

ALCOL E DONNE : nel 2022 , consumatrici in aumento (+2,5%), 2 milioni e 500mila sono a rischio (9,1%), il 3,7% delle donne dagli 11 anni in su si ubriaca. Le consumatrici 11-17enni a rischio sono 300.000 (15,5%), il 7,4% ha consumato alcolici lontano dai pasti e l'1,9% ha praticato il *binge drinking*. La IARC stima in 3200 i nuovi casi annuali di sei tipi di cancro causato dall'alcol nelle donne italiane, di cui 2300 nuovi casi di cancro alla mammella. Il 45% dei nuovi casi di cancro si registra per consumi inferiori ai 2 bicchieri al giorno.

Nel 2022, sono aumentate del 2,5% le consumatrici; sono circa 2 milioni e 500 mila (9,1%) e da anni non mostrano accenni alla riduzione, al più in sostanziale stabilità nel canale di crescita avviato nel 2014. Il 3,7% ha praticato il *binge drinking* e il 6,1% eccede quotidianamente. Tra le donne il comportamento a rischio di più recente diffusione riguarda il consumo di alcol fuori pasto (23,2%) con tendenza al ritorno nel canale di crescita dei valori elevati decennali. Il focus sulle minorenni (tra gli 11 e i 17 anni) evidenzia che il 15,5% è consumatrice a rischio e in risalita, il 7,4% consuma alcolici fuori pasto e l'1,9% ha praticato il *binge drinking*, consolidando nei fatti lo zoccolo duro, invariato da dieci anni, non scalfito dalla prevenzione specifica di genere, oggettivamente assente o inefficace. La IARC-OMS, stima in oltre 3200 i nuovi casi di cancro causato dall'alcol tra le donne in Italia, di cui 1400 (45% del totale) causati da quantità inferiori ai 20 grammi di alcol al giorno, e solo 197 casi per consumi superiori ai 60 grammi al giorno; 2300 sono i nuovi casi stimati di cancro alla mammella attribuibili all'alcol, un secondo bicchiere ne può incrementare (sino al +27%) il rischio di insorgenza. È urgente l'adozione di una prevenzione d'età e di genere di contrasto alle disuguaglianze derivante dalla disinformata percezione del bere al femminile.

Roma, 18 aprile 2024

L'Organizzazione Mondiale della Sanità indica le donne come uno dei target più sensibili della popolazione all'esposizione all'alcol, insieme agli anziani e ai giovani.

Le donne sono più suscettibili ai danni da assunzione di alcol perché hanno una massa corporea inferiore rispetto agli uomini e una concentrazione minore di acqua nel corpo: per questo motivo, la loro capacità di metabolizzare l'alcol è inferiore a quella degli uomini e, a parità di consumo, ciò determina un livello di alcol nel sangue più elevato. Le donne in età adulta hanno una maggiore sensibilità e vulnerabilità fisiologica che le espone a maggiori rischi a causa del loro consumo di alcol; le donne che consumano bevande alcoliche hanno infatti maggiori probabilità di sviluppare numerose patologie tra cui numerosi tipi di cancro (in particolare quello della mammella), osteoporosi, riduzione della fertilità e complicanze legate a gravidanza, quali aborti spontanei e rischio di partorire neonati affetti da sindrome feto alcolica. Per queste ragioni, **le linee guida del Consiglio per la Ricerca in Agricoltura e l'Analisi dell'Economia Agraria, CREA, consigliano alle donne un consumo giornaliero che non deve superare i 12 grammi di alcol al giorno** (equivalenti a 1 Unità Alcolica, circa 330 mL di birra, 125 mL di vino o 40 mL di un superalcolico) **indipendentemente dal tipo di bevanda consumata, per non incorrere in problemi per la salute.**

In Italia nel 2022 il 57,5% delle donne di età superiore a 11 anni ha consumato almeno una bevanda alcolica nel corso dell'anno, per un totale di circa 15.900.000 persone, con un incremento rispetto al 2021 del 2,5%.

