



We wrześniu i październiku 2020 r. przeprowadzono ogólnopolskie badanie na próbie 2000 osób wylosowanych z populacji generalnej w wieku 18+, które dotyczyło wzorów konsumpcji alkoholu w Polsce. Badanie zostało zlecone przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Jak piją Polacy? Wyniki poniżej.

Jak wynika z raportu PARPA, alkohol jest powszechnie konsumowanym napojem – ponad 80% respondentów piło w ciągu 12 miesięcy przed badaniem przynajmniej jeden rodzaj alkoholu. Wśród uczestników badania 382 osoby (19,2%) przyznało, że w ciągu ostatnich 12 miesięcy nie piły żadnego napoju alkoholowego. Najwyższy odsetek abstynentów jest w grupie osób w wieku 65+ (38,3%). Abstynencja od alkoholu jest znacznie częstsza wśród kobiet (26,5%) niż mężczyzn (12,6%).

Pod względem częstości picia (dni picia) konsumenci alkoholu piją go średnio przez 73 dni, czyli ponad 2 miesiące w roku. Najczęściej wybieranym napojem alkoholowym jest piwo (61 dni w roku) i zdecydowanie rzadziej wino czy napoje spirytusowe (14 dni w roku).

Sprawdź, [jak piją warszawiacy?](#)

Mężczyźni piją alkohol niemal trzykrotnie częściej niż kobiety (średnia 106 dni versus 37 dni), częściej piją piwo (średnio 98 dni w roku dla mężczyzn i 21 dni w roku dla kobiet) i ponad dwukrotnie częściej napoje spirytusowe (20 dni do 9 dni w przypadku kobiet). Natomiast jeśli chodzi o wino, to kobiety piją je niemal dwukrotnie częściej niż mężczyźni (18 dni vs 10 dni).

Mężczyźni częściej piją ryzykownie

Jak wynika z badania, codziennie lub prawie codziennie alkohol pije niespełna 8% konsumentów. Niemal co trzeci konsument pije alkohol co najmniej raz na tydzień, 3 na 10 – co najmniej raz na miesiąc i kolejnych 3 na 10 – rzadziej. Picie codzienne jest wskaźnikiem ryzykownego wzoru picia. Do przynajmniej jednego symptomu ryzykownego picia,

mierzonego narzędziem przesiewowym RAPS (Rapid Alcohol Problems Screen), przyznało się 14,2% osób. Mężczyźni doświadczali ich częściej niż kobiety - odpowiednio 22,3% i 6,8%.

Trzy z czterech wymiarów ryzykownego picia są rozpowszechnione w ogólnej populacji na poziomie 10%-13%, natomiast najrzadziej występuje picie od rana - na poziomie 7% w ogólnej populacji. W grupie kobiet wszystkie wymiary picia ryzykownego są rozpowszechnione w mniejszym stopniu niż wśród mężczyzn - w grupie kobiet niespełna 2% przyznaje, że zdarzyło się w ciągu ostatnich 12 miesięcy, aby wypić alkohol tuż po wstaniu z łóżka, podczas gdy w grupie mężczyzn jest to niemal 11%. Rozpowszechnienie każdego z wymiarów ryzykownego picia w grupie mężczyzn wynosi od 11% do 18%, podczas gdy u kobiet - od 1,6% do 7%.

Najczęstszym wymiarem ryzykownego picia u kobiet jest poczucie winy, a u mężczyzn - utrata pamięci.

### Po co sięgamy po alkohol

Najważniejsze motywy związane są z presją społeczną (picie podczas uroczystości oraz chęć dopasowania się) oraz z przyjemnością odczuwaną w wyniku picia alkoholu (nastroj i uczucie towarzyszące picciu). Warto jednak zauważyć, że przedstawiciele obu płci nie piją po to, aby się upić ani ucieczkowo - aby zapomnieć. Picie jest związane w dużo większym stopniu z zachowaniami i rytuałami społecznymi.

Do najrzadziej wskazywanych okoliczności picia należą: picie na zewnątrz (czyli w parkach, na ulicach), samemu/samej, w pubie, barze (zarówno dla ogółu próby, jak i w podziale na płeć).

### Jaka polityka wobec alkoholu?

Respondenci zdecydowanie opowiadają się za: edukacją i informacją (popierane przez 90,4% respondentek i 84,7% respondentów), prawem policji do wyrywkowego badania trzeźwości kierowcy (popierane przez 85,3% respondentek i 79,4% respondentów) oraz za ostrzeżeniami na opakowaniach alkoholu informującymi o szkodach wynikających z jego spożywania (popierane przez 79,5% respondentek i 69,7% respondentów). Stosunkowo najniższym poparciem cieszyły się stwierdzenia dotyczące ograniczenia dostępności ekonomicznej i fizycznej alkoholu: wysokich cen alkoholu, ograniczenia liczby miejsc oraz godzin jego sprzedaży.

