri standard per le donne e 5 per gli uomini in una sola volta

5.3 Determinanti sociali e culturali

Essere di origine svizzera aumenta di due volte il rischio acuto di bere in modo eccessivo rispetto agli stranieri. Le persone con la sola formazione scolastica obbligatoria vedono questo rischio aumentare di due volte rispetto a coloro che hanno una formazione a livello terziario. Essere attivi professionalmente aumenta il rischio di 1,6 volte rispetto a chi è professionalmente inattivo.

Un secondo modello di analisi centrato sulle differenze tra le tre regioni linguistiche mostra che nel raffronto con la Svizzera romanda, la popolazione ticinese ha 1,3 volte più probabilità di situarsi tra i consumatori di alcol cronici a rischio, mentre per la popolazione svizzero tedesca questa probabilità è di 1,7 volte inferiore.

6. Alcol e giovani 11-15 anni

Gli ultimi dati disponibili sul consumo di alcol tra i giovani di età compresa tra gli 11-15 anni si riferiscono all'indagine nazionale condotta nel 2010 da Dipendenze Info Svizzera e le analisi riguardano attualmente solo il contesto nazionale. I dati riguardanti la realtà giovanile ticinese si basano sulle precedenti indagini realizzate nel 2002 e nel 2006.

6.1 Contesto svizzero 2010

Dai dati relativi all'indagine nazionale condotta nel 2010 emerge che il 27% dei ragazzi quindicenni consuma alcol almeno una volta alla settimana (nel 2006: 25%). Tra le ragazze, la percentuale scende a circa il 13% (2006: 17%). Il tasso di giovani che, nel mese precedente l'inchiesta, hanno affermato di avere bevuto almeno una volta cinque bevande alcoliche o più nella stessa occasione è del 35% per i ragazzi, e del 30% per le ragazze.

Tale modello di consumo durante l'adolescenza non aumenta solo il rischio di incidenti e di intossicazioni alcoliche, ma costituisce anche un indicatore prognostico negativo: in effetti, più i giovani si ubriacano presto e più bevono regolarmente alcolici, più aumenta il rischio di sviluppare con l'età problemi legati all'alcol.

La birra è la bevanda alcolica preferita dai ragazzi: un quinto dei quindicenni afferma infatti di berne almeno una volta alla settimana. Oltre alla birra, le loro coetanee consumano spesso anche alcopop e superalcolici. Circa il 5-7% di loro consumano ciascuna di queste tre bevande almeno una volta alla settimana.

L'aumento del consumo di superalcolici desta particolare preoccupazione: le percentuali sono infatti aumentate sia tra i ragazzi sia tra le ragazze. Oltre un quarto dei ragazzi e un buon quinto delle ragazze beve infatti un superalcolico almeno una volta al mese. Dipendenze Info Svizzera suppone che le ragazze bevano i superalcolici al posto degli alcopop; infatti, nel 2010, la percentuale di consumo di questi ultimi è diminuita fortemente in seguito all'aggravio fiscale imposto dalla Confederazione sulle bevande miscelate con superalcolici.

I motivi del consumo di alcolici sono molteplici. I principali citati dai ragazzi sono stati: „per godermi meglio una festa “semplicemente perché mi piace“ e „perché così facendo, stare in compagnia è più divertente“. Oltre un terzo degli interpellati ha ammesso di consumare alcolici per riconfortarsi quando non si sente bene - il che è particolarmente preoccupante.

6.2 Evoluzione del consumo eccessivo saltuario tra il 2002 e il 2006

La **tabella 2** mostra che in Ticino, dal 2002 al 2006, la percentuale di ragazzi e di ragazze che affermavano di non essersi mai ubriacati è rimasta sostanzialmente stabile (ragazzi: dal 76.3% al 76.4%; ragazze: dall'81.8% al 82.6%), confermando così il mantenimento di una leggera differenza di comportamento tra i sessi rispetto al consumo di alcol. E' comunque importante sottolineare che circa l'11% dei giovani tra gli 11 e i 15 anni ha affermato di essersi ubriacato più di una volta. La tabella mostra pure che nel 2006 il comportamento dei giovani ticinesi era sostanzialmente simile a quello dei coetanei in Svizzera.

Tabella 2

Ubriacature dei ragazzi e delle ragazze dagli 11 ai 15 anni, Cantone Ticino e Svizzera, 2002 e 2006								
	Ragazzi				Ragazze			
	2002		2006		2002		2006	
	% TI	% CH	% TI	% CH	% TI	% CH	% TI	% CH
no mai	76.3	72.8	76.4	78.5	81.8	80.5	82.6	84.0
si 1 volta	12.2	11.3	12.3	10.6	11.9	10.0	9.5	8.6
2-3 volte	(5.1)	7.6	(5.0)	5.8	(3.7)	5.7	5.4	4.5
si 4-10 volte	(2.4)	4.2	(3.0)	2.6	(1.3)	2.2	(1.6)	2.0
si più di 10 volte	(4.0)	4.0	(3.2)	2.4	(1.3)	1.5	(0.9)	1.0
N Totale	549	4953	535	4704	537	5096	570	4759
Fonte: Dipendenze Info Svizzera, elaborazione UPVS () meno di 30 osservazioni								

Approfondimenti

Sul consumo di alcol tra i giovani di età compresa tra gli 11-15 anni

- Dati svizzeri 2010
Rapporto di ricerca di Info Dipendenze Svizzera (disponibile solo in tedesco)
[Konsum psychoaktiver Substanzen Jugendlicher in der Schweiz – Zeitliche Entwicklungen und aktueller Stand](#)
- Dati relativi al Ticino (1985-2006)
[Scheda elaborata dall'UPVS](#)

Sul consumo di alcol nella popolazione in generale

- Dati svizzeri (con alcuni confronti puntuali sul Ticino)
Rapporto Obsan 2011 (capitoli 4.2 e 4.5)
[La santé en Suisse latine. Analyse des données de l'Enquête suisse sur la santé 2007](#)

Sull'alcol in Svizzera (non solo dati)

- [Sito web dell'Ufficio federale della sanità pubblica](#)