

Aprile, mese della prevenzione alcolologica: dati e cambiamenti nei modelli di consumo

A cura di: Simona Olivadoti, Fabio Voller - ARS Toscana

Il **mese di aprile** è dedicato alla **prevenzione alcolologica**, un'iniziativa fondamentale per sensibilizzare l'opinione pubblica sui rischi legati al consumo di bevande alcoliche. I modelli di consumo stanno mutando rapidamente, comprendere i dati epidemiologici e le evidenze è il primo passo per una scelta di salute consapevole.

L'obiettivo di questa ricorrenza è duplice: da una parte scardinare i falsi miti legati all'uso sociale delle bevande alcoliche, dall'altra, mantenere alta l'attenzione sulla reale tossicità dell'etanolo.

Gli argomenti trattati in questo approfondimento

- [Dalle soglie “sicure” al rischio zero: come stanno cambiando le linee guida](#)
- [Alcol, un problema globale: quanto pesa davvero sulla salute](#)
- [Italia: meno consumo quotidiano, più episodi a rischio](#)
- [Adolescenti toscani: verso modelli di consumo sempre più “globalizzati” \(EDIT 2025\)](#)
- [Chi beve di più e perché: profilo del consumatore a rischio in Toscana \(PASSI 2023-2024\)](#)
- [Over 65 e alcol in Toscana: un rischio silenzioso tra abitudine e scarsa consapevolezza \(PASSI d'Argento 2024\)](#)
- [Conclusioni: meno quantità, ma modelli di consumo più rischiosi](#)
- [Fonti bibliografiche](#)

Dalle soglie “sicure” al rischio zero: come stanno cambiando le linee guida

Le **linee guida internazionali** sul consumo di alcol si sono evolute significativamente negli ultimi anni, passando da un approccio basato sulla moderazione a uno orientato alla massima riduzione del rischio, fino all'astensione totale, specialmente alla luce delle evidenze scientifiche sul legame tra alcol e cancro.

L'alcol è classificato dall'IARC (Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro) come cancerogeno di gruppo 1 (ovvero sicuramente cancerogeno per l'uomo).

Nonostante tale evidenza sia ben nota, la percezione culturale lo vede ancora spesso come un elemento ricreativo innocuo.

Nel suo più recente rapporto, [Global status report on alcohol and health and treatment of substance use disorders](#) (2024), l'OMS afferma chiaramente che non esiste un livello di consumo di alcol senza effetti sulla salute, abbandonando l'idea che esista una soglia sicura di consumo (dopo l'uscita del report, l'alcol è stato bandito da tutti gli eventi organizzati dall'OMS stesso).

A **livello italiano**, invece, le raccomandazioni restano più caute e tengono conto della realtà sociale e culturale del consumo di alcol in Italia. Questo non vuol dire che viene negato il rischio e i danni dell'alcol, ma si cerca di mantenerli entro livelli considerati accettabili, introducendo importanti distinzioni. Ad esempio, in Italia viene raccomandata l'astensione totale per alcune categorie: minori, donne in gravidanza, persone con patologie specifiche o che assumono farmaci.

L'OMS adotta un approccio di sanità pubblica orientato alla prevenzione massima, con un messaggio chiaro e semplice: meno alcol si consuma, meglio è, fino all'estensione. Le linee guida italiane, invece, riflettono un compromesso tra evidenze scientifiche e abitudini culturali, cercando di fornire indicazioni realistiche per la popolazione.

Alcol, un problema globale: quanto pesa davvero sulla salute

A **livello globale**, l'Organizzazione mondiale della sanità evidenzia come l'alcol sia responsabile di circa 2,6 milioni di decessi ogni anno (il 4,7% della mortalità mondiale) ed è associato a oltre 230 tipologie di malattie e disturbi. Considerando il totale dei decessi correlati all'alcol, circa il 22% è dovuto a malattie all'apparato digerente, il 20% a incidenti, il 17,8% a malattie cardiovascolari e diabete, il 15% a tumori maligni, il 10,8% a patologie perinatali connesse all'uso dell'alcol in gravidanza. Considerando i decessi per tutte le cause, l'alcol ha contribuito al 2,8% circa di tutti i decessi e di tutti gli anni di vita con disabilità o persi per morte prematura (DALY).

In **Europa**, nonostante una lieve flessione, si continua a registrare il carico di malattia alcol-correlata più alta al mondo, con una forte correlazione tra disponibilità economica del mercato e incidenti stradali.

