



# **LUNA NAȚIONALĂ A INFORMĂRII DESPRE EFECTELE CONSUMULUI DE ALCOOL**

**Iulie 2017**

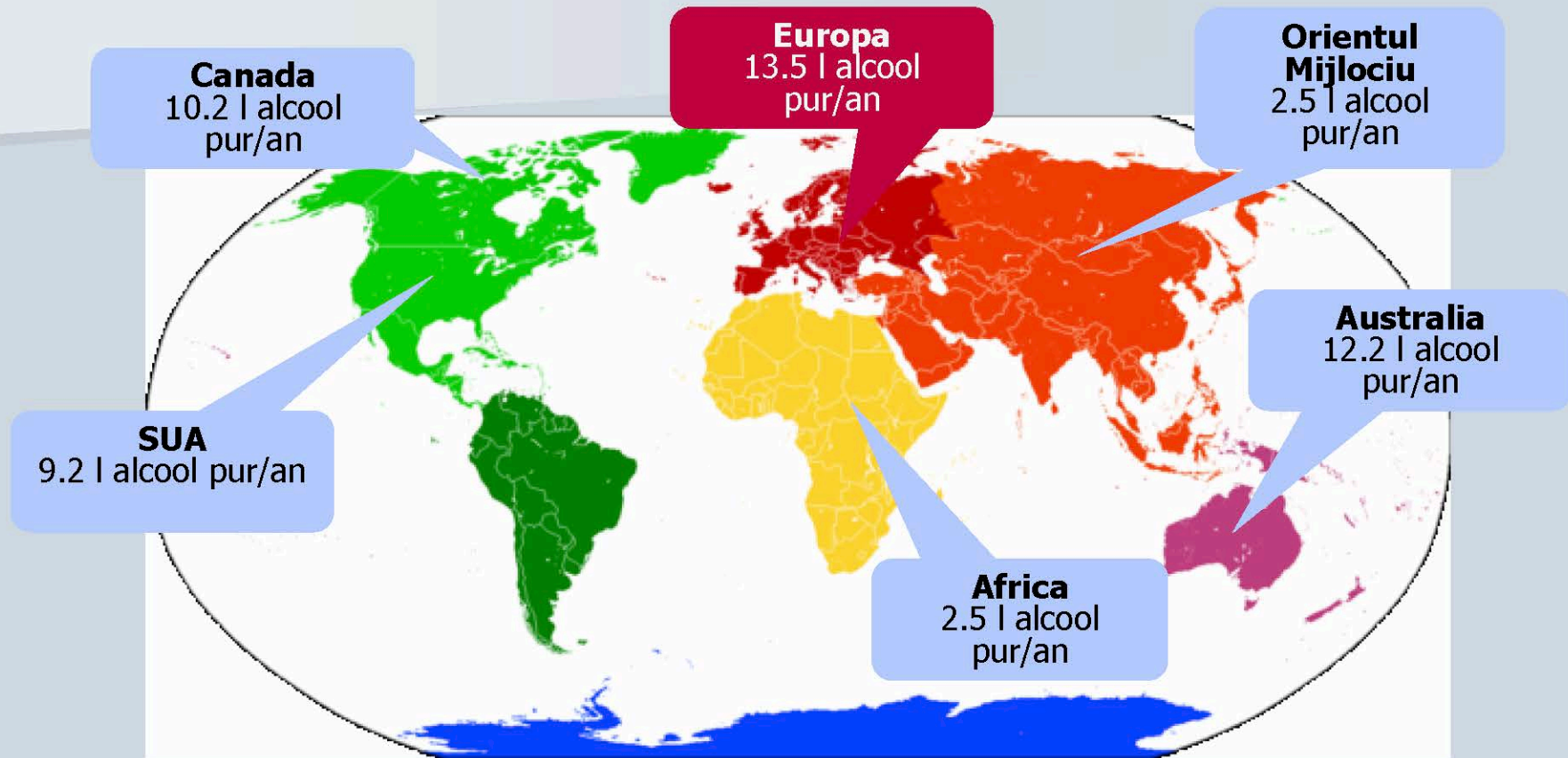
Formarea și/sau schimbarea de comportamente la nivelul grupurilor țintă prin intervenții adresate consumului dăunător de alcool

