



DIPENDENZE | SVIZZERA



PANORAMA SVIZZERO DELLE DIPENDENZE 2024

I giovani: più vulnerabili e non sufficientemente protetti - è il momento di agire!

PREVENZIONE | AIUTO | RICERCA

Il panorama svizzero delle dipendenze 2024

Quali sono le ultime tendenze nel consumo di alcol, tabacco, droghe illegali e farmaci psicoattivi? Quali problemi emergono dall'uso dei media digitali o dai giochi in denaro? Il panorama delle dipendenze, pubblicato annualmente, risponde a queste e ad altre domande, fornisce fatti e cifre, stabilisce dei legami e formula raccomandazioni sulle misure politiche da adottare.

Contatto

Dipendenze Svizzera



Monique Portner-Helfer
Portavoce
mportner-helfer@suchtschweiz.ch

021 321 29 74



Markus Meury
Portavoce
mmeury@suchtschweiz.ch

021 321 29 63

PANORAMA SVIZZERO DELLE DIPENDENZE 2024

I giovani: più vulnerabili e non sufficientemente protetti - è il momento di agire!

La salute psichica degli adolescenti e dei giovani adulti è peggiorata, non solo dopo la pandemia di covid. Ciò è il caso soprattutto per le ragazze e per le giovani donne. Allo stesso tempo, la prevalenza del consumo di sostanze che creano dipendenza tra gli adolescenti è in parte aumentata e in parte rimasta ad un livello troppo alto.

Una percentuale maggiore di giovani è vulnerabile e corre un rischio maggiore di ricorrere a sostanze che creano dipendenza o di rifugiarsi nei social media. Dipendenze Svizzera constata che le misure attualmente in atto non sono sufficienti per proteggerli. La politica deve passare alla marcia superiore: è necessario migliorare e intensificare la prevenzione e sostenere i giovani.

In Svizzera la maggioranza degli adolescenti sta bene, ma è aumentata la percentuale di ragazze e ragazzi che invece non stanno bene; ciò è vero soprattutto per le ragazze tra i 13 e i 15 anni. Questo è uno dei risultati emersi dallo [studio nazionale](#) «Health Behaviour in School-Aged Children» (HBSC), condotto nel 2022 tra gli adolescenti dagli 11 ai 15 anni.

Lo stesso quadro risulta anche dai recenti dati dell'[indagine sulla salute in Svizzera](#) del 2022: la percentuale di giovani donne tra i 15 e i 24 anni che soffrono di un disagio psicologico moderato o elevato è aumentata rispetto al 2017, passando dal 3,9 % all'8,7 %. Anche la percentuale di coloro che sono state trattate per un problema psicologico negli ultimi dodici mesi è cresciuta, dal 7 % al 14 %.

La pandemia ha sicuramente contribuito a questo peggioramento, ma dagli studi emerge che la tendenza era già in atto prima del covid.

Consumo di sostanze sempre ad un livello alto

Secondo i nuovi [dati dello studio HBSC](#) 2022, il consumo di sostanze tra gli adolescenti resta alto, anzi è addirittura aumentato in alcuni ambiti specifici, come quello della nicotina. Il consumo di sigarette convenzionali non è diminuito e un nuovo gruppo di utenti di sigarette elettroniche e di snus è emerso. Le ragazze sono più coinvolte dei ragazzi. L'aumento del consumo di sigarette convenzionali e di alcol tra i giovani di 13 anni è particolarmente preoccupante.

I dati sulle attività online degli adolescenti mostrano che nel 2022 il 4 % dei quindicenni e oltre il doppio delle loro coetanee (il 10 %) faceva un uso problematico dei social. Nel caso delle ragazze la percentuale è più che raddoppiata rispetto al 2018.

Salute dei giovani e consumo di sostanze

Il consumo di sostanze psicoattive tra gli adolescenti è influenzato da fattori individuali e ambientali, in parte collegati tra loro. I fattori di rischio come lo stress, un cattivo stato di salute o anche campagne pubblicitarie aggressive di un determinato prodotto e la facile accessibilità delle sostanze psicoattive aumentano la probabilità del consumo. Viceversa, fattori di protezione come una buona salute mentale, ma anche il sostegno e la fiducia da parte dei genitori riducono tale propensione. Lo [studio HBSC](#) ha evidenziato un'associazione tra, da un lato, una cattiva salute, una mancanza di benessere psichico, uno stress percepito come significativo e, dall'altro, un consumo più frequente di alcol, sigarette convenzionali e sigarette elettroniche. Lo stesso vale per i [farmaci](#) assunti «per sballarsi». Infine, nel 2022 la metà dei quindicenni si è spesso rifugiata nei [social media](#) per sfuggire a stati d'animo negativi (nel 2018 era stato il caso solo per un terzo di loro).

