

Opiniebijdrage
Marijs Geirnaert
directeur VAD

Hou kinderen alcoholvrij!

Alcoholgebruik is in onze samenleving volkomen geaccepteerd en een vast onderdeel van het sociale leven. Recepties, verjaardagsfeestjes, babyborrels, zijn ondenkbaar zonder toast met champagne, wijn of andere alcoholische dranken. Alcohol en feest horen samen. Maar ook bij vele dagdagelijkse gelegenheden heeft alcohol een vaste stek veroverd: alcohol als sociaal smeermiddel, om te ontspannen na een drukke dag, ...

De grote sociale aanvaarding van alcohol verlaagt ook de drempel voor het leeftijd waarop kinderen en jongeren alcohol beginnen te drinken: 63% van de Vlaamse kinderen en jongeren heeft voor de leeftijd van 12 jaar al alcohol gedronken! Terwijl onderzoek aantoonde dat hoe jonger iemand met drinken begint, hoe groter de kans dat hij ooit een alcoholprobleem ontwikkelt.

De redenen hiervoor liggen voor de hand: de hersenen van jongeren zijn nog volop in ontwikkeling en alcohol remt die ontwikkeling af. Dat kan een invloed hebben op het karakter en op het gedrag. Alcohol heeft een invloed op het beloningssysteem in de hersenen; dat is het gebied van de hersenen dat actief wordt als je iets prettigs ervaart. Jongeren die vroeg beginnen met drinken gaan minder op zoek naar andere en gezondere prettige prikkels wanneer ze al op jonge leeftijd de 'beloning' van alcohol hebben leren kennen. Alcohol verstoort ook het hormonale evenwicht dat van belang is bij de botontwikkeling en de seksuele ontwikkeling. Ook zijn kinderen en jongeren sneller én langer onder invloed dan volwassenen omdat ze kleiner zijn en minder wegen.

En toch merken we dat nogal wat opvoeders -ouders maar ook grootouders, tantes en nonkels, vrienden en kennissen- amper stilstaan bij de vraag of het wel OK is om kinderen alcohol te laten proeven. Alcohol is een sociaal aanvaard middel en in de sfeer van het moment lijkt het vaak onschuldig, soms zelfs plezant of grappig om een kind alcohol te laten proeven en drinken. Deze losse houding tegenover alcohol is verwonderlijk, zeker in een tijdperk waar het thema 'opvoeding' hoog scoort (cf. hoge verkoopcijfers voor opvoedingsboeken, succes Supernanny). De verklaring ligt wellicht in de perceptie van velen dat alcohol onschuldig is (de meeste mensen die matig alcohol drinken, ervaren geen negatieve gevolgen van hun drinken). Toch is het een potentieel 'gevaarlijk' product. En zeker voor kinderen.

De wetgeving is op dit vlak duidelijk: alcohol mag niet geschonken worden aan jongeren onder de 16 jaar; voor sterke drank ligt de grens zelfs op 18 jaar. Helaas is deze wetgeving onvoldoende gekend en ontbreekt de controle op de toepassing. Nochtans zijn er veel argumenten om deze leeftijdsgrens te respecteren, ook in de privésfeer.

Dat het niet steeds eenvoudig is voor opvoeders om deze grens te stellen is ook duidelijk. De gelegenheden waarop kinderen alcohol worden aangeboden zijn vaak deze waar volwassenen zelf drinken, waar de sfeer ontspannen is en grenzen minder streng worden getrokken. Als ouder ben je dan gemakkelijker geneigd je kind even te laten proeven, zeker als zoon of dochter nieuwsgierig is en er zelf om vraagt. Soms denken ouders dat je kinderen op deze manier verantwoord met alcohol leert omgaan.

Uiteraard wil geen enkele ouder dat zijn kind later afhankelijk wordt van alcohol. Om de aandacht van ouders en andere opvoeders te trekken op het uitstellen van de leeftijd waarop jongeren beginnen te drinken werd een filmpje ontwikkeld. Met een aantal ludieke maar ook confronterende 'kinderbloopers' willen we hen doen stilstaan bij het feit dat kinderen & alcohol niet samengaan. Het filmpje staat op YouTube en op de website van de Druglijn (http://www.druglijn.be/info_drugs/veelgevraagd/proeven.html), waar ouders ook informatie vinden over wat alcohol met kinderen doet en hoe je als ouder je kind kan leren om

verantwoord met alcohol om te gaan. Praten over alcohol én het eerste gebruik zolang mogelijk uitstellen is de boodschap.

Aandacht vragen voor kinderen en alcohol betekent niet dat we op dit ogenblik in Vlaanderen geconfronteerd worden met een alcoholproblematiek bij jongeren. Dit initiatief is bedoeld om te voorkómen dat alcoholproblemen zich op latere leeftijd manifesteren.

Nederland en Groot Brittannië worden momenteel geconfronteerd met vrij risicovolle drinkpatronen bij jongeren (het zogenaamde binge drinking), waarbij door jonge mensen in een korte tijdspanne zeer veel alcohol wordt gedronken met de bedoeling om dronken te worden (*we spreken van binge drinken als door vrouwen 5 en door mannen 6 glazen worden gedronken in een tijdsspanne van 2 uur*). In een recente bevraging van hogeschool- en universiteitsstudenten in Antwerpen blijkt dat één op de tien mannelijke studenten tekenen van problematisch alcoholgebruik vertonen, waarbij binge drinken een risicoverhogende factor vormt. Ook het mixen van alcohol met andere drugs is een riskant patroon dat de kop opsteekt. Onze uitdaging bestaat erin om te voorkomen dat deze trend zich in Vlaanderen zou doorzetten. Eén van de manieren om dit aan te pakken is te focussen op jongeren en de vanzelfsprekendheid waarmee alcohol aan jongeren wordt aangeboden, in vraag te stellen.