



## **Alcol e salute: la CFDNT pubblica basi scientifiche aggiornate**

**Negli ultimi anni, le conoscenze scientifiche sulla relazione tra consumo di alcol e salute hanno registrato sviluppi significativi. La Commissione federale per le questioni relative alle dipendenze e alla prevenzione delle malattie non trasmissibili (CFDNT) pubblica due documenti che analizzano sistematicamente le evidenze più recenti in questo ambito e le rendono disponibili agli specialisti, all'amministrazione e al pubblico.**

### **Nuove evidenze sulla relazione tra alcol e salute**

Il rapporto «Alcol e salute: stato delle conoscenze» sintetizza i principali risultati di ampi studi epidemiologici pubblicati dal 2018 (anno di uscita delle Raccomandazioni riguardo al consumo di alcol della Commissione federale dei problemi inerenti all'alcool, CFAL), confermando che l'alcol, in quanto sostanza tossica, psicoattiva e con potenziale di dipendenza, è associato a numerose malattie ed è responsabile di un elevato carico di malattia e mortalità.

I risultati recenti della ricerca indicano che il consumo di alcol, anche in piccole quantità, costituisce un fattore di rischio per la salute, in particolare in relazione allo sviluppo di diversi tipi di cancro. Le ipotesi precedenti sugli effetti potenzialmente benefici per la salute di un consumo moderato di alcol non erano sufficientemente fondate sul piano metodologico.

### **Orientamento per i consumatori: «meno è meglio»**

La scelta di consumare alcol è personale. Nel rapporto «Alcol e salute: stato delle conoscenze», la CFDNT fornisce dati oggettivi basati su evidenze scientifiche per consentire una decisione informata e consapevole. Il documento «Alcol: meno è meglio» che lo accompagna traduce le conoscenze scientifiche in indicazioni per la gestione individuale del consumo di alcol.

Il consumo regolare di alcol, anche in piccole quantità, aumenta il rischio di malattia. Di conseguenza, per chi vuole preservare la propria salute, la scelta migliore è non bere alcolici, soprattutto in determinate fasi della vita. Per le persone che non possono o non vogliono rinunciarvi, vale l'indicazione «meno è meglio».

### **Consumo di alcol nel contesto sociale**

In Svizzera il consumo di alcol è socialmente diffuso e culturalmente radicato. Tuttavia, i risultati delle ricerche più recenti non lasciano dubbi sulle sue conseguenze per la salute e per l'economia nazionale. È quindi necessario un dibattito differenziato sulla prevenzione e sulle condizioni quadro, visto che il consumo di alcol non dipende unicamente dalla responsabilità del singolo individuo.

Nel secondo semestre del 2026, la CFDNT pubblicherà un altro rapporto che presenterà in modo sistematico il quadro strutturale e legislativo in relazione all'alcol e valuterà possibili opzioni alla luce delle evidenze scientifiche aggiornate.

## **Ai documenti**

[Prese di posizione e pubblicazioni della CFDNT: Alcol](#)

### **Contatto:**

Segreteria della Commissione federale per le questioni relative alle dipendenze e alla prevenzione delle malattie non trasmissibili (CFDNT)

[office@eksn.admin.ch](mailto:office@eksn.admin.ch)

Berna, 2 marzo 2026