



## Jak pije polska młodzież i co z tego wynika?

Alkohol to „ulubiona” używka i najczęściej wybierana przez nieletnich substancja psychoaktywna. W jakim wieku młodzież sięga po alkohol? Jakie skutki ma picie w młodym wieku? Odpowiedzi na te pytania nie napawają optymizmem.



Opóźnianie wieku, w którym dziecko zaczyna pić alkohol, jest **czynnikiem chroniącym** przed ryzykownymi zachowaniami. Istnieje również inne czynniki wpływające na opóźnienie inicjacji alkoholowej i rzadsze sięganie po alkohol w późniejszym życiu. Są to:

- rodzicielskie modelowanie zachowań związanych z pićciem;
- komunikacja dotycząca alkoholu;
- dezaprobatę nastoletniego picia;
- wprowadzenie zasad dotyczących alkoholu;
- monitorowanie rodzicielskie;
- dobra jakość relacji rodzic-dziecko;
- brak konfliktów rodzinnych;
- wsparcie rodziców;
- zaangażowanie rodziców;
- komunikacja ogólna.

## Spożywanie alkoholu przez osoby poniżej 18. roku życia

**Inicjacja alkoholowa** w młodym wieku może zwiększyć prawdopodobieństwo wystąpienia negatywnych zaburzeń zdrowia fizycznego i psychicznego, problemów społecznych i uzależnienia od alkoholu. Kiedy nastolatki zaczynają pić, wielu staje się regularnymi konsumentami alkoholu. Wyniki badań sugerują, że opóźnianie inicjacji zmniejsza poziom konsumpcji w wieku dorosłym, zaś wczesne rozpoczęcie picia ryzykownego może prowadzić do późniejszego problemowego spożywania alkoholu.



### Efekty działania alkoholu na organizm:



### Wpływ alkoholu na młody organizm i konsekwencje picia

Picie alkoholu jest szczególnie niebezpieczne przed 15. rokiem życia – osoby, które zaczynają pić w tym wieku, aż cztery razy częściej uzależniają się od alkoholu w dorosłości niż osoby, które zaczęły pić w wieku 20 lat lub później. Ponadto picie alkoholu w młodym wieku osłabia pamięć, zaburza koncentrację i ogranicza umiejętności korzystania z mowy.

Zmiany mogą być trwałe, ponieważ mózg 15-latków nie jest do końca ukształtowanym organem. Ośrodkowy układ nerwowy wciąż dojrzewa. Co więcej, chodzi również o kształtowanie się osobowości. Picie alkoholu w młodym wieku pogarsza umiejętności poznawcze i upośledza funkcjonowanie społeczne.

Badacze podkreślają, że bezpośrednim efektem picia alkoholu przez młodzież jest również większe ryzyko uczestniczenia w wypadkach (także komunikacyjnych), doświadczenia urazów i zaburzeń psychicznych, stosowania przemocy, podejmowania zachowań przestępczych i ryzykownych zachowań seksualnych (w tym przypadku zachodzi również niebezpieczeństwo zarażenia się chorobami przenoszonymi drogą płciową lub nieplanowanej ciąży), sięgania po inne używki oraz problemy w szkole bądź pracy. Młode osoby pijące alkohol, które nie wiedzą, jak konkretne ilości alkoholu mogą wpływać na ich organizm, są też bardziej zagrożone przedawkowaniem alkoholu.

***PAMIĘTAJ !!!***

***Alkohol – to nie rozwiązanie.***

***Nie ma mocy sprawiania, że problemy znikną na zawsze.***



DEMOTYWATORY.PL

## Alkohol etylowy

Nawet najmniejsza jego ilość niszczy każdy układ i narząd ciała.  
Odstraszasz wyglądem, zapachem, zachowaniem.  
Katuszesz organizm, musząc później znosić ból głowy, wymiociny,  
dreszcze, ogólne rozbicie.

Po co? By chwilę być "fajnym"? Bez alkoholu nie umiesz?



DEMOTYWATORY.PL

Słowami niektórzy opisują swą  
wyjątkowość

Lecz czynami podkreślają swoją przeciętność