La **Regione europea dell'OMS** ha la **più alta percentuale di bevitori e il più alto consumo di alcol nel mondo**. Nella Regione europea l'alcol provoca quasi 1 milione di morti ogni anno, contribuendo in modo significativo a lesioni involontarie e non intenzionali. Inoltre, l'alcol è responsabile di 1 decesso su quattro nella fascia di età compresa tra i 20 e i 24 anni, influenzando non solo le tendenze demografiche

ma rappresentando anche una delle principali cause di anni di vita lavorativa persi, e quindi di perdite di sviluppo economico e produttività.

Italia: meno consumo quotidiano, più episodi a rischio

Da più fonti italiane (Istat, ISS) emerge che l'**Italia** sta vivendo una **transizione culturale nel consumo di alcol**.

Il dato più eclatante è il **declino del consumo quotidiano**: siamo passati dal 33,3% del 1999 al 19% nel 2026. Il classico bicchiere di vino ai pasti sta scomparendo come abitudine fissa. Si beve meno ogni giorno, ma è aumentato il consumo sociale, lontano dai pasti. Nell'arco degli ultimi 10 anni si è osservata una forte contrazione anche del consumo abituale eccedentario, viceversa, la quota di chi ha l'abitudine alle ubriacature è significativamente aumentata.

Comportamenti non moderati nel consumo di bevande alcoliche si osservano più frequentemente tra gli ultra sessantaquattrenni (18%), tra gli adolescenti di 11-17 anni (15,7%) e tra i giovani e adulti fino a 44 anni (15,5%).

Nelle classi di età anziane il superamento delle quantità raccomandate avviene soprattutto con il consumo di vino durante il pasto. L'abitudine a un consumo non moderato di alcol tra gli anziani potrebbe essere in parte legato a una scarsa conoscenza della quantità di alcol da consumare senza incorrere in rischi per la salute, ma anche a fattori culturali legati alla tradizione che vedono in tale consumo una consuetudine comportamentale.

Oltre agli anziani, anche i ragazzi rappresentano una sotto popolazione con un'elevata diffusione di comportamenti a rischio. Nella fascia d'età 11-17 anni il 2,3% ha abitudini considerate a rischio, caratterizzate da consumo giornaliero o per l'abitudine al binge drinking, mentre il 12,9% ha un consumo più occasionale (beve almeno una bevanda alcolica nell'anno o ha un consumo fuori pasto occasionale).

A livello geografico, le **prevalenze più elevate di consumo di alcol a rischio** si osservano nelle **regioni del Nord**, specialmente nel Nord-est (18,9%), rispetto al Centro (14,6%) e al Mezzogiorno (12%).

Analizzando altri determinanti sociali, tipo il titolo di studio, emerge che tra la popolazione adulta di 25-64 anni, se si considerano le ubriacature, le quote più elevate riguardano chi possiede titoli di studio più alti (12,5% laurea o più, contro il 7,7% di chi ha la licenza media inferiore), mentre se si considera il consumo abituale eccedentario, i livelli più elevati si osservano tra chi possiede titoli di studio più bassi (6,7% tra chi ha al massimo la licenza media contro il 3,7% tra chi ha la laurea).

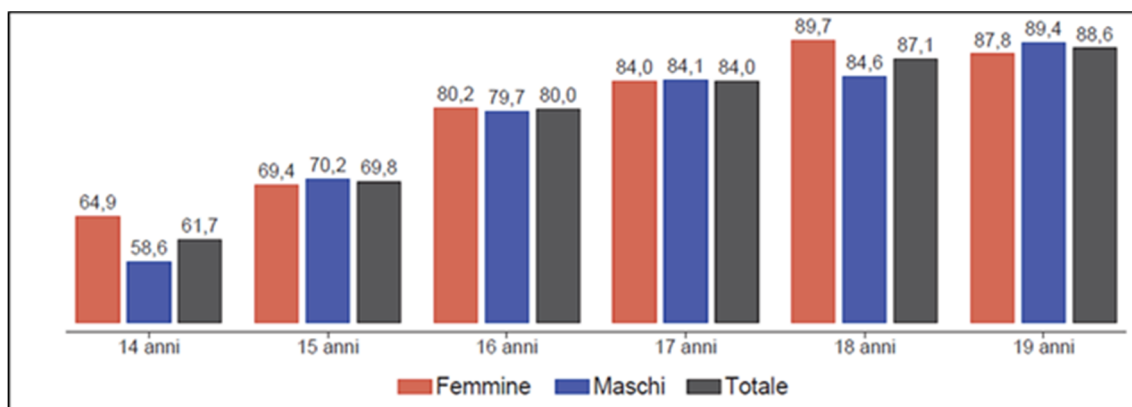
Adolescenti toscani: verso modelli di consumo sempre più “globalizzati” (EDIT 2025)

