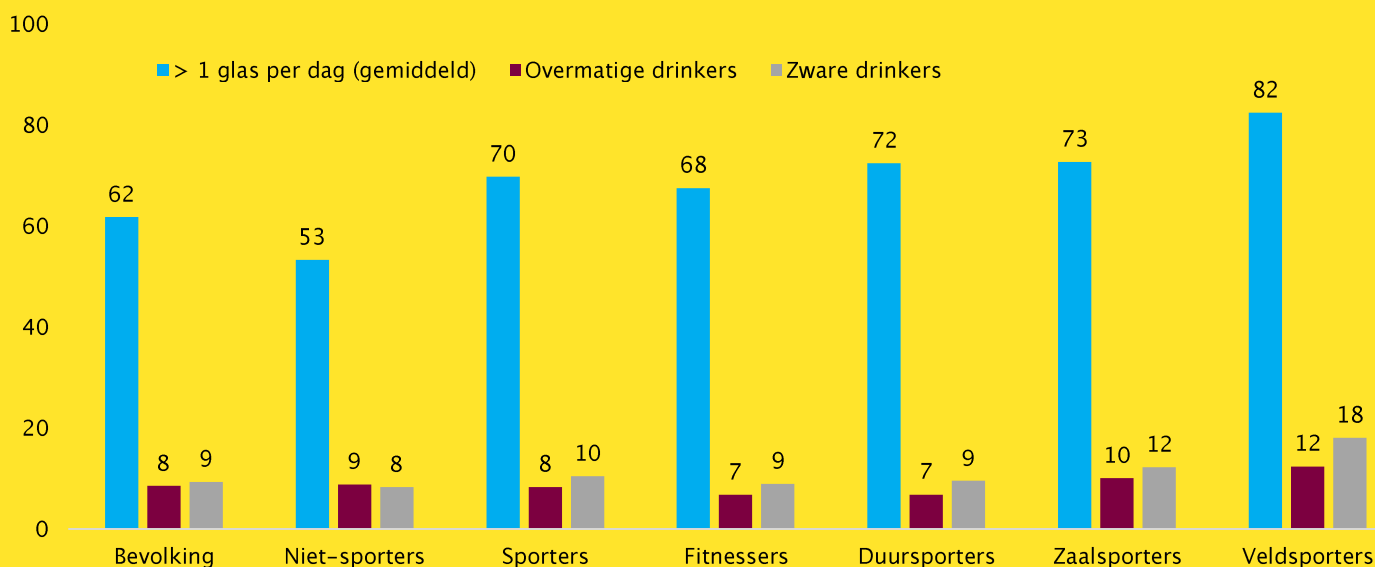


Figuur 1. Alcoholconsumptie naar type sport, bevolking 18 tot en met 79 jaar (in procenten)



Bron: Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor, CBS i.s.m. RIVM, 2018. Bewerking: Mulier Instituut.

Inleiding

In een eerder onderzoek stelden we vast dat (wekelijkse) sporters minder roken, gezonder eten, minder vaak overgewicht hebben en vaker voldoende bewegen (Van den Dool en Van der Breul, 2018). Het gebruik van alcohol bleek voor sporters het enige ongezonde leefstijlkenmerk, zij drinken relatief vaker alcohol. In dit factsheet bestuderen we het drinken van alcohol in combinatie met sport, in het bijzonder naar type sport en ervaren gezondheid.

