



Ministerstwo
Zdrowia



NPZ
NARODOWY PROGRAM ZDROWIA



KCPU
Krajowe Centrum
Przeciwdziałania Uzależnieniom



**DOLNY
ŚLĄSK**

PATRONAT HONOROWY MARSZAŁKA WOJEWÓDZTWA
DOLNOŚLĄSKIEGO CEZAREGO PRZYBYLSKIEGO

Skuteczny Samorząd. Jakość w profilaktyce

Miejsce sportu w profilaktyce używania alkoholu i innych substancji psychoaktywnych

DR JAKUB KOŁODZIEJCZYK

WROCŁAW, 20 WRZEŚNIA 2023

Plan prezentacji

Profilaktyka

Uprawianie sportu i używanie alkoholu

Wnioski i rekomendacje

Zachowania ryzykowne – stare i nowe

Alkohol, tytoń, narkotyki

Przemoc

Wykroczenia /przestępstwa

Przedwczesny seks

Zachowania samobójcze

Wagary

Kompulsywne korzystanie z nowych technologii informacyjno-komunikacyjnych

Hazard

Kompulsywne zakupy

Profilaktyka

Profilaktyka to podejmowanie działań, skierowanych do różnych grup, we współpracy z różnymi środowiskami i instytucjami, które mają na celu zapobieganie pojawieniu się lub rozwojowi zaburzeń, chorób lub innych niekorzystnych zjawisk społecznych.

<https://www.gov.pl/web/edukacja-i-nauka/profilaktyka>

Strategie profilaktyczne – strategia alternatyw

Pomoc w zaspokojeniu ważnych potrzeb (np. sukcesu, przynależności).

Osiąganie satysfakcji życiowej przez stwarzanie możliwości zaangażowania się w działalność pozytywną (artystyczną, społeczną, sportową itp.).

Możliwości zrealizowania potrzeby aktywności, podniesienia samooceny poprzez osiągnięcie sukcesów czy też rozwoju zainteresowań.

Wysokość środków finansowych przeznaczonych w ramach gminnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych:

Rodzaj wydatków	2019	2020	2021
pozalekcyjne zajęcia sportowe	62 365 384,21 zł	47 347 145,69 zł	59 617 833,02 zł
budowa i/lub modernizacja miejsc, w których odbywają się pozalekcyjne zajęcia sportowe	17 207 403,68 zł	18 100 397,52 zł	23 956 667,90 zł

Źródło: PARPA, Zestawienie statystyczne, na podstawie: PARPA-G1 - Sprawozdanie z działalności samorządów lokalnych w zakresie profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych w 2019, 2020 i 2021 r.

Czy zaangażowanie młodych ludzi w aktywność sportową jest działaniem profilaktycznym?

Co wiemy o sporcie jako działaniu profilaktycznym?

5 badań wykazało, że uprawianie sportu zmniejsza prawdopodobieństwo używania alkoholu,

w 5 badaniach nie zaobserwowano żadnego związku,

Walczak, B.; Walczak, A.; Tricas-Sauras, S.; Kołodziejczyk, J. Does Sport Participation Protect Adolescents from Alcohol Consumption? A Scoping Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health* **2023**,

Co wiemy o sporcie jako działaniu profilaktycznym?

w 22 z 32 badaniach stwierdzono związek między zaangażowaniem w sport a spożywaniem alkoholu (uprawianie sportu zwiększa prawdopodobieństwo używania alkoholu), w tym wszystkie badania podłużne

w 4 badaniach wykazano związek między udziałem w sporcie a spożyciem alkoholu dla całej próby

w 18 powiązanie zaobserwowano dla niektórych grup lub określonych warunków

Wskaźniki używania alkoholu

Częstotliwość picia alkoholu,

Ilość spożytego alkoholu,

Częstotliwość upijania się,

Jazda samochodem pod wpływem alkoholu (Hartmanna i Massoglia 2007).