Anche tra la popolazione adolescente toscana è in atto una trasformazione nei modelli di consumo, con un **progressivo allontanamento dal tradizionale modello mediterraneo verso schemi di consumo più tipici dei paesi del Nord Europa**. Oggi prevale un modello di tipo “globalizzato”, caratterizzato da consumi episodici, spesso concentrati nel week end, con una funzione prevalentemente ricreativa e disinibente.

La sorveglianza **EDIT**, effettuata nella primavera del 2025, ci rimanda i dati più aggiornati sul consumo di alcol tra gli adolescenti e per la prima volta, nell’arco di vent’anni di indagine, le prevalenze di consumo non superano l’80% (maschi 79,3%, femmine 77,9%, totale 78,6%).

La **prevalenza di consumatori di bevande alcoliche cresce** in modo netto con l’età: dal 61,7% dei 14enni, all’88,6% dei 19enni, a conferma di come l’ingresso nella maggiore età rappresenti una soglia di normalizzazione del consumo (**Figura 1**).

Figura 1. Consumo di alcol nella vita (almeno una volta), per età e genere – Valori per 100 rispondenti d’età 14-19 anni – Fonte: Sorveglianza EDIT, anno 2025



La **differenza di genere**, evidente tra i più giovani (58,6% dei maschi contro il 64,9% delle femmine a 14 anni), tende a ridursi con l’età e **si annulla a partire dai 16 anni**. Complessivamente, le femmine (79,3%) mostrano una prevalenza lievemente superiore rispetto ai maschi (77,9%), in controtendenza rispetto alle prime edizioni dell’indagine, dove erano i ragazzi a presentare valori più elevati.

Questa inversione può suggerire un cambiamento culturale nel modello di consumo: tra le ragazze, l’alcol appare sempre più integrato nella socialità, anche se gli episodi di consumo eccedentario restano più contenuti rispetto ai coetanei maschi.

Per analizzare i comportamenti di consumo a rischio nella popolazione adolescente, l'indagine EDIT utilizza due indicatori distinti, ma complementari: la prevalenza di *binge drinking* e la prevalenza di ubriacature.

Per quanto riguarda il ***binge drinking***, rispetto all'edizione 2022 è **leggermente in diminuzione** (41,2% contro il 36,9%). Il fenomeno cresce in modo marcato con l'età, passando dal 15% dei 14enni al 50,7% dei 19enni. Nelle differenze di genere, la distanza si riduce nelle età più giovani, segno che anche le ragazze, soprattutto tra i 15 e i 17 anni, partecipano sempre più a modelli di consumo simili ai coetanei. A partire dai 18 anni, invece, la divergenza si amplia: tra i maschi il binge diventa un comportamento quasi normalizzato (oltre il 55%), mentre tra le ragazze tende a stabilizzarsi intorno al 42% (**Tabella 1**). Nel complesso, il dato conferma che l'età e il genere restano i principali determinanti del *binge drinking*, ma il divario tra maschi e femmine appare meno marcato rispetto alle prime edizioni dell'indagine.

Tabella 1. Binge drinking (almeno un episodio nell'ultimo anno), per età e genere – Valori per 100 rispondenti d'età 14-19 anni – Fonte: Sorveglianza EDIT, anno 2025.

Età	Femmine	Maschi	Totale
14 anni	15,7	15,0	15,3
15 anni	24,8	24,2	24,5
16 anni	34,7	37,8	36,3
17 anni	42,2	48,9	45,6
18 anni	42,6	55,3	49,1
19 anni	40,7	59,9	50,7
Totale	33,5	40,2	36,9

Passando all'analisi del comportamento alcolico delle **ubriacature**, si osserva che la **quota di adolescenti** che dichiara di essersi **ubriacata almeno una volta nella vita** mostra un **andamento decrescente nel tempo**: dal 44,4% del 2005 al 38,9% del 2025. La differenza di genere, che nelle prime edizioni era più marcata, tende progressivamente a ridursi, fino quasi a scomparire nell'ultima rilevazione, dove i valori maschili (38,4%) e femminili (39,4%) risultano pressoché sovrapponibili.