## Programul național de promovare a sănătății 2016–2020

### Campanie de Informare – Educare - Conștientizare 2017

- Tema campaniei:** Informarea populației cu privire la efectele consumului dăunător de alcool.
- Scopul campaniei:** Promovarea unui comportament responsabil față de consumul de alcool.
- Grupuri țintă:** adolescenți  
tineri sub 25 ani

# Consumul de alcool în lume



- în ultimii 25 ani consumul de alcool la nivel mondial a crescut ca urmare a creșterii numărului de consumatori în China, India, Africa
- consumul global de alcool = **6,2 litri alcool pur/locuitor în vârstă de 15 ani +**, echivalent a **13,5 grame alcool pur/zi** (raportat la populația globală)

# Consumul de alcool în Europa



- abuzul de alcool este a **3-a cauză de moarte prematură**
- factor de risc pentru mai mult de **200 boli**
- **3,3 milioane decese anual** datorate consumului de alcool (1 din 7 bărbați și 1 din 13 femei) = 70% din toate cauzele de mortalitate
- 139 mil DALYs (5,9% din povara globală a bolii) pierduți ca urmare a deceselor premature și disabilităților atribuibile consumului de alcool
- costurile consecințelor consumului de alcool = 1,3 din PIB-ul unei țări

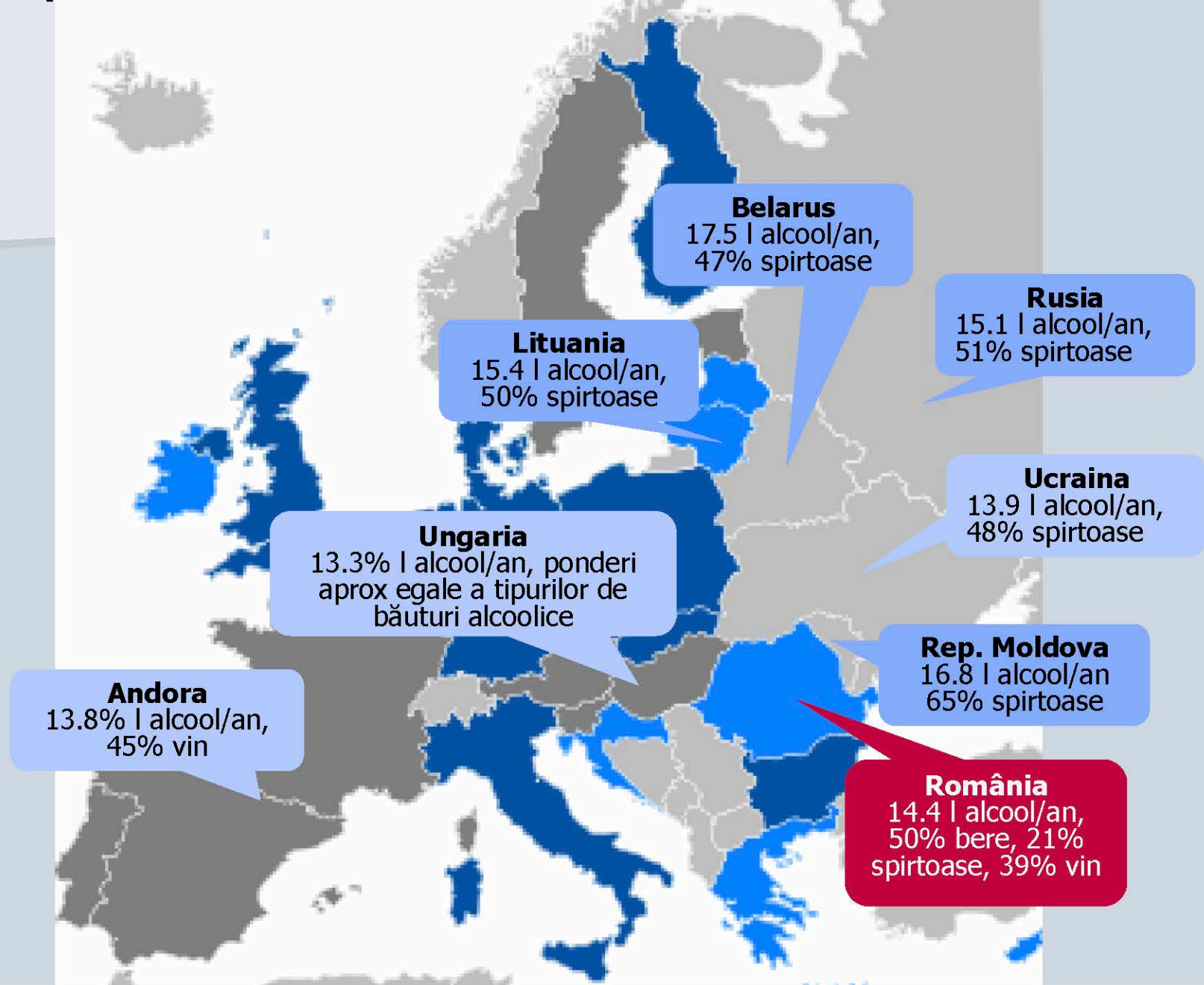
■ 1990-2014      *consumul de alcool* ➡ *mortalitatea atribuibilă alcoolului*

