

RESUMEN EJECUTIVO:

España es uno de los países con mayor prevalencia de abstinencia de la UE (33%), pero dobla la media europea en personas consumidoras diarias de alcohol. El consumo habitual ha caído drásticamente desde 2006 pasando del 48,4% al 31,1% en 2023 especialmente entre los jóvenes con un descenso de casi 26pp en el periodo estudiado.

Hay menos personas consumidoras pero el patrón de consumo está cambiando. El consumo medio diario de fin de semana (viernes a domingo) ya triplica al de los días laborables y los episodios de consumo intensivo (binge drinking) se han duplicado en la última década, afectando ahora principalmente al tramo de 25 a 64 años.

El informe revela diferencias de género en la distribución según determinantes socioeconómicos: mientras el consumo de riesgo y la mayor ingesta diaria en hombres se concentra en niveles educativos bajos y situaciones de desempleo, en las mujeres se desplaza hacia mujeres con estudios superiores, trabajadoras activas y de clase social alta que presentan mayores prevalencias de consumo por encima de los límites de bajo riesgo y de consumo intensivo.

Regionalmente, La Rioja, Baleares y Extremadura registran los mayores índices de consumo de riesgo y volumen de ingesta. En cuanto a preferencias, la cerveza se consolida como la bebida hegemónica en todas las edades, excepto en los mayores de 65 años, quienes mantienen el vino como su opción predilecta.

PRINCIPALES RESULTADOS

Prevalencia de abstinencia

En 2023, el 33,2% de la población española de 15 o más años se declara abstemia (no ha consumido alcohol en los últimos 12 meses).

El consumo es significativamente más frecuente en hombres. La prevalencia de abstinencia en mujeres (40,3%) es un 58% superior a la de los hombres (25,5%). En el extremo opuesto, el consumo diario es 3,7 veces más frecuente en hombres que en mujeres.

En comparación con la media de la Unión Europea (26,2%), España presenta una mayor prevalencia de abstinencia (33,4% en datos comparables de 2019), situándose como el quinto país de la UE con mayor proporción de población no consumidora.

La abstinencia es alta en jóvenes (15-24 años: 38,4%), alcanza su punto más bajo en la madurez (45-54 años: 26,3%) y aumenta drásticamente en la vejez, alcanzando el 70,4% en mayores de 85 años.

Mientras que en jóvenes la diferencia entre sexos es mínima (1,1 veces mayor en mujeres), en mayores de 65 años la probabilidad de ser abstemia es casi el doble (1,9 veces) en mujeres que en hombres.

Se observa un claro gradiente social en la abstinencia. A mayor nivel de estudios y clase social, menor es la abstinencia (y por tanto, mayor es la prevalencia de personas consumidoras). Las personas con estudios básicos tienen 2,5 veces más abstinencia que las de estudios superiores. La Clase VI (más desfavorecida) presenta una abstinencia del 48%, frente al 20,7% de la Clase I.

Por perfil sociodemográfico, la población nacida en el extranjero presenta una mayor prevalencia de abstinencia (+10,7 puntos) que la nacida en España. y la población trabajadora es la que menos abstinencia reporta (22,2%).

Existen disparidades regionales notables. El País Vasco presenta la prevalencia de abstinencia más baja (26,4%), mientras que Melilla (69,1%) y comunidades como Cantabria y Canarias superan el 40%.

En regiones como Extremadura o Navarra, la abstinencia femenina duplica a la masculina, sugiriendo patrones culturales de consumo muy diferenciados por sexo en esos territorios.

Tras una caída brusca de la abstinencia entre 2003 y 2006, la cifra se ha mantenido relativamente estable en torno al 33-35% en los últimos 15 años. Se observa una tendencia hacia la reducción de la brecha de género en el periodo comprendido entre 2006 y 2023: la abstinencia ha subido ligeramente en hombres y ha bajado en mujeres, pasando de una razón de 2,1 a 1,6 en 2023.

Consumo Habitual y Diario

El 31,1% de la población de 15 y más años se define como consumidora habitual (consumo ≥ 1 día/semana).

España presenta una dualidad llamativa en el contexto europeo (datos EHIS 2019): es el segundo país con más consumo diario (13,0%), doblando prácticamente la media europea en este indicador específico, a pesar de tener una prevalencia de consumo semanal (35,9%) algo inferior al promedio de la UE.

El hábito está fuertemente masculinizado. Los hombres tienen una probabilidad 1,9 veces mayor de ser consumidores habituales que las mujeres, y 3,7 veces mayor de ser consumidores diarios (12,3% frente a 3,3%).

El consumo habitual escala progresivamente con los años hasta alcanzar su pico en el grupo de 55 a 64 años (39,7%).

