

ALCOLE DONNE: Nel 2024 il **57,1%** delle donne italiane di età superiore a 11 anni ha consumato almeno una bevanda alcolica nel corso dell'anno: quasi **16 milioni di persone**. Le consumatrici a rischio sono oltre **2 milioni e mezzo (9,1%)**, mentre il **4,6%** delle donne si è ubriacata con un trend di consumo in continua crescita negli ultimi 10 anni.

Preoccupante il costante aumento negli ultimi 10 anni della percentuale di donne che consuma fuori pasto e che beve per ubriacarsi (*binge drinking*) che riguarda tutte le fasce di età, in particolare quella delle donne in età fertile e delle anziane. Tra le minorenni (11-17enni), nelle quali qualsiasi tipo di consumo è da considerarsi rischioso per la salute, il **13,3%** sono consumatrici a rischio, ben **260.000**, il 5,6% hanno consumato alcolici lontano dai pasti, e l'1,5% hanno praticato il binge drinking.

La riduzione dell'esposizione all'alcol nelle donne rappresenta una priorità per la sanità pubblica, in linea con la Strategia Globale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità per la riduzione dell'uso dannoso di alcol, che promuove interventi efficaci per limitare i danni alcol-correlati e proteggere i gruppi più vulnerabili. In Italia, l'Istituto Superiore di Sanità attraverso l'Osservatorio Nazionale Alcol richiama la necessità di rafforzare le politiche di prevenzione, l'informazione basata su evidenze scientifiche e l'identificazione precoce dei consumi a rischio nei servizi sanitari. Azioni mirate sono particolarmente rilevanti per le giovani, le donne in età fertile e durante la gravidanza, con l'obiettivo di ridurre i rischi alcol-correlati e promuovere scelte di salute consapevoli lungo tutto il corso della vita. Da includere inoltre nelle azioni interventi sulle **donne anziane** molto spesso portatrici di patologie croniche che necessitano trattamento farmacologico ove l'alcol interferisce sull'efficacia del farmaco.

Roma, 16 aprile 2026

L'Organizzazione Mondiale della Sanità indica le donne tra i gruppi di popolazione più vulnerabili agli effetti dell'alcol, insieme ai giovani e agli anziani. Questa maggiore vulnerabilità è legata anche a fattori biologici: rispetto ai maschi, le femmine hanno generalmente una massa corporea inferiore e una minore quantità di acqua nell'organismo, condizioni che determinano una ridotta capacità di metabolizzare l'alcol e, a parità di consumo, livelli più elevati di alcolemia. Per questo motivo il consumo di bevande alcoliche espone le donne a rischi maggiori per la salute, tra cui alcune patologie croniche e diversi tipi di tumore, in particolare della mammella, oltre a possibili effetti sulla fertilità e sulla gravidanza. In base alle linee guida per una sana alimentazione del Consiglio per la Ricerca in Agricoltura e l'Analisi dell'Economia Agraria (CREA), per le donne adulte il consumo non dovrebbe superare 1 unità alcolica al giorno (circa 12 grammi di alcol, pari a 330 mL di birra, 125 mL di vino o 40 mL di superalcolico).

In Italia nel 2024 il **57,1%** delle donne di età superiore a 11 anni ha consumato almeno una bevanda alcolica nel corso dell'anno, pari a circa **16 milioni di persone**. Il 5,2% delle femmine ha consumato alcol in modalità abituale eccedentaria, il **24,6%** lontano dai pasti, il 4,6% in modalità *binge drinking* e, complessivamente, il **9,1%** ha consumato alcol in modalità a rischio per la propria salute, pari a circa **2 milioni e 500mila persone**. Negli ultimi dieci anni la prevalenza delle consumatrici fuori pasto è in costante crescita ed è aumentata del **49,3%** nel 2024 rispetto al 2014, così come la prevalenza delle consumatrici in modalità *binge drinking*, che è aumentata del **78,7%** tra il 2014 e il 2024. Gli indicatori di rischio restano ben distanti dal raggiungimento della riduzione auspicabile rispetto ai valori del 2016 che sono di riferimento per l'Agenda 2020 e gli obiettivi di sviluppo sostenibile (SDGs) da raggiungere entro il 2030.