*Franța, Italia, Spania, Portugalia, Germania și țările limitrofe*      **a scăzut** cu 22-34%      ➡      **a scăzut** cu 25-27%

*țările est europene (inclusiv România)*      **a rămas constant/a crescut**      ➡      **a crescut** cu 22-65%



# Țările europene cu cel mai înalt nivel al consumului de alcool

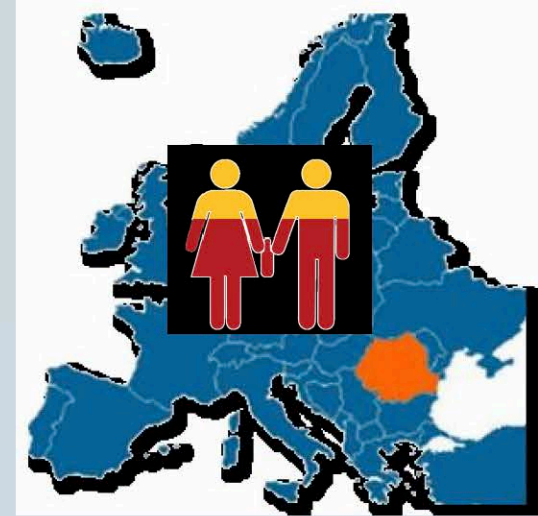


# Consumul de alcool în România



- **consum anual = 14,4 l alcool pur/locuitor 15 ani+,**  
din care 4 l alcool pur/an consum neînregistrat  
(produs în gospodăria proprie)
- consumul de alcool raportat exclusiv la populația consumatoare de alcool = **24,48 l alcool pur/locuitor 15 ani+/an**
- locul **III** în UE după cantitatea de alcool consumată (după Belarus, Lituania)  
locul **II** în Europa după cantitatea de alcool consumată la o ocazie = **consum excesiv de alcool**; (1 din 4 români consumă cel puțin 5 doze de alcool la o ocazie, cel puțin o dată pe săptăm)
- locul **I** în Europa pt mortalitatea datorată alcoolului la femei, locul **IV** la bărbați (peste 17.000 decese/an)
- **accidentele** = mortalitate de **3 x** media UE
- **bolile cardiovasculare** = mortalitate de **2 x** media UE
- **ciroza hepatică** = mortalitate mai mult decât **2 x** media UE
- **53%** din români au fost victime ale agresiunilor fizice din cauza consumului de alcool
- **25 milioane €** costul pacienților spitalizați pt boli datorate alcoolului (2012)