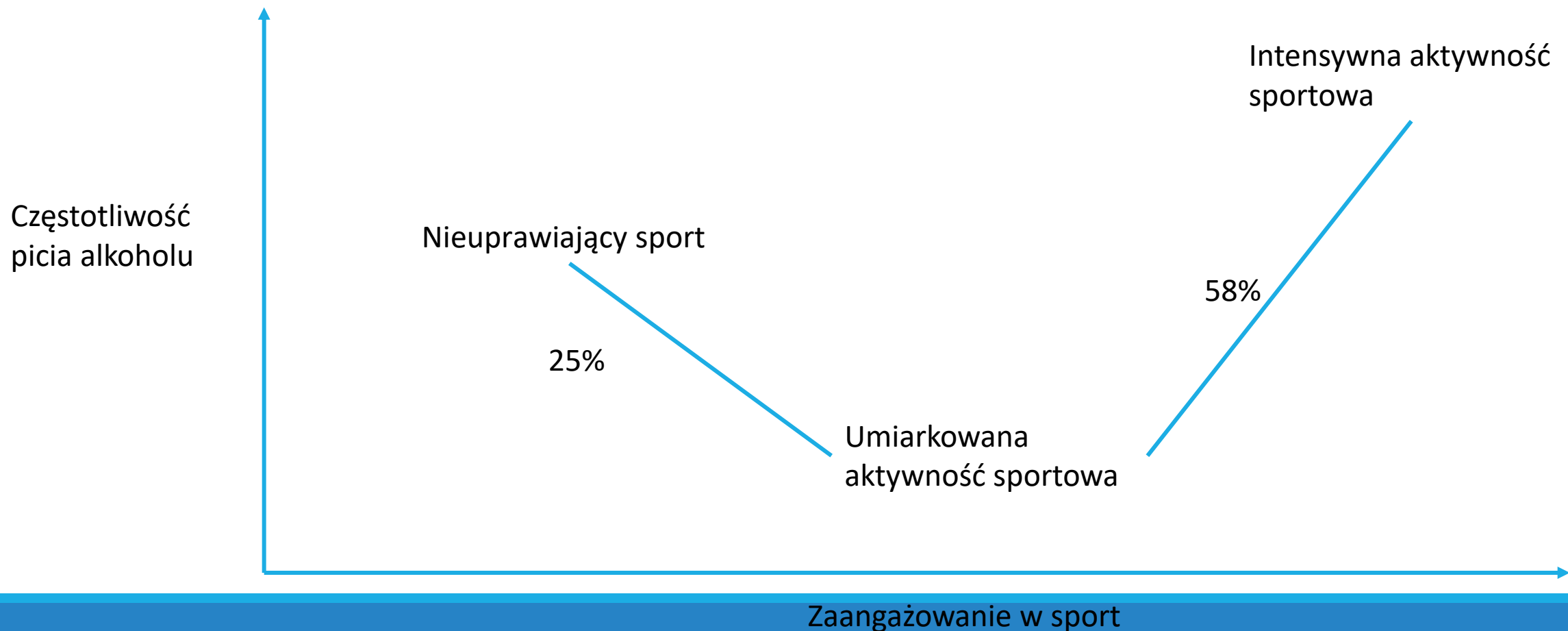
Czy zaangażowanie w sport różni się od innych zajęć pozalekcyjnych?

zajęcia pozalekcyjne są postrzegane jako czynnik zmniejszający ryzyko używania substancji i zwiększający wyniki w nauce (Feldman i Matjasko 2005; Behtoui 2019),

zaangażowanie w sport nie zmniejsza poziomu używania substancji psychoaktywnych, podczas gdy zaangażowanie w inne zajęcia pozalekcyjne tak (Eccles i in. 2003),

w szkołach średnich uczniowie ćwiczący sport rzadziej spożywają alkohol lub nadużywają alkoholu, chyba że zaczynają uprawiać sport w szkolnych drużynach (Terry-McElrath i in. 2011).