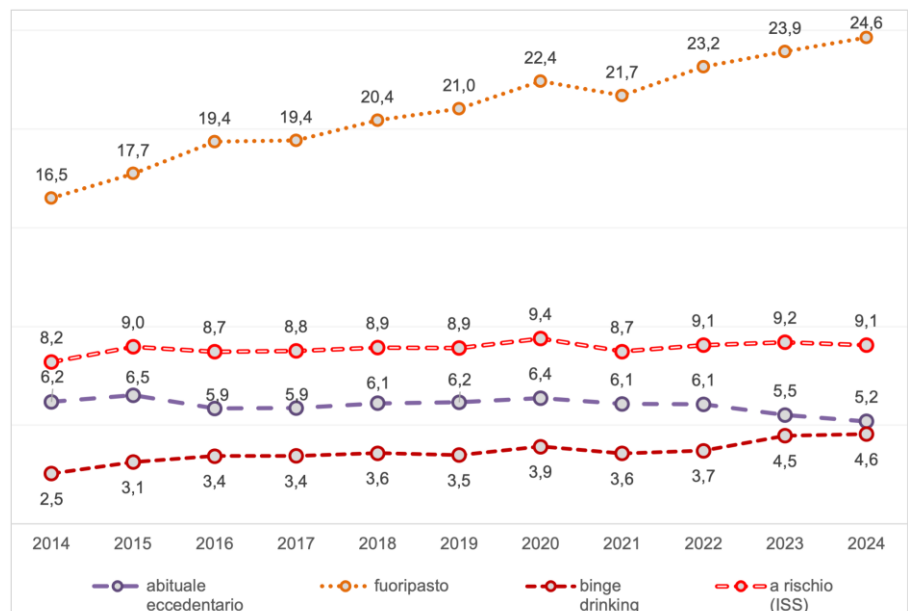


Figura 1. Prevalenza (%) delle consumatrici per comportamenti a rischio (età 11+) 2014-2024
 Fonte: Elaborazioni SISMA, ONA-ISS su dati dell'indagine ISTAT Multiscopo sulle famiglie

11 e i 17 anni: in questa fascia di età qualsiasi tipo di consumo è da considerare come rischioso per la salute. Nel 2024, sono 260.000 (13,3%) le consumatrici 11-17enni a rischio. Le bevande più consumate dalle giovani sono gli aperitivi alcolici (9,9%) e la birra (7,6%). Il 5,6% delle 11-17enni ha consumato alcolici lontano dai pasti e il 1,5% ha praticato il *binge drinking*.

18-49 anni: nel 2024 il 67,7% delle femmine in questa fascia di età ha consumato bevande alcoliche, con un trend in aumento negli ultimi dieci anni (+16,2% rispetto al 2014). Le bevande più consumate sono state gli aperitivi alcolici (54,5%), il vino (50,6%) e la birra (48,7%). Le donne di questa fascia d'età hanno bevuto sempre più lontano dai pasti (il 40,3%) e in modalità *binge drinking* (l'8,3%), senza sostanziali variazioni per il consumo abituale eccedentario (3,0%). Il 10,4% delle femmine tra i 18 e i 49 anni ha consumato alcolici mettendo a rischio la propria salute, evidenziando un aumento del 48,5% rispetto al 2014.

50-69 anni: le femmine consumatrici di alcolici sono state il 59,9%, con un trend in aumento del 14,8% rispetto al 2014. Le bevande più consumate sono state il vino (48,6%) e la birra (43,7%). Il comportamento a rischio più diffuso anche in questa fascia di età è il consumo di bevande alcoliche lontano dai pasti, praticato da circa una donna su cinque (20,0%), aumentato rispetto al 2014 dell'80,0%, senza significative variazioni per quanto riguarda il consumo abituale eccedentario. Il 7,7% ha consumato in modalità a rischio per la propria salute.

70 e più anni: il 47,7% ha consumato alcolici, e anche in questo caso il trend è in crescita negli ultimi 10 anni (+15,1% rispetto al 2014). La bevanda in assoluto più consumata è il vino, seguito dalla birra. Anche per le anziane, il consumo prevalente è fuori pasto in aumento nell'ultimo decennio così come il *binge drinking*; stabile il consumo abituale eccedentario. Il 9,5% ha bevuto lontano dai pasti e, complessivamente, nel 2024 il 7,3% delle femmine anziane ultrasessantenni ha consumato bevande in modalità a rischio per la loro salute.