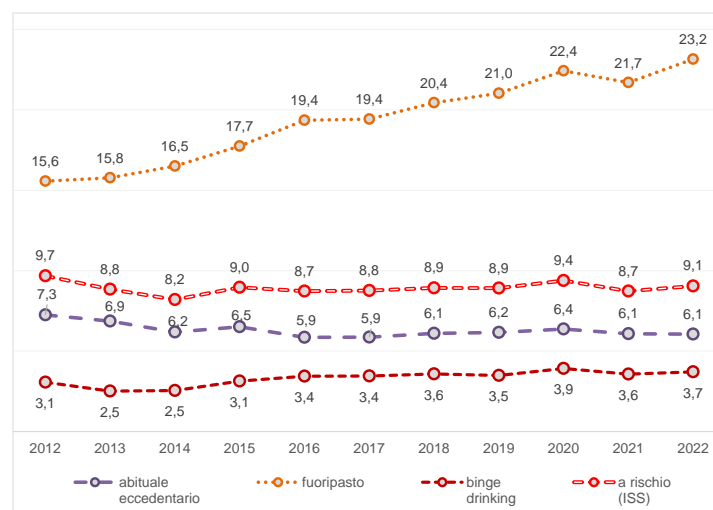


Figura 1. Prevalenze (%) delle consumatrici per comportamenti a rischio (età ≥11 anni) (2012-2022)

Fonte: Elaborazioni SISMA, ONA-ISS su dati dell'indagine ISTAT Multiscopo sulle famiglie

Il 6,1% delle donne ha inoltre consumato alcol in modalità abituale eccedentaria, **il 23,2% ha consumato alcol lontano dai pasti**, il 3,7% ha consumato in modalità *binge drinking* e il **complessivamente l'9,1% delle donne ha consumato alcol in modalità a rischio per la loro salute, pari a circa 2.500.000 persone**. Negli ultimi dieci anni la prevalenza delle consumatrici di vino o alcolici fuori pasto è cresciuta costantemente e, rispetto al 2021, si osserva un incremento del 6,7%; la prevalenza delle consumatrici in modalità *binge drinking* è diminuita tra il 2012 e il 2014 per poi aumentare in maniera pressoché costante tra il 2014 e il 2022. Nel corso degli ultimi dieci anni **la prevalenza delle consumatrici di alcol fuori pasto è cresciuta costantemente**. Gli indicatori di rischio restano ben distanti dal raggiungimento della riduzione auspicabile rispetto ai valori del 2010 che sono di riferimento per l'Agenda 2020 e i *Sustainable Development Goals* da raggiungere entro il 2025 (Figura 1).

Tra gli 11 e i 17 anni, qualsiasi tipo di consumo è da considerare come rischioso per la salute. Nel 2022, **sono 300.000 (15,5%) le consumatrici 11-17enni a rischio** (Figura 2). Le bevande più consumate dalle giovani sono state la birra e gli aperitivi alcolici seguite da vino, super alcolici e amari. **Il 7,4% delle 11-17enni ha consumato alcolici lontano dai pasti e l'1,9% ha praticato il *binge drinking***.