Rafforzare la prevenzione ora!

Una prevenzione efficace, da un lato, implementa misure regolatorie e interviene sui fattori ambientali e, dall'altro, incoraggia comportamenti salutari nell'individuo. Entrambi gli approcci sono necessari per prevenire e ridurre il consumo di sostanze psicoattive e i comportamenti problematici tra i giovani. Alcuni fattori, come la situazione geopolitica mondiale, il cambiamento climatico, il ruolo dei social media e la vita scolastica, hanno un impatto maggiore su molti giovani. Le attuali misure di prevenzione chiaramente non sono più sufficienti. La situazione relativa al consumo di sostanze e ad alcune pratiche problematiche non sta migliorando e rimane preoccupante.

Per questo motivo occorre agire rapidamente a tutti i livelli. La salute mentale può influenzare il consumo di sostanze, ma il contrario è altrettanto vero. Dipendenze Svizzera chiede di adottare in via prioritaria le seguenti misure:

- **Far rispettare il divieto di vendita:** Nel 30 % dei casi circa gli adolescenti riescono a procurarsi illegalmente alcol nei negozi e nei ristoranti; su internet gli acquisti sono ancora più frequenti. È giunto il momento di applicare seriamente le norme di legge.
- **Ridurre la domanda di sostanze limitando la pubblicità e aumentando i prezzi:** Gli studi dimostrano che non è possibile proteggere i giovani senza agire sulla domanda. Per fare ciò, è necessario diminuire l'attrattiva delle sostanze psicoattive (e comportamenti) che possono generare dipendenza, ad esempio restringendo in modo più severo la pubblicità che raggiunge i giovani. Il consumo di sostanze non deve più essere la norma. Non a caso l'ultima sessione dei giovani ha proprio richiesto l'introduzione del pacchetto neutro per i prodotti a base di nicotina e alcol, così come per gli stupefacenti. Sarebbe inoltre necessario adottare prezzi minimi, poiché il prezzo è un elemento a cui i giovani sono molto sensibili.

- **Rafforzare la prevenzione su base scientifica:** La «sensibilizzazione a scuola» non ha quasi mai dimostrato di avere un effetto preventivo e può addirittura risultare controproducente a seconda del tema trattato e dell'età. Si tratta di promuovere il finanziamento della prevenzione e di investire ora in programmi di prevenzione la cui efficacia è stata dimostrata.
- **Intensificare l'intervento precoce:** Dai dati emerge un aumento dei giovani che non stanno bene. Sono quindi necessarie più risorse per il rilevamento e l'intervento precoci a scuola o sul luogo di apprendistato, nei servizi sociali e nel settore sanitario. Le lunghe liste d'attesa per avere accesso a un aiuto psicologico possono avere ripercussioni pesanti.
- **Rafforzare l'attività educativa e le risorse dei giovani:** Le esperienze e gli hobby, ma anche i contatti sociali nella vita reale rinforzano i giovani. Il senso di autoefficacia e la consapevolezza di avere accanto persone che li sostengono possono aiutarli a gestire meglio lo stress. I genitori hanno un ruolo fondamentale nell'accompagnare e sostenere i giovani, ma a tale scopo anche loro hanno bisogno di maggior supporto.

L'essenziale in breve – popolazione generale

Alcol

Dal 1992, la percentuale di persone che consumano alcol ogni giorno è diminuita di più della metà. D'altra parte, uomini e donne bevono di più in certe occasioni: la proporzione di persone che si ubriacano almeno una volta al mese è del 19 % per i primi e dell'11 % per le seconde.

Sebbene l'alcol, a causa dell'entità del suo consumo, sia la sostanza psicoattiva che provoca più danni insieme al tabacco e che richiede il maggior numero di trattamenti, non si percepisce alcuna volontà di intervento a livello politico. Anzi, in alcuni cantoni prevale addirittura la tendenza alla deregolamentazione. Sarebbero invece necessarie misure preventive che tengano conto degli attuali modelli di consumo, come delle limitazioni degli orari di vendita durante la notte, dei prezzi minimi per ovviare allo smercio di alcol a poco prezzo o un divieto di servire alcolici alle persone ubriache.