Le femmine rientrano tra i gruppi vulnerabili individuati dall'OMS e sono incluse tra le popolazioni su cui intervenire prioritariamente anche nella Joint Action europea SAFE "*Smoke- and Aerosol-Free Environments, tobacco reduction, and alcohol harm prevention*", che dedica un intero capitolo di attività (WP6) alla prevenzione dei rischi alcol-correlati, sottolineando l'importanza dell'identificazione precoce del consumo a rischio e degli interventi brevi.

La maggiore vulnerabilità femminile è legata anche a fattori biologici: le donne hanno una capacità fisiologicamente ridotta di metabolizzare l'alcol rispetto agli uomini e limiti più bassi di smaltimento dell'etanolo. Per questo motivo il consumo di una unità alcolica contenente circa 12 grammi di alcol (equivalente a un bicchiere di vino, di birra o di superalcolico) è considerato compatibile con un livello a minor rischio per la salute femminile, pur non essendo esente da rischio, poiché non esistono quantità di alcol sicure per la salute.

Rispetto ai maschi, le femmine presentano inoltre una maggiore suscettibilità ad alcune patologie alcol-correlate: hanno un rischio più elevato di sviluppare malattie cardiache associate all'alcol e possono sviluppare più rapidamente danni cerebrali. Durante l'adolescenza il consumo di alcol può interferire con lo sviluppo del sistema nervoso centrale, compromettendo aree cerebrali fondamentali, come l'ippocampo, coinvolto nei processi di memoria e nelle capacità decisionali; in questa fase le ragazze risultano particolarmente vulnerabili. Il consumo di alcol è anche associato a diverse conseguenze sociali e comportamentali, con ragazze e donne maggiormente esposte al rischio di subire violenza sessuale o violenza da parte del partner.

Particolare attenzione riguarda la gravidanza: non esiste alcuna quantità di alcol considerata sicura durante la gestazione. Il consumo di alcol in gravidanza è associato a numerosi esiti avversi per il feto e il bambino, tra cui aborto spontaneo, natimortalità, parto pretermine, basso peso alla nascita, ritardo di crescita intrauterina e malformazioni congenite, oltre a un insieme di condizioni note come Spettro dei disordini feto-alcolici (*Fetal Alcohol Spectrum Disorders, FASD*), che comprendono anche la forma più grave, la Sindrome feto-alcolica (*Fetal Alcohol Syndrome, FAS*). Un ulteriore ambito di rilievo riguarda l'associazione tra consumo di alcol e tumore della mammella. Numerosi studi hanno dimostrato che il rischio aumenta all'aumentare delle quantità consumate. L'*International Agency for Research on Cancer (IARC)* stima in Italia oltre 3.200 nuovi casi di tumore nelle donne alcol-attribuibili, di cui circa 1.400 (45%) associati a consumi inferiori a 20 grammi al giorno. Tra questi, circa 2.300 riguardano il tumore della mammella: l'assunzione di un secondo bicchiere può incrementare il rischio di insorgenza fino al 27%, soprattutto quando il consumo inizia precocemente e si protrae nel tempo. Le giovanissime dovrebbero quindi ricevere informazioni corrette sull'opportunità di evitare il consumo di alcol almeno fino ai 21-25 anni, fase cruciale per lo sviluppo cerebrale e ormonale.

Le donne svolgono inoltre un ruolo centrale nell'alfabetizzazione sanitaria dei figli e nella trasmissione degli stili di vita all'interno della famiglia. È dimostrato che, quando il consumo dei genitori si mantiene entro i limiti indicati dalle linee guida a minor rischio, è meno probabile che anche i figli eccedano tali limiti; al contrario, modelli di consumo elevati nell'adulto di riferimento tendono a essere replicati da partner e minori.

Infine, il consumo di alcol fuori pasto, sempre più distante dalla cultura di consumo mediterraneo, comportamento sempre più diffuso e in aumento soprattutto tra le femmine, in particolar modo se associato ad altri fattori di rischio come il fumo, aumenta la probabilità di modelli di consumo abituale eccedentario o episodico eccessivo (*binge drinking*).