



UNDERSØGELSE

Børn og unges drikkevaner /2024

Den nationale undersøgelse **Børn og Unges Drikkevaner 2024**

FAKTAARK

Børn og unges drikkevaner 2024

Faktaark

1. udgave, december 2024

Forfatter: Lene Winther Ringgaard og Nina Rica Wium Geiker

Data er indsamlet af Epinion i efteråret 2024 for Center for Sundt Liv og Trivsel

Copyright: Center for Sundt Liv og Trivsel

Forsideillustration: Colorbox/ Kit Halding

Faktaarket findes i elektronisk form på adressen: www.sundtlivogtrivsel.dk

Kildeangivelse ved brug af tekst og grafer: 'Børn og unges drikkevaner 2024, Center for Sundt Liv og Trivsel. Data indsamlet af Epinion'

Center for Sundt Liv og Trivsel

Islands Brygge 41

2300 København S

info@cslt.dk

www.sundtlivogtrivsel.dk

Resume

Tre ud af fire børn og unge drikker under én liter vand om dagen. Samtidig drikker tre ud af fire flere søde drikke end anbefalet, og fire ud af ti er storforbrugere af søde drikke, idet de drikker over to liter søde drikke om ugen. Forbruget er stigende med alderen og ses særligt blandt unge på erhvervsuddannelser, FGU og 10. klasses centre.

Cirka halvdelen af de 16-20-årige har drukket energidrikke den seneste måned, hvilket gælder for cirka en fjerdedel af de 13-15-årige. Cirka hver tredje af de 16-20-årige har drukket minimum 350 ml energidrikke om ugen.

Tre ud af fire skoler har vandposter, hvilket kun gælder for halvdelen af fritidsarealer, hvor børn og unge færdes, fx haller. Omkring en fjerdedel fylder deres drikkedunk ude på toiletterne, når de er i børnehave, skole, SFO eller til fritidsaktiviteter. Knap en femtedel vurderer, at der er problemer med vandposterne i deres børnehave eller på deres skole, fx at vandet ikke er koldt eller, at der ofte er kø ved vandposten.

Metode¹

Spørgeskemaundersøgelsen er gennemført af Epinion. Spørgerammen er udarbejdet af Center for Sundt Liv og Trivsel (CSLT) med input fra Epinion.

Faktaarket viser udvalgte resultater fra undersøgelsen og er inddelt i fire overordnede afsnit:

- Vand
- Søde drikke
- Energidrikke
- Vandposter

Resultaterne er for aldersgruppen 3-20-årige, medmindre andet er nævnt. Drikkevanerne er målt ved at spørge ind til, hvor meget og hvad der er drukket inden for den sidste måned.

Dataindsamling

Dataindsamlingen er gennemført i oktober 2024 via Epinions samarbejdspanel, Norstat. Besvarelsene er indsamlet via et web-baseret spørgeskema. I det endelige datagrundlag er der 3002 fulde besvarelser.

For besvarelser fra eller på vegne af børn i alderen 3-14 år er der rettet henvendelse til forældre til børnene. Unge 15-17-årige er rekrutteret ved henvendelse til barnet/ den unge eller til dennes forældre. Unge 18-20-årige er rekrutteret ved direkte henvendelse til den unge.

Populationsafgrænsning og etablering af datagrundlag

Populationen for undersøgelsen er 3-20-årige børn og unge i Danmark. Datagrundlaget er repræsentativt med hensyn til alder, region og forældres uddannelsesniveau. Dertil er der i indsamlingen af besvarelser søgt så mange med anden herkomst end dansk som muligt.

Repræsentativitet

I tabel 1 afdækkes repræsentativiteten af datagrundlaget. Dette gøres ved at sammenholde svar- og populationsfordelinger. Afdækningen mellem disse vises i procentpoint.

Repræsentativiteten undersøges i forhold til parametre alder, region og forældres uddannelsesniveau. Populationsdata er udtrukket fra Danmarks Statistisk.

¹ Hovedparten af metodeafsnittet er fra 'Metodenotat vedrørende spørgeskemaundersøgelse om børn og unges drikkevaner'; Epinion, november 2024

TABEL 1

Repræsentativitet opgjort på alder, region, socioøkonomi

		Population		Datagrundlag		Forskel
		Antal	Andel	Antal	Andel	Andel
Alder	3-9-årige	438763	37%	1062	35%	-2%
	10-14-årige	316803	27%	855	28%	2%
	15-20-årige	422216	36%	1085	36%	0%
Region	Region Hovedstaden	370006	31%	925	31%	-1%
	Region Sjælland	168305	14%	451	15%	1%
	Region Syddanmark	247255	21%	634	21%	0%
	Region Midtjylland	278026	24%	665	22%	-1%
	Region Nordjylland	114190	10%	327	11%	1%
Forældres højst gennemførte uddannelsesniveau*	Grundskole	499273	17%	228	8%	-9%
	Gymnasiale uddannelser	156339	5%	283	10%	5%
	Erhvervsfaglige uddannelser	1010342	34%	907,5	32%	-2%
	Korte videregående uddannelser	181902	6%	208,5	7%	1%
	Mellemlange videregående uddannelser og bacheloruddannelser	623734	21%	547	19%	-2%
	Lang videregående uddannelse eller Ph.d.	463176	16%	654	23%	7%