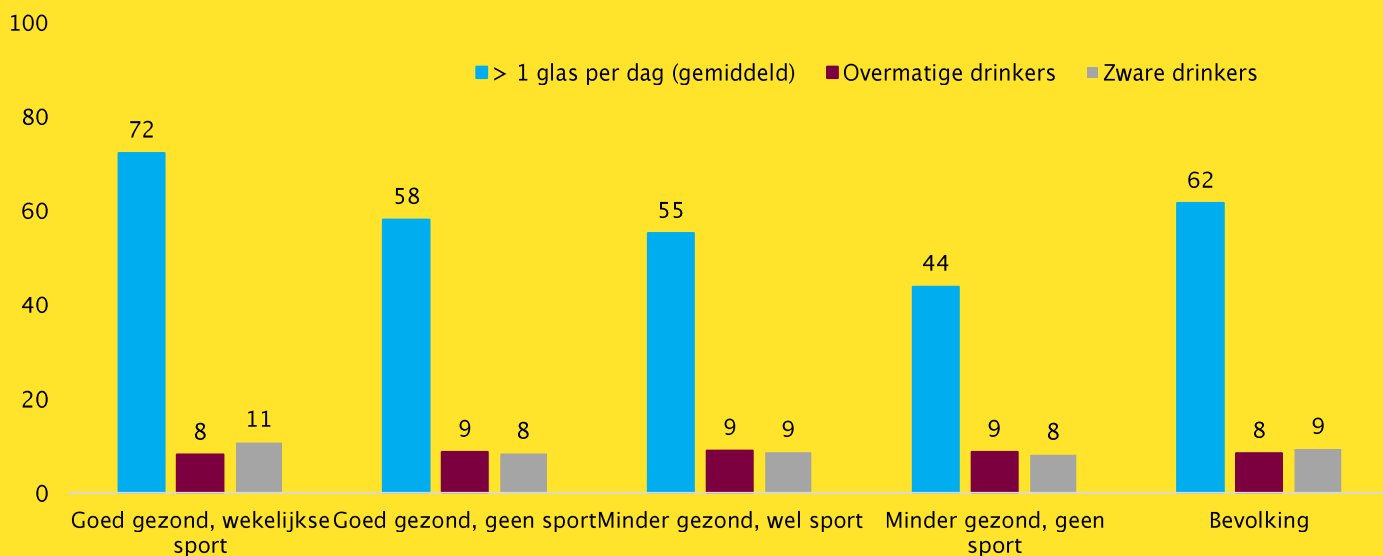
Voor dit factsheet maken we gebruik van de Gezondheidsenquête van het CBS. Sporters definiëren we als mensen die wekelijks sporten. Voor de definities van alcoholconsumptie maken we gebruik van de standaarden van het Trimbos Instituut. Zij onderscheiden mensen die wel of niet (gemiddeld) meer dan één glas alcohol per dag drinken, overmatige drinkers (veel glazen per week) en zware drinkers (veel glazen per keer). De gegevens in de figuren zijn in samenwerking met het Trimbos Instituut tot stand gekomen. Zie verder het [dossier Alcohol en sport van het Trimbos instituut](#).

Alcoholconsumptie naar type sport

Van de Nederlandse bevolking dronk in 2018 62 procent gemiddeld meer dan één glas alcohol per dag. Niet sporters drinken minder vaak alcohol (52% >1 glas per dag) dan sporters (70% >1 glas per dag). Overmatig of zwaar drinken komt evenveel voor bij sporters en niet-sporters. Naar type sport zien we dat fitnessers wat minder dan de 'gemiddelde' sporters drinken en duursporters en zaaIsporters wat meer. Van de veldsporters drinkt 82 procent meer dan één glas alcohol per dag. Daarnaast zien we dat veldsporters vaker zware en overmatige drinkers zijn. Onder veldsporten verstaan we sporten zoals voetbal en hockey, maar ook tennis.

Hoewel veldsporters doorgaans lid zijn van een sportclub met een eigen kantine, wil het niet zeggen dat zij vooral daar alcohol drinken. Het is mogelijk dat zij deel uitmaken van een cultuur waar het drinken van alcohol gewoon is. In het algemeen valt op dat sportkantines relatief afhankelijk zijn van alcoholverkoop (30% van de bezoekers koopt dit weleens, NSO, 2019). Daarnaast richtten reclames zich voorheen op de associatie van sport met alcohol en gezelligheid.

Figuur 2. Alcoholconsumptie naar sportdeelname en ervaren gezondheid, bevolking 18 tot en met 79 jaar (in procenten)



Bron: Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor, CBS i.s.m. RIVM, 2018. Bewerking: Mulier Instituut.

Alcohol, ervaren gezondheid en sportdeelname

Los van verschillen naar type sport, zien we dat mensen die zich gezonder voelen eerder dagelijks alcohol drinken (figuur 2, 72%). Dit aandeel staat tegenover de 44 procent drinkers onder niet-sporters met een minder goede ervaren gezondheid. Tussen deze groepen zitten gezonde niet-sporters (58%) en minder gezonde sporters (55%).

Deze uitkomst lijkt te wijzen op het idee dat mensen die gezondheid zijn wellicht een risico 'mogen' nemen gezien de relatief gunstige leefstijlen van sporters. Deze opvatting lijkt in de loop der tijd overigens minder een rol te spelen, aangezien de alcoholconsumptie zowel onder sporters als niet-sporters sinds 2001 terugloopt.

Conclusies

Sporters drinken vaker en meer alcohol dan niet-sporters. We stellen vast dat de beoefenaars van de onderscheiden typen sporten vaker alcohol drinken, in vergelijking met niet-sporters. De veldsporters springen er wat betreft het drinken van alcohol uit, beoefenaars van deze sporten drinken dagelijks meer dan een glas alcohol. We zien verder dat het drinken van alcohol samenhangt met de ervaren gezondheid. Hoe minder gezond iemand zich voelt, hoe minder alcohol hij of zij gebruikt.

Referenties

Dool, R. van den & Breul, W. van der (2018). *Sportdeelname & leefstijl* (factsheet 2018/7). Utrecht: Mulier Instituut.

NSO, Nationaal sportonderzoek 2019, Utrecht Mulier Instituut.