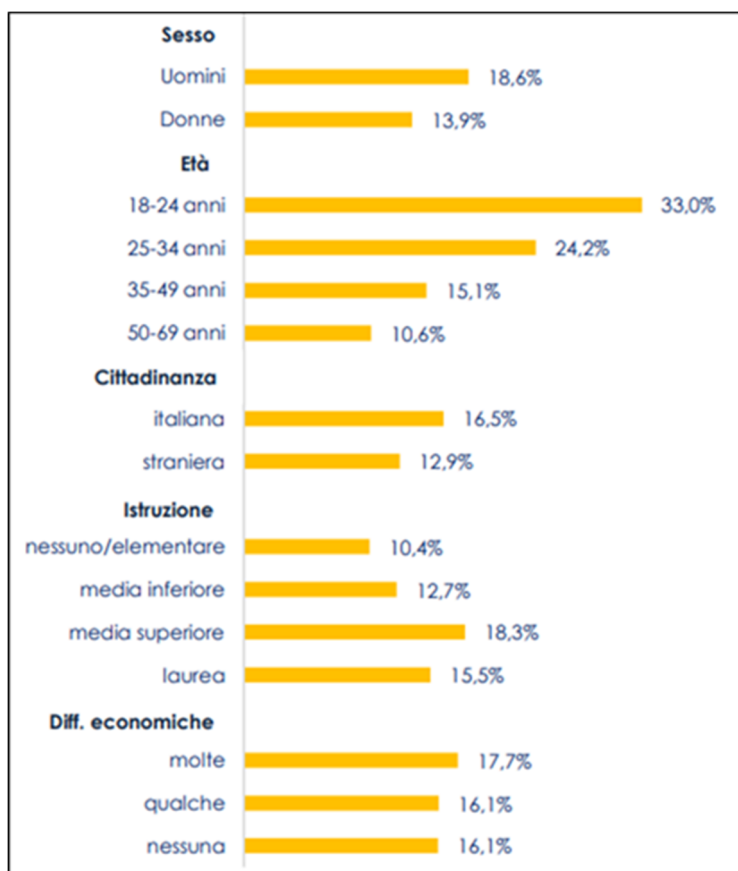
Nel complesso, le analisi confermano che *binge drinking* e ubriacature rappresentano due manifestazioni dello stesso **modello culturale di consumo episodico e concentrato, sempre più simile a quello dei coetanei europei**.

Chi beve di più e perché: profilo del consumatore a rischio in Toscana (PASSI 2023-2024)

Secondo i dati della Sorveglianza **PASSI**, nel biennio 2023-2024, il 59,5% dei toscani tra i 18 e i 65 anni ha consumato almeno una bevanda alcolica nel corso dei 30 giorni antecedenti l'intervista, **leggermente superiore alla media italiana** (57,7%). Inoltre, circa un toscano su sei (16,2%) può essere classificato come consumatore di alcol a maggior rischio, o perché ha un consumo abituale elevato (1,9%), o perché bevitore fuori pasto (9%) o perché bevitore binge (7,4%). Va però segnalato che rispetto al biennio precedente, si nota un calo dei bevitori fuori pasto (9,0% vs 10,4%), dei bevitori binge (7,4% vs 9,0%) e del consumo abituale elevato (1,9% vs 2,5%).

Il consumo a rischio riguarda soprattutto uomini, giovani, con cittadinanza italiana e con un livello di istruzione più alto, mentre non sembra variare in modo significativo in base alle condizioni economiche (**Figura 2**).

Figura 2. Caratteristiche del consumatore a maggior rischio. Regione Toscana, popolazione 18-65 anni. Fonte: PASSI, 2023-2024



Infine, come già anticipato, esistono delle **situazioni in cui l'alcol dovrebbe essere assolutamente evitato**, come durante l'**allattamento**, la **gravidanza** e in presenza di **malattie epatiche**. Purtroppo i dati PASSI confermano che i consumi in queste fasce sono ancora troppo alti. Rispetto al biennio 2022-2023, nel biennio 2023-2024 si registra un lieve miglioramento della prevalenza di donne che bevono durante la gravidanza (14,2% vs 21,4%) e l'allattamento (23,6% vs 29,3%). Mentre risulta aumentata la prevalenza di persone con malattie epatiche che consumano alcol (48,9% vs 44,6%).