En hombres, el grupo de jubilados y prejubilados presenta la mayor prevalencia de consumo habitual (46,1%). En mujeres, son las trabajadoras activas quienes más consumen habitualmente (28,8%). La brecha de género es máxima entre los jubilados, donde los hombres consumen habitualmente 2,5 veces más que las mujeres.

A diferencia de la abstinencia (más frecuente en clases bajas), el consumo habitual es mayor en las clases más favorecidas y con mayor nivel educativo: la prevalencia en personas con estudios superiores (39,8%) es significativamente más alta que en aquellas con estudios básicos (24,6%).

Aunque el consumo habitual es mayor en clases altas, la desigualdad de género se agudiza en las clases sociales más bajas. En la Clase I (alta), los hombres consumen 1,5 veces más que las mujeres; en la Clase VI (baja), la diferencia sube a 2,5 veces.

Se observa una mayor concentración de consumo habitual en la mitad norte peninsular e Islas Baleares (todas por encima del 35%). Islas Baleares (46,7%) y La Rioja (42,8%) lideran la prevalencia, mientras que Melilla (12,9%) y Canarias (18,3%) registran las tasas más bajas.

Se confirma una tendencia descendente clara en el consumo habitual, que ha pasado del 48,4% en 2006 al 31,1% en 2023. El descenso ha sido especialmente importante en los últimos tres años (-4,1 puntos porcentuales desde 2020).

La caída más drástica se produce en los jóvenes de 15 a 24 años, cuya prevalencia se ha desplomado del 43,8% al 17,9% en el periodo estudiado.

El cambio de tendencia general se debe, en parte, a la entrada de nuevas generaciones con menores niveles de consumo que van desplazando los patrones de los grupos de mayor edad.

Tipo de bebida

Las bebidas más consumidas por las personas que beben de manera habitual son la cerveza (57,1% de las unidades de bebida consumidas) y el vino (30,9%).

Se observan diferencias generacionales y de género marcadas: el vino es la bebida predominante en las personas consumidoras de 65 y más años (53,8% en hombres y 63,5% en mujeres). En los jóvenes (15-24 años) tienen mayor peso los combinados y el vermut, especialmente en mujeres (32,2% y 10% respectivamente).

Las personas que consumen diariamente alcohol optan mayoritariamente por cerveza y vino, mientras que las que lo consumen ocasionalmente (1-2 días/semana) aumentan el consumo de combinados.

Consumo medio diario (CMD) en consumidores habituales

Las personas que beben habitualmente (31,1% de la población) consumen una media de 11,6 gramos de alcohol puro al día. El consumo masculino es significativamente mayor (13,4 g/día) que el femenino (8,4 g/día). No obstante, las mujeres se encuentran proporcionalmente más cerca de su umbral de riesgo (10g) que los hombres del suyo (20g).

El consumo se concentra en los fines de semana: el CMD de viernes a domingo (18,8 g) triplica al de lunes a jueves (6,3 g).

Independientemente del promedio semanal, el consumo en fin de semana en todos los grupos de 15 a 55 años supera los umbrales de bajo riesgo, lo que indica un patrón de consumo concentrado de mayor impacto para la salud pública.

Los jóvenes (15-24 años) lideran el consumo de fin de semana (23,6 g), mientras que el consumo entre semana aumenta con la edad, alcanzando su pico en los mayores de 65 años (~10,4 g).

Se observa un claro gradiente de desigualdad en el CMD: a menor clase social y menor nivel de estudios, mayor es la cantidad de alcohol consumida por los hombres (de 11,9 g en Clase I a 15,1 g en Clase VI).

El CMD de las mujeres se mantiene constante en torno a los 8,4 g, independientemente de su clase social o nivel educativo, lo que sugiere que los determinantes sociales operan de forma distinta según el sexo.

En hombres, los mayores niveles de consumo se dan en desempleados (16,3 g) y jubilados (15,5 g), identificándolos como colectivos de especial atención.

Extremadura destaca con el consumo medio más alto del país (19,5 g/día de media, llegando a 21,2 g en hombres), seguida de La Rioja. En el extremo opuesto se sitúa Melilla (7,5 g/día), que presenta además la menor brecha de género.

Mientras la prevalencia desciende, la cantidad de alcohol que ingieren quienes ya son bebedores habituales se mantiene muy estable desde 2011 (aprox. 13 g en hombres y 8 g en mujeres).

Preocupa el cambio de patrón en el grupo de 15 a 24 años, donde el consumo entre semana se ha duplicado (pasando de 1,3 g en 2011 a 2,7 g en 2023), rompiendo la tendencia de consumo puramente recreativo de fin de semana.

En mayores de 35 años, se observa una tendencia a reducir el consumo diario (entre semana) pero a aumentar la intensidad en los fines de semana.

