

Veel misverstanden over werking van alcohol

Nederland drinkt meer thuis dan buitenshuis en vooral voor gezelligheid

Amsterdam, 7 december – Nederlanders blijken onvoldoende op de hoogte van de feiten rondom alcohol. Zo denkt de helft van de ondervraagden dat er in een standaardglas whisky meer alcohol zit dan in een glas wijn, bier of jenever en weet méér dan de helft niet dat één glas jenever evenveel alcohol bevat als één glas bier of wijn. Ook zijn zeven van de tien Nederlanders ervan overtuigd dat rode wijn beter is voor de gezondheid dan witte wijn. Dit en meer blijkt uit onderzoek* van het initiatief Drinkwijzer.info. Vlak voor de sociaal drukke decembermaand, waarin meer gedronken wordt dan in andere maanden, lanceert Drinkwijzer een app die mensen bewuster moet maken van hun drinkgedrag om zo te komen tot verantwoord alcoholgebruik. Dit is de eerste drank-app in Nederland die inzicht geeft in het drinkgedrag en mensen op speelse wijze in aanraking brengt met feiten en fictie omtrent alcohol.

Het standaardglas biedt duidelijkheid

Over de werking van alcohol bestaan nogal wat misverstanden. Van de Nederlanders van 25 jaar en ouder drinkt 84% wel eens een alcoholhoudend drankje. Ruim driekwart van de Nederlanders is ten onrechte van mening dat iedere dag een glas wijn drinken gezonder is dan een glas whisky. Sterker nog, bijna de helft denkt dat sterke drank schadelijker is voor de gezondheid dan bier en wijn. 37% denkt dat in twee glazen wijn evenveel alcohol zit als in één likeurtje.

Elke dranksoort kent een gebruikelijke hoeveelheid, ook wel standaardglas genoemd. Hoe hoger het alcoholpercentage, hoe kleiner het glas. Sterke drank wordt daarom in een kleinere hoeveelheid geschonken dan bier of wijn. Het maakt niet uit of je dus whisky, wijn of bier drinkt; je krijgt dezelfde hoeveelheid alcohol binnen per glas. Weinig mensen zijn op de hoogte van het feit dat deze gebruikelijke hoeveelheden nagenoeg evenveel alcohol bevatten. Geconfronteerd met de verschillende standaardglazen weet 62% van de Nederlanders niet dat een standaardglas wijn, bier, whisky of jenever dezelfde hoeveelheid alcohol bevat. Sterker nog, het misverstand bestaat dat de meeste gedistilleerde dranken meer alcohol bevatten per glas dan een biertje of wijntje, terwijl vaak het omgekeerde waar is.

Alcoholbewustheid in Nederland moet omhoog

De vele mispercepties tonen aan dat de kennis van drank in Nederland omhoog moet. Kennis van alcohol is van groot belang om verantwoord alcohol te drinken. Daarbij maakt het niet uit of je bier, gedistilleerd of wijn drinkt. Geadviseerd wordt om als man niet meer dan drie glazen te drinken en als vrouw niet meer dan twee. En soms wordt geadviseerd om helemaal niet te drinken, bijvoorbeeld tijdens de zwangerschap of in het verkeer.

Uit het onderzoek blijkt dat mensen thuis meer drinken dan buitenshuis. Via de Drinkwijzer-app, te downloaden via www.drinkwijzer.info, komt men op speelse wijze in aanraking met het eigen (thuis)drinkgedrag. Zo kan via de app onder andere een eigen drinkdagboek bijgehouden worden waarin je precies kunt zien hoeveel je exact drinkt. Hiermee kunnen de gebruikelijke hoeveelheden van de verschillende alcoholische dranken vergeleken worden en kan bekeken worden of iemand al aan de maximale dagnorm zit. Ook voorziet de app in informatie over het aantal calorieën, promillages en algemene drankinfo, zoals het verschil tussen oude en jonge jenever, de bestanddelen van whisky, de gisting van bier, de betekenis van de methode champenoise of het rijpingsproces van cognac.

Nuchtere Zeeuwen, bourgondische Limburgers en vrouwen aan de bubbels

Nederlanders zijn vooral thuisdrinkers: thuis wordt meer gedronken dan buitenshuis. 39% drinkt in huiselijke sfeer vijf of meer dan vijf glazen per week. Vooral vanwege de feestdagen blijkt de maand december een topmaand. De meest voorkomende momenten waarop men een drankje neemt, zijn het weekend (53%) en als er iemand komt eten of als er iets gevierd wordt (49%). Hoewel een drankje drinken voor veel mensen samenhangt met gezelligheid en gezelschap, ziet twee derde alleen drinken niet als zielig. Van de Zeeuwen is zelfs 58% het helemaal niet eens met de stelling dat in je eentje drinken zielig is, tegen 34% van de rest van de Nederlanders.

Naast de gezelligheid neemt men vooral thuis een drankje omdat het lekker is (59%), omdat het ontspant (30%) of omdat er iets te vieren valt (27%). Limburgers zeggen vaker dan de rest van Nederland dat ze geen vast moment hebben, maar drinken wanneer ze daar zin in hebben (25% vs. 16%). Voor mannen en 50-plussers is het vaker “een gewoonte om op bepaalde momenten een glas te drinken”.

Verschil tussen mannen en vrouwen

Mannen drinken vaker wel eens bier (88% vs. 50%), vrouwen vaker witte wijn (81% vs. 73%) en bubbels (62% vs. 49%). Mannen drinken vaker wel eens alcohol als zij alleen thuis zijn (58%) ten opzichte van vrouwen (42%). Daarnaast letten vrouwen vaker wel eens op het aantal calorieën dat in een glas zit (37% vs. (23%) de mannen.

** Bron: Representatief en onafhankelijk onderzoek in opdracht van Drinkwijzer, een initiatief van de Vereniging van Nederlandse Importeurs en Producenten van Gedistilleerde Dranken met medewerking van Stichting Verantwoord Alcoholgebruik (STIVA) uitgevoerd, uitgevoerd door Panel Wizard in november 2011; 1071 respondenten.*

– Einde persbericht –

Voor meer informatie (niet voor publicatie):

De Vereniging van Importeurs en Producenten van Gedistilleerde Dranken

Directeur Joep Stassen

T: 06-21287509

E: stassen@pdcg.nl