Over 65 e alcol in Toscana: un rischio silenzioso tra abitudine e scarsa consapevolezza (PASSI d'Argento 2024)

In Toscana nella sorveglianza **PASSI d'Argento**, nel biennio 2023-2024, il 26,8% della popolazione ultra 65enne ha dichiarato di essere un consumatore abituale di alcol, di questi, l'11,6% ne riferisce un consumo moderato, mentre il 15,2% riporta un consumo definito "a rischio" per la salute (pari mediamente a più di un'unità alcolica (UA) al giorno). Il dato toscano è migliore per quanto riguarda il consumo abituale e il consumo moderato, mentre è simile nei casi di consumatore a rischio (**Tabella 2**).

Tabella 2. Consumo di alcol nella popolazione over 65 anni, Toscana e Italia, Fonte: PASSI d'Argento, 2024

	Consumo di alcol	Consumo moderato	Consumo a rischio
Toscana	26,8	11,6	15,2
Italia	37,2	20,5	16,7

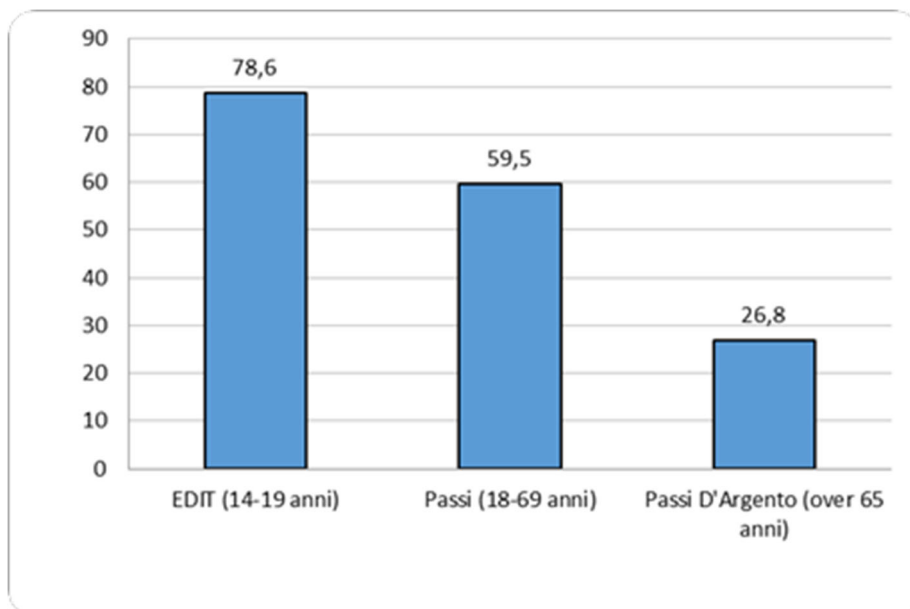
Conclusioni: meno quantità, ma modelli di consumo più rischiosi

I dati disponibili confermano una trasformazione nei modelli di consumo di alcol, caratterizzata dalla riduzione del consumo quotidiano e dalla crescita di comportamenti episodici e a rischio, in particolare tra i giovani.

In Toscana, circa un adulto su sei presenta un consumo a maggior rischio, mentre tra gli adolescenti persistono livelli elevati di binge drinking e di ubriacature, seppur in lieve diminuzione nel tempo. Anche nella popolazione anziana si osservano quote non trascurabili di consumo eccedentario, spesso legate a modelli culturali consolidati.

Questi elementi indicano come, a fronte di una diminuzione dei consumi abituali, rimanga rilevante il tema della qualità e delle modalità di consumo. La diffusione di comportamenti a rischio in diverse fasce di età richiede un rafforzamento delle azioni di prevenzione, con particolare attenzione ai gruppi più vulnerabili (figura 3).

Figura 3. Consumatori di alcol per fasce d'età. Fonte: EDIT 2025, Passi 2024, Passi d'Argento 2024



Fonti bibliografiche

- ARS. (2025). [Venti anni di indagine sulla popolazione adolescente toscana \(EDIT 2005-2025\)](#)
- ISTAT. (2024). [Italiani meno sedentari. Stabili eccesso di peso, alcol a rischio, abitudine al fumo](#)
- WHO. (2024). [Global status report on alcohol and health and treatment of substance use disorders](#)