Consumo de riesgo

Se define consumo de riesgo como la ingesta diaria de más de 40g (hombres) y más de 20g (mujeres) de alcohol puro. En 2023, el 1,1% de la población de 15 y más años se sitúa en este nivel de riesgo (1,2% en hombres y 0,9% en mujeres).

Existe una correlación inversa según el sexo y la educación: mientras que en hombres el consumo de riesgo disminuye al aumentar el nivel de estudios, en las mujeres ocurre lo contrario (la prevalencia sube del 0,6% al 1,3% en niveles superiores).

Los hombres desempleados y jubilados presentan las tasas más altas de consumo de riesgo. Sin embargo, en la población activa (trabajadores), las mujeres presentan una prevalencia de consumo de riesgo mayor que los hombres (1,3% vs 1%).

Las tasas más altas de consumo de riesgo se localizan en La Rioja (2,8%) y Baleares (2,3%). En regiones como Castilla y León, Cataluña y Murcia, el consumo de riesgo en mujeres supera al de los hombres, rompiendo la norma nacional.

Se observa un descenso pronunciado en el consumo de riesgo entre 2006 y 2011 (pasando del 6,8% al 2,5% en hombres). Desde 2017, la tendencia es de estabilidad con un ligero descenso.

En la última década, se ha detectado una mayor prevalencia de consumo de riesgo en mujeres que en hombres dentro del grupo de 15 a 24 años.

Consumo por encima de los límites de bajo riesgo

El 6% de la población española de 15 o más años consume alcohol por encima de los límites considerados de bajo riesgo (6,9% de los hombres y el 5,2% de las mujeres).

En los hombres, la prevalencia aumenta progresivamente con la edad, alcanzando su máximo en los mayores de 65 años (9,1%). En las mujeres, se observa un patrón inverso donde las jóvenes (15 a 24 años) presentan una prevalencia mayor que los hombres de su misma edad (5,0% vs 3,5%). A partir de los 65 años el consumo femenino disminuye hasta caer al mínimo (1,6% en 85 más años).

Existe un comportamiento opuesto entre hombres y mujeres según su nivel de estudios y clase social: en hombres a menor nivel de estudios, mayor es el consumo por encima del límite de bajo riesgo (7,8% en estudios básicos vs 5,7% en superiores). En las mujeres el consumo aumenta con el nivel educativo y la clase social: las mujeres con estudios superiores (7,3%) y de clase social alta (7,8%) duplican o triplican las tasas de las mujeres con niveles básicos o clases desfavorecidas.

En hombres se observa una mayor prevalencia de consumo por encima de los límites de bajo riesgo en los jubilados (9,9%) y desempleados (9,2%). En mujeres, la prevalencia más alta se da entre las trabajadoras activas (7%). Es especialmente llamativo el caso de las estudiantes, que triplican la prevalencia de sus pares masculinos (4,2% vs 1,3%).

La Rioja (10,2%), Asturias (9,6%) e Illes Balears (9,3%) son las comunidades con mayor porcentaje de población por encima del límite y, Melilla (0,5%) y Canarias (3,2%) son las que presentan consumos más bajos.

Extremadura presenta la mayor diferencia: el consumo por encima del límite de bajo riesgo en hombres es 5 veces superior al femenino. Por el contrario, en el País Vasco, la prevalencia femenina (9%) ya supera a la masculina (7,5%).

Consumo intensivo de alcohol

El consumo intensivo o binge drinking se define como el consumo concentrado de 5-6 unidades de bebida en un intervalo corto (4-6 horas).

El 16,7% de la población de 15 y más años realizó consumo intensivo en el último año. Aunque los hombres doblan casi a las mujeres en términos generales, en el grupo de 15 a 24 años, las mujeres superan ligeramente a los hombres en frecuencia mensual (10,6% vs 10%).

A diferencia de otros tipos de consumo, el binge drinking aumenta con el nivel de estudios, triplicándose en las mujeres con estudios superiores respecto a las de niveles básicos. En las mujeres existe además un gradiente social claro: a mayor clase social, mayor consumo intensivo.

Existe un marcado contraste Norte-Sur/Levante. Las prevalencias más altas se dan en La Rioja (13%), Melilla (12,5%) y Asturias (11,5%) mientras que las comunidades con menor consumo intensivo son la Comunidad Valenciana, Ceuta y Canarias.

La prevalencia de consumo intensivo mensual se ha casi duplicado en poco más de una década. En hombres pasó del 5,9% al 10,4% y en mujeres del 1,8% al 5,9%.

El aumento más significativo se ha producido en el grupo de 25 a 64 años, cuya prevalencia pasó del 6,1% al 12,3% en 2023, convirtiéndose en el grupo de edad con mayores prevalencias de este tipo de consumo.

Aunque su prevalencia en fin de semana se mantiene alta y estable, el consumo de estos episodios entre semana en el grupo de 15-24 años se ha duplicado desde 2011.