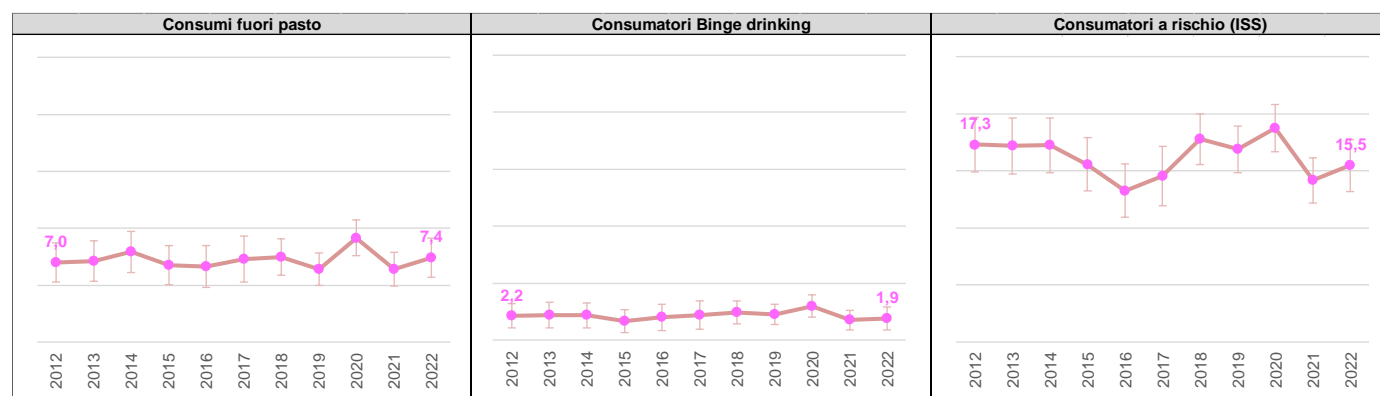


Figura 2. Prevalenze (%) delle consumatrici per comportamenti a rischio (età 11-17 anni) (2012-2022)

Fonte: Elaborazioni SISMA, ONA-ISS su dati dell'indagine ISTAT Multiscopo sulle famiglie

La donna è resa vulnerabile da una fisiologica capacità ridotta di metabolizzare l'alcol rispetto all'uomo con limiti estremamente bassi di smaltimento/disintossicazione dall'alcol.

Il consumo di 1 unità alcolica contenente 12 grammi di alcol (circa 1 bicchiere di vino, di birra di superalcolico) è compatibile con un livello a minor rischio per la salute femminile, ma non esenta dal rischio non esistendo quantità di alcol sicure per la salute.

L'International Agency for Research on Cancer, IARC, stima in oltre 3200 i nuovi casi di cancro tra le donne in Italia, di cui 1400 (45% del totale) causati da quantità inferiori ai 20 grammi di alcol al giorno, e solo 197 casi per consumi superiori ai 60 grammi al giorno; 2300 sono i nuovi casi stimati di cancro alla mammella attribuibili all'alcol, un secondo bicchiere ne può incrementare (sino al +27%) il rischio di insorgenza, tanto più probabile quanto più precoce e prolungato è il consumo. Le giovanissime devono ricevere un'informazione corretta sulla possibilità di non bere sino ai 21-25 anni per le vulnerabilità ormonali e cerebrali interferite dall'alcol in un periodo di estrema importanza per un sano sviluppo della donna.

Per contestuali e pur differenti vulnerabilità (uso di farmaci, perdita della capacità di metabolizzazione dell'alcol, coesistenza di malattie, deficit cognitivo) **le ultra65enni dovrebbero sempre verificare con il medico la possibilità di consumare il singolo bicchiere previsto dalle linee guida**. Il ruolo della donna è centrale per l'alfabetizzazione sanitaria dei figli quanto, in generale, per il comportamento di riferimento dei minori nell'adozione di stili di vita e di consumo sani. È dimostrato che lì dove il consumo del genitore è impostato al rispetto delle linee guida a minor rischio, è meno probabile che il consumo di alcol dei figli ecceda i limiti suggeriti. Viceversa, lì dove il consumo dell'adulto di riferimento nel nucleo di convivenza eccede, anche il/la partner e i minori/giovani conviventi seguono tale stile non salutare di consumo. L'assumere alcol fuori pasto, comportamento estremamente diffuso tra le donne, anche in associazione ad altre tipologie di comportamento a rischio come il fumo, potenzia il rischio ed espone ad una maggiore probabilità di consumo abituale eccedentario e/o episodico eccessivo (*binge drinking*).

La donna può influenzare positivamente con il suo "comportamento alcolico" quello del partner contribuendo a diminuire l'impatto delle conseguenze acute del bere, come la violenza o gli incidenti stradali; **il bere a rischio al femminile influenza i terzi anche in coincidenza di fasi delicate della vita, come la gravidanza, in cui il rischio della sindrome feto-alcolica (FAS, FASD), può essere prevenuto al 100% evitando di bere alcolici che danneggiano il feto, un comportamento che necessita di interventi mirati di sensibilizzazione lungo l'intero arco della vita rispetto ai rischi legati al consumo di alcol di cui verosimilmente non c'è sufficiente consapevolezza.**