# Consumul de alcool la tineri



- **80,4% din tinerii 18-34 ani** consumă alcool
- **60%** au băut pentru prima dată înaintea vârstei de 13 ani + beau în mod regulat
- **25 % din decesele la tinerii 15-29 de ani** (1 din 4 decese la bărbați și 1 din 10 decese la femei)

consumul de alcool înaintea vârstei de

- 15 ani = risc de 4 ori mai mare de a dezvolta **dependență la alcool**
- 13 ani = risc de 7 ori mai mare de a dezvolta un pattern de **consum excesiv alcool** + risc crescut pt **fumat** și utilizare de **droguri ilegale**





# Consumul de alcool la adolescenții și tinerii români

Alcoolul este vândut frecvent în magazine alimentare și localuri tinerilor sub 18 ani. Comportamentul părinților față de alcool influențează puternic comportamentul copilului (model parental negativ).



- **80%** din adolescenții români consumă alcool cel puțin ocazional
- **6,1%** din elevi au băut prima dată înaintea vârstei de **9 ani**, 5,26% la 9-10 ani
- odată cu înaintarea în vârstă **tot mai mulți băieți** încep să bea + **tot mai frecvent** (cel puțin o dată/săptămână) media=11,79%  
Moldova (14,22%)
- **un sfert** dintre tinerii de 18-34 ani au fost victime ale unor agresiuni declanșate de abuzul de alcool

Tinerii români încep să bea de la o vârstă fragedă cantități mari de alcool.



## **0 unitate (o porție) de băutură înseamnă:**



**350 ml bere 5%**  
(o doză mică)

=



**120 ml vin 12%**  
(un pahar de vin  
umplut pe trei sferturi)

=

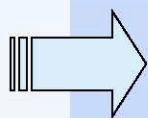


**50 ml țarie 40%**  
(aprox. 1 păhărel)

# Modele de consum de alcool

Consum moderat

Consum dăunător (de risc)  
(aduce prejudicii stării de sănătate)



Consum crescut

cel mult:

1 porție pe zi  
pentru femei

2 porții pe zi  
pentru bărbați

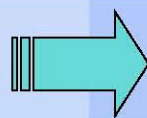
mai mult de:

*la femei*

**3 porții** pe zi sau  
**7 porții** pe săptămână

*la bărbați*

**4 porții** pe zi sau  
**14 porții** pe săptămână



Consum excesiv  
(exagerat, peste limită,  
intoxicație alcoolică,  
beție)

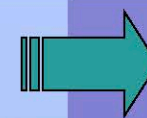
regulat (habitual)

cel puțin o dată pe săptămână,  
mai mult de:

**4 porții** - la femei  
**5 porții** - la bărbați

consum episodic  
excesiv

perioade de consum  
excesiv de alcool mai  
mare de o zi, intercalate  
cu perioade de  
abțință



Dependență de  
alcool  
= alcoolism

- consum cronic (zilnic/aproape zilnic) de alcool în cantități mari
- pierderea controlului asupra consumului
- dorință puternică de a bea în ciuda consecințelor negative asupra sănătății, vieții familiale, sociale sau profesionale

# Efectele pe termen scurt ale consumului de alcool

Distrugerea relațiilor cu familia, prietenii, divorț

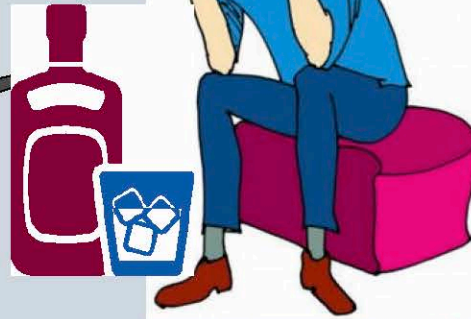
Scăderea performanțelor școlare, abandonarea studiilor, concediere

Consum de alte substanțe de abuz (tutun, droguri ilegale)

Accidente (rutiere, la domiciliu, la locul de muncă)

Probleme cu legea (amenzi, închisoare, plata daunelor)