Warto zwrócić uwagę na to, że niskie poparcie zyskało stwierdzenie, że tylko rodzice, a nie

władze, powinni decydować o tym, od jakiego wieku ich dziecko może już pić napoje alkoholowe. Jak wskazują autorzy raportu z badania, może to wynikać ze wspierania odpowiedzialności państwa za politykę dostępności alkoholu, przynajmniej w zakresie dotyczącym nieletnich. Może również wiązać się z pewną bezradnością rodziców wobec inicjacji alkoholowej ich dzieci.

Warto podkreślić, że w porównaniu z 2015 r. zwiększyło się nieco poparcie dla polityki ograniczania dostępności fizycznej alkoholu.

Wierzymy w mity o alkoholu?

W badaniu zapytano również o poparcie dla powszechnych opinii i mitów wobec zdrowotnego oddziaływania alkoholu na organizm. Badanie pokazało, że mężczyźni mniej stanowczo wypowiadają swoje osądy o alkoholu, za wyjątkiem stwierdzeń dotyczących spożywania alkoholu przez kobiety w okresie ciąży i macierzyństwa, co do których respondenci najczęściej wypowiadali się stanowczo negatywnie w obydwu grupach. Natomiast ze stwierdzeniami wskazującymi na brak wiedzy o działaniu alkoholu mężczyźni zgadzają się przeciętnie o 10 punktów procentowych częściej niż kobiety, co stanowi różnicę widoczną w codziennej obserwacji – mężczyźni „łagodniej” oceniają alkohol niż kobiety.

Co trzeci badany kupuje „małpki”

Obecnie jednym z częściej pojawiających się w dyskursie publicznym problemów jest picie alkoholu w małych opakowaniach, tzw. małpki, które stały się symbolem łatwo dostępnego i prostego do ukrycia alkoholu. W badaniu sprawdzono rozpowszechnienie tej formy spożywania alkoholu.

Do zakupu alkoholu w małych opakowaniach przyznaje się co trzeci badany (36,4%). Najczęściej kupowany był jeden rodzaj alkoholu (16,6% respondentów), najrzadziej wszystkie trzy rodzaje (7,9%). Częstotliwość konsumpcji alkoholu w małych opakowaniach jest związana z płcią w sposób istotny statystycznie w przypadku napojów spirytusowych i piwa. Kobiety kupują takie rodzaje alkoholu zdecydowanie rzadziej niż mężczyźni. Natomiast nie widać takiego związku w przypadku wina – przedstawiciele obu płci kupują go w takich samych ilościach, relatywnie najrzadziej.

W odniesieniu do grup wiekowych można zauważyć związek z przynależnością do danej grupy wiekowej i częstotliwością konsumpcji alkoholu w małych opakowaniach dla każdego rodzaju alkoholu. Stosunkowo najczęściej alkohole w małych opakowaniach kupują przedstawiciele najmłodszej grupy respondentów (18–35 lat), i ten efekt utrzymuje się

niezależnie od rodzaju alkoholu.

### [7% kobiet pije alkohol w ciąży](#)

Kolejnym zagadnieniem, o który zapytano respondentów, jest problem picia alkoholu przez kobiety w czasie ciąży. W badaniu sprawdzono, na ile rozpowszechniony jest ten problem, a także jak wielu lekarzy, w szczególności ginekologów, poruszało ten temat, jak również kwestię picia alkoholu w okresie karmienia piersią, podczas rozmów z pacjentkami. Do picia alkoholu w czasie ciąży przyznało się 7,1% badanych kobiet będących kiedykolwiek w ciąży. Odsetek ten jest niższy w zestawieniu z wynikami badań zleczanych przez PARPA w 2008 r. (12,1%) oraz w 2005 r. (16,5%). Jest natomiast wyższy niż w badaniach sondażowych zrealizowanych na zlecenie Głównego Inspektoratu Sanitarnego w 2017 r., gdy do spożywania alkoholu w czasie ciąży przyznało się 4,8% badanych.

Częściej kobiety wskazywały, że lekarz/ginekolog w czasie wizyt nie poruszał tematu alkoholu (40,6%), niż że ten temat pojawiał się w trakcie wizyt lekarskich (34,9%). Co czwarta kobieta nie pamiętała, czy temat alkoholu był poruszany podczas wizyty (24,6%). Wśród kobiet, które potwierdziły rozmowy z lekarzem/ginekologiem na temat alkoholu, 58,6% zadeklarowało, że lekarz zalecał im niespożywanie alkoholu w czasie ciąży, a 44,8% wskazało, że zalecał abstynencję w czasie karmienia piersią.

Źródło:

dr Magdalena Rowicka, dr Sławomir Postek, Marta Zin-Sędek, [Wzory konsumpcji alkoholu w Polsce Raport z badań kwestionariuszowych 2020 r.](#), PARPA, 2021

Fot. Julian Hochgesang, Unsplash.com