vinetur

Il consumo eccessivo di alcol tra gli americani di 50-64 anni è aumentato di oltre il 36% dal 2018

Secondo i ricercatori, il cambiamento potrebbe alimentare per anni l’aumento delle malattie epatiche associate all’alcol, aggravato da obesità e diabete.

mercoledì 7 ottobre 2026



Negli Stati Uniti le malattie epatiche associate all’alcol potrebbero continuare ad aumentare per anni, anche se il consumo di alcol a livello nazionale comincia a diminuire, secondo nuovi dati di un’indagine e le osservazioni di Brian P. Lee, epatologo

e specialista in trapianti di fegato presso Keck Medicine of USC.

L’allarme emerge da un’analisi di 114.352 partecipanti al National Health Interview Survey, pubblicata online il 22 settembre su Annals of Internal Medicine. Lo studio ha rilevato che il consumo eccessivo di alcol tra gli adulti di 50-64 anni è aumentato di oltre il 36% tra il 2018 e il 2024. Nello stesso periodo, dal 2022 al 2024, il consumo eccessivo a livello nazionale è sceso di oltre l’8%, segnando un’inversione di tendenza dopo gli aumenti registrati durante e dopo la pandemia di COVID-19. Nel periodo esaminato è cresciuto di quasi il 4% anche il consumo di alcol di qualsiasi entità tra gli adulti di 50-64 anni, mentre i giovani della Gen Z e della generazione dei millennial hanno contribuito in larga misura al calo nazionale.

Lee ha affermato che il calo complessivo dei consumi non va interpretato come un segnale che i danni legati all’alcol diminuiranno presto allo stesso ritmo. In un’intervista pubblicata mercoledì da HCPLive, ha spiegato che il peso delle malattie epatiche associate all’alcol probabilmente continuerà a crescere per diversi anni, perché il danno al fegato si manifesta spesso molto tempo dopo i comportamenti di consumo che lo hanno causato. Ha aggiunto che l’andamento attuale è particolarmente preoccupante perché l’aumento si concentra nella fascia d’età più esposta al rischio di sviluppare gravi malattie epatiche nel breve termine, mentre il calo riguarda soprattutto i giovani adulti, meno propensi a presentarsi con cirrosi nei prossimi cinque anni.

Questo ritardo ha conseguenze per medici e sistemi sanitari. Lee ha detto che i medici potrebbero visitare sempre più pazienti cinquantenni anziché giovani adulti e che questi pazienti potrebbero arrivare più spesso con una diagnosi iniziale di cirrosi, invece che di steatosi epatica in fase precoce. Ha inoltre osservato che le donne potrebbero rappresentare una quota maggiore dei casi rispetto al passato. Secondo Lee, a parità di consumo di alcol gli adulti più anziani corrono rischi maggiori di malattie epatiche, alcuni tumori e patologie cardiovascolari rispetto ai giovani adulti.

A preoccupare non è soltanto la quantità di alcol consumata, ma anche chi beve e quali altri problemi di salute presenta già. Lee ha affermato che i danni causati da ogni bevanda sembrano aumentare, perché oggi molti forti bevitori soffrono anche di obesità, diabete o ipertensione, condizioni meno diffuse vent’anni fa. A suo avviso, alcol

e disfunzione metabolica non si limitano a sommarsi nel fegato: possono amplificarsi a vicenda. Di conseguenza, chi consuma molto alcol e soffre di una malattia metabolica potrebbe correre un rischio molto più elevato di quanto suggeriscano i soli livelli di consumo.

Questa sovrapposizione è diventata così rilevante che i medici utilizzano ormai il termine MetALD, riferito alle malattie epatiche determinate sia dalla disfunzione metabolica sia dal consumo di alcol. Lee ha spiegato che, nella valutazione clinica, la storia del consumo di alcol andrebbe considerata insieme a parametri come la circonferenza vita e l'emoglobina glicata, e non isolatamente. Il messaggio più ampio è che una media nazionale in calo può nascondere un rischio in aumento in un gruppo più ristretto e anziano di pazienti.