Răniri, spitalizare, moarte

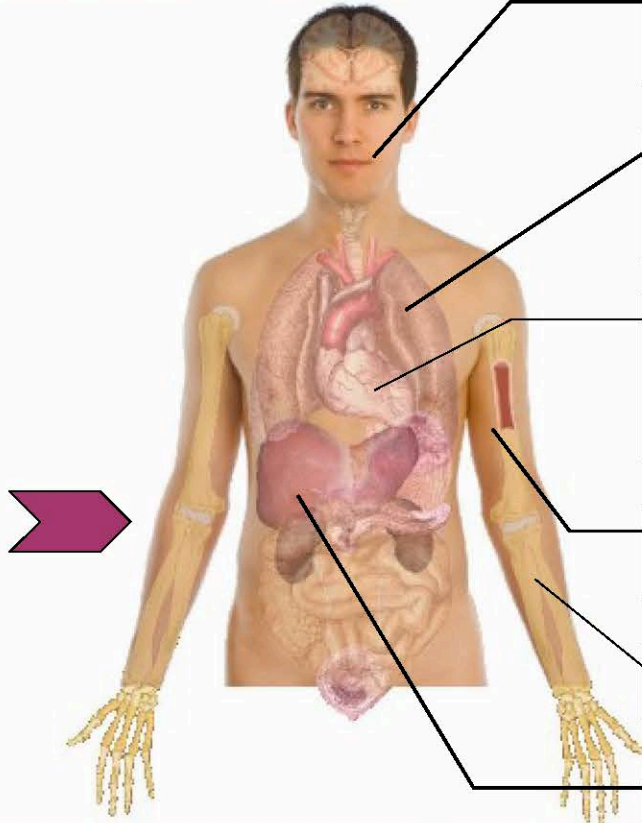


Probleme sexuale (comportament nepotrivit, sex neprotejat, viol, boli cu transmitere sexuală, sarcină nedorită)

Comportamente antisociale (scandaluri, bătăi, omor, furt, tâlhărie, distrugeri de bunuri)



# Efectele pe termen lung ale consumului de alcool



**Sistem nervos** (încetinirea gândirii, scăderea memoriei, încetinirea reflexelor, insomnie, violență, sinucidere, epilepsie, depresie, nervozitate, demență, dureri și tremurături ale mâinilor și picioarelor)

**Piele** (înroșirea pielii, pete, aspect îmbătrânit, buhăit)

**Aparat respirator** (pneumonie, tuberculoză, HIV/SIDA)

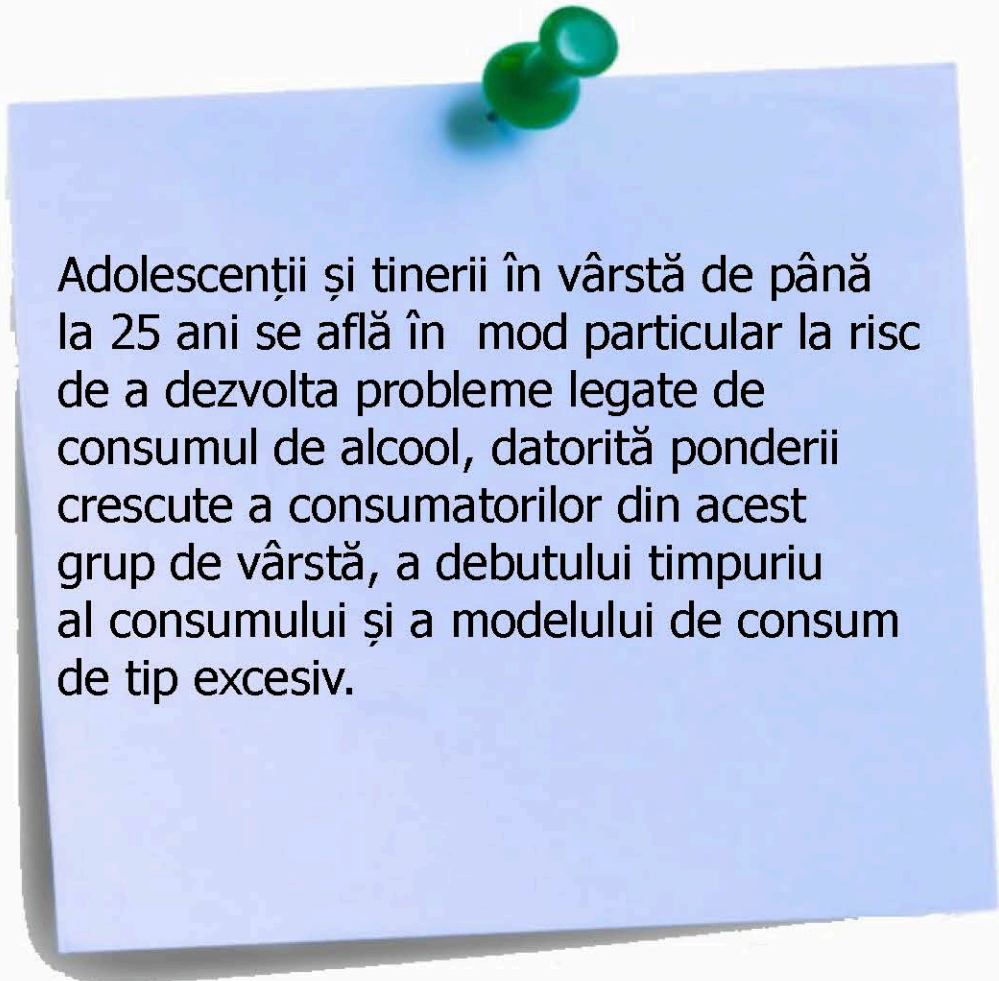
**Inima și vase de sânge** (cardiopatie ischemică, infarct miocardic, accidente vasculare cerebrale urmate de paralizii, hipertensiune arterială)

