



Comunicato stampa

Rapporto nazionale sulla salute 2025: panoramica completa e raccomandazioni per la Svizzera

Preservazione della salute mentale al centro del dibattito: un compito per la società nel suo complesso

04.09.2025 – La maggioranza della popolazione in Svizzera gode di una buona salute mentale. Tuttavia, anche i disturbi psichici sono molto diffusi, mettono a dura prova sia le persone colpite che i loro familiari e causano costi elevati. La comorbilità è comune, sia limitatamente ai quadri clinici psichiatrici che in combinazione con problemi fisici. Il contesto sociale o lavorativo, la competenza in materia di salute, i media digitali, l'ambiente o il sistema sanitario ricoprono un ruolo importante dal punto di vista psichico. Il rapporto nazionale sulla salute 2025 dell'Osservatorio svizzero della salute (Obsan) fornisce una panoramica completa della letteratura scientifica e formula raccomandazioni specifiche.

Nel 2022, oltre il 90% della popolazione ha dichiarato di avere una buona qualità di vitae il 70% si sente felice. Tuttavia, anche i disturbi psichici sono comuni: nel corso della sua vita, ne è colpita una persona su due. La sofferenza psichica di bambini, adolescenti e giovani adulti è aumentata; lo si osserva anche a livello internazionale. Questo trend negativo era già evidente anni prima della pandemia di COVID-19. Il tasso di suicidi non assistiti, invece, è in calo da decenni e quello più alto si rileva tuttora tra gli uomini di età superiore ai 75 anni. Dal 2023 sono disponibili meno informazioni sullo stato della salute mentale e mancano completamente dati attuali sui disturbi psichici o sulla salute mentale dei bambini di meno di 10 anni.

Disuguaglianza sociale e influsso dei fattori ambientali

La salute mentale è strettamente legata alle condizioni di vita sociali: un basso reddito dell'economia domestica, un basso livello di formazione, la solitudine, esperienze di violenza o esperienze infantili stressanti aumentano il rischio di problemi di salute mentale. Nel contempo, i disturbi psichici possono a loro volta portare alla povertà e limitare la partecipazione sociale. Sebbene i gruppi socialmente svantaggiati siano più frequentemente colpiti da problemi psichici, in Svizzera non ricorrono a trattamenti più spesso rispetto ai gruppi socialmente più agiati.



I media digitali facilitano i contatti sociali, l'accesso alle informazioni e offrono opportunità di assistenza tramite la telemedicina. Nel contempo, sono però forieri di rischi come il cyberbullismo, i disturbi del sonno e le influenze negative sull'autostima come pure sull'immagine che si ha del proprio corpo. Il fattore decisivo non è tanto la durata dell'utilizzo quanto il tipo di utilizzo e il contenuto di cui si fruisce sui media digitali. Vi sono pochi approfondimenti in merito. Anche fattori ambientali come il rumore hanno un effetto misurabile sullo stato psichico: in Svizzera la possibilità di usufruire di spazi verdi facilmente accessibili e di ambienti di vita favorevoli all'attività fisica costituiscono infatti opportunità per il benessere mentale.

Occorre maggiore impegno per prevenire la perdita di posti di lavoro

Sebbene in Svizzera la maggior parte delle persone occupate sia soddisfatta del proprio lavoro, tra un quarto e un terzo di loro riferisce di provare stress o esaurimento. Circa il 20% delle persone occupate ha un problema di natura psichica che ha un impatto negativo sul contesto lavorativo. In questi casi, troppo di rado si giunge a un dialogo tra chi fornisce trattamenti di cura, i datori di lavoro e il personale dipendente. I congedi per malattia dovuti a disturbi psichici sono di solito a tempo pieno e durano in media sette mesi. Nella metà di questi casi di assenza per malattia, il rapporto di lavoro viene interrotto. Un approccio più riabilitativo alla prassi delle assenze per malattia potrebbe favorire il mantenimento del posto di lavoro. Tra i giovani adulti, le rendite AI dovute a diagnosi psichiche sono in aumento da anni, ma le ragioni di questo sviluppo non sono chiare.

Promozione della salute e prevenzione: impegno ad ampio raggio, scarsa visione d'insieme

Molti attori, come la Confederazione, i Cantoni, i Comuni, le scuole universitarie, le fondazioni, Promozione Salute Svizzera e le ONG, contribuiscono alle numerose attività di promozione della salute mentale. Negli ultimi anni diversi progetti comprovati e diffusi («esempi di buone pratiche») sono stati in grado di ampliare il loro raggio d'azione, mostrando buoni risultati tra i rispettivi gruppi di destinatari in termini di rafforzamento di varie risorse (p. es. aumento della conoscenza). Tuttavia, non sono disponibili né una panoramica sistematica di tutte le misure né informazioni sulla loro efficacia. Un'altra sfida consiste nel garantire il finanziamento sostenibile delle misure.