Secondo Lee, gli attuali interventi di prevenzione spesso non raggiungono questo gruppo. Ha sostenuto che i messaggi pubblici sui danni dell'alcol sono stati rivolti soprattutto ai giovani, e che i dati più recenti indicano che i giovani adulti stanno già cambiando le proprie abitudini. Gli adulti di 50-64 anni, ha aggiunto, sono molto meno presenti in queste iniziative, benché il loro rischio sembri evolvere nella direzione opposta. Lee ha detto che lo screening del consumo di alcol dovrebbe essere integrato nelle visite mediche di routine che molte persone di questa fascia d'età effettuano già per controllare la pressione, il diabete e sottoporsi a screening oncologici; chi presenta livelli di consumo a rischio dovrebbe inoltre essere valutato per la fibrosi epatica. Ha anche sottolineato la necessità di indicazioni più chiare e specifiche per sesso sulle soglie di consumo a rischio per le donne.

Secondo le previsioni di Lee, il peso complessivo delle malattie epatiche associate all'alcol probabilmente non ha ancora raggiunto il picco. A suo avviso, tre fattori indicano questa tendenza: il tempo che intercorre tra il consumo di alcol e la cirrosi, la concentrazione dell'aumento dei consumi nelle persone che si trovano già nella fascia d'età a rischio di malattie gravi e la crescita del rischio metabolico nella stessa popolazione. Lee ha affermato che l'epatite alcolica acuta nei giovani adulti potrebbe essere vicina al picco, se i loro consumi continueranno a diminuire, ma prevede che cirrosi e tumore al fegato tra gli adulti di età superiore ai 50 anni continueranno ad aumentare fino alla fine del decennio. Ha detto che il raggiungimento del picco del peso

complessivo entro cinque anni o più probabilmente entro dieci dipenderà in larga misura dall'eventuale inversione della tendenza tra i 50-64enni. I dati disponibili, ha aggiunto, non indicano ancora che ciò stia accadendo.

La posta in gioco è alta. Lee ha affermato che l'alcol è associato a circa la metà di tutti i decessi legati al fegato e che la cirrosi associata all'alcol è oggi la principale causa di trapianto di fegato. Questi dati aiutano a capire perché il calo dei consumi complessivi, pur essendo positivo, potrebbe non tradursi rapidamente in una riduzione dei casi gravi di malattia epatica.

Lo spostamento del rischio verso gli adulti più anziani potrebbe influenzare anche il dibattito su vino, birra e superalcolici. Le campagne di salute pubblica e molti messaggi sul consumo responsabile si sono spesso concentrati sul binge drinking tra i giovani consumatori. Se i danni dell'alcol si stanno concentrando sempre più tra le persone tra i 50 e i 60 anni, aziende del settore delle bevande, associazioni di categoria e autorità di regolamentazione potrebbero essere chiamate ad adeguare messaggi di avvertimento, iniziative informative e collaborazioni per lo screening, tenendo conto dei rischi per i bevitori di mezza età, soprattutto in presenza di obesità, diabete o ipertensione.

Le osservazioni di Lee sono in linea anche con i suoi precedenti studi. Una ricerca da lui pubblicata nel novembre 2024 aveva rilevato che il consumo di alcol era aumentato durante la pandemia e aveva continuato a crescere nei due anni successivi. La nuova analisi nazionale suggerisce che, sebbene il Paese possa aver ormai superato il picco dei consumi complessivi, le conseguenze sanitarie dell'aumento registrato durante la pandemia potrebbero continuare a manifestarsi nella popolazione più vulnerabile alle gravi malattie epatiche.

HCPLive ha precisato che la trascrizione dell'intervista è stata modificata con strumenti di intelligenza artificiale per migliorarne la grammatica e la chiarezza. La testata ha inoltre riferito che Lee ha svolto attività di consulenza per diverse aziende farmaceutiche, tra cui Gilead Sciences, Novo Nordisk, GlaxoSmithKline, Altimmune e Bausch Health.