

Comunicato per i media del 12 maggio 2026

Giornata nazionale sui problemi legati all'alcol 2026: basta con i pregiudizi!

Molte persone con problemi di alcol o con dipendenza da alcol sono oggetto di pregiudizi o di reazioni negative, il che può indurle a non parlare della loro situazione e ad aspettare a cercare sostegno. La Giornata nazionale sui problemi legati all'alcol, che si terrà il 21 maggio 2026, vuole attirare l'attenzione su miti molto diffusi intorno alla dipendenza da alcol e al consumo problematico di alcol e lanciare un segnale per un approccio rispettoso e consapevole con le persone coinvolte.

In Svizzera il [16%](#) della popolazione presenta un consumo problematico di alcol e si stima che nel nostro paese vivano [250'000](#) persone con dipendenza da alcol. Spesso, soprattutto per non essere stigmatizzate, queste persone posticipano a lungo la ricerca di sostegno o vi rinunciano del tutto. In base ai sondaggi si suppone che una maggioranza delle persone con una dipendenza venga stigmatizzata.

I miti favoriscono la stigmatizzazione e ostacolano il sostegno

I pregiudizi e i miti sui problemi di alcol e sulle persone con dipendenza da alcol sono molto diffusi e caratterizzano l'approccio della società con le persone interessate, che possono sentirsi emarginate e quindi evitare di parlare della loro situazione per timore di non venir accettate. Spesso anche i loro familiari si sentono insicuri. I pregiudizi e i miti ostacolano il dialogo e ritardano le richieste d'aiuto, quando invece sarebbe molto importante che queste persone ricevessero sostegno per tempo.

La Giornata nazionale sui problemi legati all'alcol del 21 maggio 2026 punta i riflettori su queste concezioni errate così diffuse e invita a sostenere invece di giudicare.

Molti pensano che la colpa sia delle persone concernate

Spesso le dipendenze vengono considerate fallimenti individuali, ma in realtà sono il frutto di diverse cause combinate: fattori personali come una predisposizione genetica o esperienze biografiche, influssi del contesto sociale e condizioni quadro dettate dalla società, come la disponibilità e il prezzo degli alcolici.

Solo la persona direttamente interessata può modificare il suo comportamento, ma va detto che il contesto e la società hanno la responsabilità di creare i migliori presupposti a tale scopo. Addossare la colpa a chi è alle prese con una dipendenza non rende giustizia alla complessità della questione.

Molti pensano che le persone coinvolte manchino di forza di volontà

L'accusa di carenza di carattere resta molto diffusa, ma è semplicistica. L'alcol influenza per esempio il sistema di ricompensa e a lungo termine può modificare dei processi importanti per la motivazione e il controllo degli impulsi – il che può rendere difficile controllare il consumo. Il bisogno di bere non può quindi venir ridotto a una mancanza di volontà. Essere accusati di scarsa forza di volontà incrementa

Giornata nazionale
sui problemi
legati all'alcol

sostenere invece di giudicare

l'insicurezza e il senso di vergogna, rende difficile parlare del proprio problema e scoraggia la richiesta di aiuto.

«Sostenere invece di giudicare»

La Giornata nazionale sui problemi legati all'alcol 2026 fa piazza pulita dei pregiudizi ancora diffusi ed evidenzia che affibbiare colpe fa ricadere la responsabilità unicamente sulle persone alle prese con una dipendenza, senza tenere conto a sufficienza del contesto sociale.

Per favorire il dialogo e affinché chi beve possa approfittare per tempo di sostegno, è fondamentale approcciare i problemi di alcol e la dipendenza da alcol con rispetto e cognizione di causa. I professionisti, i datori di lavoro, i media e la società tutta hanno un ruolo molto importante da svolgere. I [centri regionali specializzati in dipendenze](#) offrono informazioni, consulenza e accompagnamento a bassa soglia, con la massima discrezione e senza stigmatizzare, inoltre sostengono le persone coinvolte e i loro familiari anche in caso di incertezze o all'insorgere dei primi dubbi. In occasione della Giornata nazionale sui problemi legati all'alcol i centri specializzati organizzano tutta una serie di attività per presentare le loro offerte.

Giornata nazionale sui problemi legati all'alcol

La Giornata nazionale sui problemi legati all'alcol è organizzata dal Fachverband Sucht, dal GREA (Groupement Romand d'Études des Addictions), da Dipendenze Svizzera, dalla Croce Blu Svizzera e da Ticino Addiction, ed è cofinanziata dal Fondo nazionale per la prevenzione dei problemi legati all'alcol. La Giornata vuole sensibilizzare l'opinione pubblica sul tema dell'alcol e sul fardello che devono sopportare le persone con problemi di alcol e i loro familiari. La Giornata offre inoltre ai centri specializzati un quadro di riferimento per le loro attività di sensibilizzazione.

Ulteriori informazioni

www.aktionstag-alkoholprobleme.ch/it

- [Azioni](#) nelle regioni
- Offerte di aiuto a livello regionale: www.indexdipendenze.ch
- Un set di [cartoline](#) con miti e fatti concreti sull'alcoldipendenza
- [Immagini](#) per la Giornata nazionale
- Su richiesta è possibile essere messi in contatto con i diretti interessati.

Per informazioni:

Dipendenze Svizzera

Monique Portner, Portavoce
mportner-helfer@suchtschweiz.ch
Tel. 021 321 29 74

Fachverband Sucht

Facia Marta Gamez,
Cosegretaria generale
martagamez@fachverbandsucht.ch
Tel. 076 830 20 65

GREA

Célestine Perissinotto,
Responsabile di progetto
c.perissinotto@grea.ch
Tel. 078 756 96 67

Croce Blu

Martin Bienlein, Portavoce
martin.bienlein@blaueskreuz.ch
Tel. 079 228 96 04

Ticino Addiction

Marcello Cartolano, Presidente
marcello.cartolano@ticinoaddiction.ch
Tel. 091 973 30 30

Giornata nazionale
sui **problemi**
legati **all'alcol**

sostenere invece di giudicare