Maggiore ricorso all'assistenza e carenze di capacità nell'offerta

L'assistenza psichiatrica e psicoterapeutica è facilmente accessibile in Svizzera, ma distribuita in modo disomogeneo a seconda della regione. La densità di psichiatri e psicologi liberi professionisti è molto più alta nei centri urbani che nelle zone rurali. Negli ultimi dieci anni il ricorso a prestazioni psichiatriche-psicoterapeutiche è aumentato costantemente, sia in ambito stazionario che ambulatoriale. Secondo gli specialisti, è in particolare la psichiatria e la psicoterapia infantile e dell'adolescenza a soffrire di carenza di capacità. L'imminente ondata di pensionamenti e la crescente domanda stanno aggravando la carenza di manodopera specializzata. Questi sviluppi invitano ad intavolare una discussione sulle risorse umane come pure sull'attrattiva delle professioni mediche e non mediche nel settore dell'assistenza psichiatrica-psicoterapeutica. Quali sono i campi in cui si riscontra il maggior bisogno di personale specializzato? Nel settore ambulatoriale occorre dare priorità ai casi gravi? Bisogna potenziare la formazione medica e coinvolgere meglio gli specialisti non medici e i pari?

Raccomandazioni operative per la società, la politica e la prassi

Il rapporto formula 39 raccomandazioni specifiche, suddivise nei cinque obiettivi principali seguenti: considerare la preservazione della salute mentale come un compito della società nel suo complesso; rafforzare l'approccio su basi scientifiche attraverso la rilevazione mirata di dati e la promozione di studi scientifici; attuare e valutare misure di prevenzione e promozione della salute; promuovere la salute mentale sul posto di lavoro e garantire l'integrazione nel mercato del lavoro; nonché garantire un'assistenza adeguata alle esigenze, accessibile e di qualità.

Il rapporto nazionale sulla salute 2025, intitolato «Salute mentale in Svizzera: sviluppo, promozione, prevenzione e assistenza» è pubblicato dall'Osservatorio svizzero della salute (Obsan) su incarico di «Dialogo sulla politica nazionale della sanità», la piattaforma permanente della Confederazione e dei Cantoni. Il rapporto comprende dodici capitoli tematici redatti dagli autori a seguito di ricerche, analisi e sunti tra la letteratura scientifica nazionale e internazionale e le fonti di dati, in funzione delle rispettive questioni specifiche. Il rapporto è offerto gratuitamente come pubblicazione web all'indirizzo www.rapportosullasalute2025.ch e anche in formato pdf. Oltre alle versioni complete in tedesco e in francese, è disponibile anche una versione ridotta in lingua italiana. Il rapporto in versione cartacea (468 pag. al costo di 66,20 fr.) può essere ordinato sul [sito web dell'Obsan](http://sito.web.dell'Obsan).

Osservatorio svizzero della salute (ed. 2025). *Salute mentale in Svizzera: sviluppo, promozione, prevenzione e assistenza. Rapporto nazionale sulla salute 2025.* Neuchâtel UST.

Capitoli

- 01 Salute mentale della popolazione complessiva
- 02 Salute mentale di bambini, adolescenti e giovani adulti
- 03 Salute mentale degli adulti
- 04 Salute mentale delle persone anziane
- 05 Salute mentale nel contesto sociale
- 06 Competenza in materia di salute mentale
- 07 Media digitali: opportunità e rischi per la salute mentale
- 08 Ambiente edificato e ambiente naturale
- 09 Salute mentale nel contesto della formazione e del lavoro
- 10 Promozione della salute mentale e prevenzione dei disturbi psichici
- 11 Assistenza alle persone con disturbi psichici
- 12 Costi e finanziamento
- 13 Discussione
- 14 Raccomandazioni operative

Autori e autrici

Fabienne T. Amstad, Mauricio Avendano-Pabon, Niklas Baer, Giulia Belloni, Jael Bernath, Katrin Braune-Krickau, Saskia De Gani, Manon Duay, Sarah Fässler, Zora Föhn, Dominic Höglinger, Jolanda Jäggi, Reto Jörg, Andreas Jud, Michaela Kaufmann, Andreas Krause, Tanja Kuhn, David Lätsch, Belinda Müller, Océane Pittet, Dominik Robin, Nicolas Schmaeh, Daniela Schuler, Oliver Grübner, Michael P. Hengartner, Laurence Seematter-Bagnoud, Markus Steiner, Michael Stucki, Christoph Thommen, Alexandre Tuch, Christina Vetsch-Tzogiou, Agnes von Wyl, Gregor Waller, Nora Weber, Frank Wieber, Simon Wieser, Yaroslava Zemlyanska

Informazioni

Claudio Peter, Osservatorio svizzero della salute, tel.: +41 58 467 17 83,
e-mail: claudio.peter@bfs.admin.ch

L'**Osservatorio svizzero della salute (Obsan)** è un'istituzione commissionata dalla Confederazione e dai Cantoni. L'Obsan analizza le informazioni sulla salute disponibili in Svizzera e sostiene la Confederazione, i Cantoni e le altre istituzioni della sanità pubblica nella pianificazione, nelle decisioni e nelle loro attività.