Tabacco e prodotti della nicotina

L'uso dei puff bars ha favorito l'emergere di un nuovo gruppo di giovani che consuma nicotina senza che per questo diminuisca il consumo di sigarette convenzionali. Negli adulti, il leggero calo registrato per le sigarette convenzionali è compensato dal consumo di altri prodotti nicotinici. Diversamente da altri paesi, la Svizzera non ha ancora implementato nuove misure a livello politico, così che il consumo di nicotina rimane stabile negli adulti e progredisce tra i giovani. L'iniziativa «Giovani senza tabacco», approvata dal popolo, deve essere realizzata senza indugi.

L'industria del tabacco, però, tiene in pugno la maggioranza parlamentare e spinge affinché l'applicazione dell'articolo costituzionale venga annacquato. È necessario porre fine a questa ingerenza dell'industria del tabacco sulla politica sanitaria.

Canapa e altre droghe illegali

Si assiste a una crescita nella diffusione della cocaina base (crack, freebase) tra i gruppi di popolazione già marginalizzati e nella visibilità del consumo di droghe negli spazi pubblici. La disponibilità e il consumo di cocaina, così come i problemi ad essi correlati, sono in aumento in Svizzera e in Europa. Questa situazione richiede un approccio collettivo per riflettere sull'adattamento dell'attuazione della politica dei quattro pilastri.

I dati più recenti sulla cannabis sembrano indicare un livello piuttosto stabile di consumo tra gli adulti e tra gli scolari. A livello mondiale, si conferma una tendenza verso una nuova modalità normativa, che in diverse giurisdizioni prevede la legalizzazione di alcune sostanze. In Svizzera sono iniziati dei progetti pilota di vendita di canapa ed è in fase di elaborazione un disegno di legge.

Farmaci psicoattivi

L'uso di farmaci in combinazione con altre sostanze e l'abuso di medicinali sono pratiche pericolose diffuse tra gli adolescenti; il 12 % dei giovani di 15 anni le ha già sperimentate. I risultati di studi più approfonditi evidenziano la necessità di rafforzare la prevenzione davvero efficace.

Le vendite di sonniferi e tranquillanti con un potenziale di dipendenza sono stabili, ma si mantengono su un livello elevato. La pandemia ha causato difficoltà che alcune persone, inclusi i giovani, cercano di superare assumendo questi medicinali.

Le vendite di antidolorifici oppioidi potenti sono notevolmente aumentate in passato, ma ora sembra che si stia delineando un leggero calo.

Gioco d'azzardo e giochi in denaro

Spesso il gioco d'azzardo e i giochi in denaro coinvolgono i giovani, per lo più di sesso maschile. Si tratta di attività che possono comportare rischi non da poco: alcune persone perdono il controllo sul loro gioco e su quanto spendono. L'indebitamento medio di chi si rivolge ai consultori in materia di debiti si aggira sugli 88'000 franchi.

La percentuale di giocatori online che presentano un comportamento di gioco problematico sembra essersi raddoppiata in tre anni. Inoltre, quasi mezzo milione di persone hanno incontrato problemi con i giochi d'azzardo e in denaro nel corso della loro vita. Sarebbe necessario identificare e sostenere più rapidamente gli individui coinvolti e implementare più misure innovative ed basate sulle prove nel campo della prevenzione.

Attività online

I videogiochi e i social network presentano molti aspetti positivi, ma comportano anche dei rischi. Visivamente, non si distinguono quasi più l'uno dall'altro né rispetto ai giochi d'azzardo, dai quali riprendono alcuni meccanismi. Questi ultimi spingono a trascorrere molto tempo online e a spendere denaro, con il rischio di perdere il controllo. Dati recenti indicano che circa il 3 % dei quindicenni che giocano ai videogiochi ne farebbero un uso problematico e che circa il 7 % dei quindicenni avrebbe un uso problematico dei social network. La popolazione, e in particolare i minori, devono essere protetti immediatamente e in modo efficace contro meccanismi che mirano a influenzarli.

Impressum

Url www.dipendenzesvizzera.ch/panorama

Edizione Dipendenze Svizzera

La Fondazione Dipendenze Svizzera è un centro nazionale di competenza nel settore delle dipendenze. Si occupa di ricerca, elabora progetti di prevenzione e si impegna nell'ambito della politica sanitaria. L'obiettivo della Fondazione è prevenire o attenuare i problemi che risultano dal consumo di alcol e di altre sostanze psicoattive, nonché dal gioco d'azzardo o dall'uso di internet. Dipendenze Svizzera può offrire le sue prestazioni solo grazie al sostegno regolare dei suoi donatori.

www.dipendenzesvizzera.ch

Copyright © Dipendenze Svizzera, Losanna 2024

Tutti i contenuti possono essere utilizzate citando Dipendenze Svizzera.