**Mușchi** (slăbiciune musculară)

**Oase** (osteoporoză)

**Sistem digestiv** (scăderea absorbției de vitamine și nutrienți, hepatită, ciroză, pancreatită, cancere)

**Aparat reproducător** (*bărbați*: impotență, *femei*: scăderea fertilității, avort spontan, pierderea dorinței sexuale)



Adolescenții și tinerii în vârstă de până la 25 ani se află în mod particular la risc de a dezvolta probleme legate de consumul de alcool, datorită ponderii crescute a consumatorilor din acest grup de vârstă, a debutului timpuriu al consumului și a modelului de consum de tip excesiv.



## Politici și strategii de intervenție la nivel european

**Strategia UE de reducere a efectelor consumului dăunător de alcool** are scopul de a ajuta guvernele și organismele implicate în combaterea efectelor nocive ale consumului de alcool să-și coordoneze acțiunile.

**Strategia Europeană OMS privind Sănătatea Copiilor și Adolescenților în Europa pentru anii 2014–2024**

**Programul XII de acțiuni al OMS pentru 2014–2019, cap. Sănătatea copiilor adolescenților**

### **Coordonarea la nivelul UE**

- *Comitetul pentru politicile și acțiunile naționale privind alcoolul (CNAPA)*
- *Comitetul privind colectarea de date, indicatori și definiții*
- *Forumul european privind sănătatea și consumul de alcool (EAHF)*

### **Promovare și sprijin**

- proiecte și alte inițiative care vizează problema efectelor nocive ale consumului de alcool
- Acțiunea comună pentru reducerea efectelor nocive ale alcoolului (JARARHA)





## Politici și strategii de intervenție la nivel național

**Strategia Națională de Sănătate 2014–2020 „Sănătate pentru prosperitate”**, care preia liniile directoare ale Strategiei Europene OMS privind Sănătatea Copiilor și Adolescenților în Europa pentru anii 2014–2024, precum și prevederile “Programului XII de acțiuni al OMS pentru 2014–2019”

**Programul național de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate.**

Subprogramul de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate

**Consiliul național pentru coordonarea politicilor și acțiunilor de reducere a consumului dăunător de alcool în România** coordonează politicile și acțiunile naționale de reducere a consumului dăunător de alcool, în acord cu prioritățile UE, ale OMS și cu situația pe plan național

**Strategia națională în domeniul politicii de tineret pentru perioada 2015–2020** ghidează politicile de tineret în direcția convergenței la nivel european

Parteneriate europene în cadrul unor proiecte de cercetare în vederea dezvoltării unor ghiduri de intervenție la nivel național și local