Intensywność uprawiania sportu a używanie alkoholu przez młodzież



Rodzaj sportu a używanie alkoholu przez młodzież

Picie i upijanie się było znacznie wyższe wśród uczniów uprawiających sporty zespołowe (Ecclesa i in. 2003)

Sportowcy zgłaszają, że mają więcej znajomych używających alkoholu niż uczniowie nieuprawiający sportów zespołowych (Ecclesa i in. 2003)

Sporty indywidualne wiążą się z mniejszym ryzykiem picia i upijania się

Wyjątkiem są sporty siłowe i walki

Płeć i sport a używanie alkoholu przez młodzież (Peretti-Watela i in. 2002)

Wielokrotne spożywanie alkoholu:

Mniejsze o 27% w przypadku dziewcząt regularnie uprawiających lekkoatletykę

Większe o 40% w przypadku dziewcząt i 24% w przypadku chłopców uprawiających sporty zespołowe

Wzrost o 29% w przypadku dziewcząt i 20% dla chłopców uprawiających sporty indywidualne

Epizody upicia się

Dla chłopców: sporty zespołowe zwiększyły ryzyko o 25%, sport indywidualny – o 20%, a sporty lekkoatletyczne zmniejszyły je o 24%.

Zaangażowanie w sporty siłowe lub walki, zwiększały prawdopodobieństwo upicia się o 48%

Kluby sportowe a używanie alkoholu

Niejednoznaczne wyniki badań

Większość badań nie wykazała związku pomiędzy uczestnictwem w klubach sportowych a spożywaniem alkoholu.

W jednych badaniach (Islandia) wyniki wskazują, że młodzież uczestnicząca w formalnie zorganizowanych klubach sportowych rzadziej sięga po alkohol niż młodzież, która tego nie robi (Halldorssona, Thorlindssona i Sigfusdottira, 2014).

Socjalizacyjna rola klubów sportowych: kontakt z osobami pijącymi w klubie skutkuje większym wskaźnikiem spożycia alkoholu (Fuijimoto i Valente, 2013).

Być może w Polsce jest inaczej...?

Wyniki badań wskazują na słaby ale istotny statystycznie związek między uczestnictwem w zajęciach sportowych a nadużywaniem substancji psychoaktywnych - uprawianie sportu zwiększa prawdopodobieństwo używania alkoholu (Bobrowski, 2003, 2007, 2007a).

Podobne wyniki uzyskano, analizując dane pochodzące z *Badań mokotowskich* wskazujące na to, że wraz ze wzrostem intensywności zajęć sportowych wzrasta odsetek nastolatków upijających się i używających narkotyki (Bobrowski, 2007).

Mechanizmy łączące sport i używanie alkoholu przez młodzież

Picie alkoholu przez sportowców może być interpretowane jako próba utrzymania/podniesienia ich wysokiego statusu społecznego wśród rówieśników (Crosnoe, 2002).

W przypadku udziału w zorganizowanych zajęciach sportowych pewną rolę mogą też odgrywać czynniki związane z napięciami i frustracjami wynikającymi z rywalizacji (Bobrowski 2007a).

W uprawianie sportów kontaktowych (sztuki walki, piłka nożna) mogą angażować się częściej nastolatki mający nieco większe skłonności do zachowań ryzykownych (Bobrowski 2007).

Podsumowanie przeglądu badań

Młodzi ludzie uprawiający sport „umiarkowanie” rzadziej sięgają po alkohol niż nieuprawiający sportu

Młodzi ludzie „intensywnie” uprawiający sport sięgają po alkohol częściej niż uprawiający „umiarkowanie” i nieuprawiający sportu

Większe ryzyko stanowi uprawianie sportów zespołowych i walki niż sportów indywidualnych

Wzorce używania alkoholu przez młodzież uprawiającą sport różnią się ze względu na płeć

Wniosek

Przekonanie, że samo umożliwienie młodzieży uprawiania sportu ograniczy ryzykowne zachowanie, wydaje się naiwne.

(Mahoney i in. 2004; Hartmann i Massoglia 2007, s. 500).

Rekomendacje

Rozwijanie wiedzy i kompetencji trenerów i opiekunów dzieci i młodzieży z zakresu profilaktyki.

Położenie nacisku na rolę nauczyciela/trenera sportu

Prowadzenie badań i tworzenie programów profilaktycznych opartych na sporcie.

Istnieją dowody z badań eksperymentalnych, że nawet krótkoterminowa profilaktyka alkoholowa oparta na sporcie może być skuteczna, jeśli sport i profilaktyka są ze sobą powiązane (Werch i in. 2003).

Dziękuję za uwagę