Note*: Der er stillet spørgsmål til begge forældres højst gennemførte uddannelsesniveau. Tallene baserer sig derfor på et gennemsnit for forældres uddannelsesniveau. I målingen af repræsentativitet på forældres uddannelsesniveau, er der kun taget udgangspunkt i de respondenter, hvor forældres uddannelsesniveau er oplyst. Det har også været muligt at svare "Andet", "Ved ikke" eller "Ikke relevant". Disse indgår ikke i tabellen og derfor summerer totalen ikke til 3002.

Databehandling og vægtning

Efter dataindsamlingen er data rensset for besvarelser, der er gennemført med en urealistisk hastighed, der sandsynliggør, at respondenterne ikke har taget meningsfuldt stilling til spørgsmålene. Data er herefter vejret, så det afspejler populationen med hensyn til alder, region og forældres højst gennemførte uddannelsesniveau. Kun 5 pct. af respondenter har en vægt i datasættet, der er højere end 2, hvilket vurderes at være en meget lille andel og dermed acceptabel.

Forældres højeste uddannelse

I spørgeskemaet henvendt til forældre er den besvarende forælder blevet bedt om at angive eget højst gennemførte uddannelsesniveau samt barnets anden forælders højst gennemførte uddannelsesniveau. Børn og unge, der selv har besvaret spørgeskemaet er blevet bedt om at angive deres mors og fars højst gennemførte uddannelsesniveau. Variablen 'forælders højeste uddannelse' er genereret ved at give respondenterne værdien fra den forælder, der har det højst gennemførte uddannelsesniveau. Er der ikke oplysninger på den ene forælders uddannelsesniveau, er den anden forælders værdi blevet tildelt. Variablen er inddelt i følgende fem kategorier 1) Grundskole 2) Gymnasial og erhvervsuddannelse 3) Kort og mellemlang videregående uddannelse 4) Lang videregående uddannelse. Respondenter, der har svaret "Ved ikke", "Andet" eller "Ikke relevant" ved begge forældre er kodet som missing.

VAND

De officielle anbefalinger er, at alle slukker tørsten i vand.

- Cirka tre ud af fire drikker under én liter vand om dagen, og hver tiende drikker ikke vand hver dag (diagram ikke vist)
- Andelene, som ikke drikker vand hver dag, er stigende med alderen. Blandt de 3-5-årige er der 5 %, som ikke drikker vand hver dag, hvilket gælder for cirka 15 % blandt de 13-20-årige (diagram 1A)
- I Region Nordjylland og Region Sjælland er der 14 %, som ikke drikker vand hver dag i løbet af ugen, hvilket kun gælder for 8 % i Region Midtjylland (diagram 1B)
- Andelene, der ikke drikker vand hver dag, er stigende med lavere uddannelse blandt forældrene (diagram 1C)
- Blandt eleverne på enten 10. klassecenter, FGU eller erhvervsuddannelse er der cirka 30 %, som ikke drikker vand hver dag, hvilket gælder for 13 % af eleverne på en gymnasial uddannelse (diagram 1D).

Diagram 1A. Andel, der ikke drikker vand hver dag i løbet af ugen fordelt på alder (n=2893)

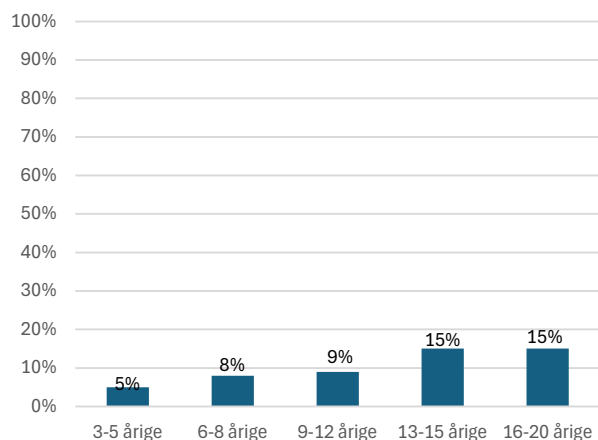


Diagram 1B. Andel der ikke drikker vand hver dag i løbet af ugen fordelt på region (n=2893)

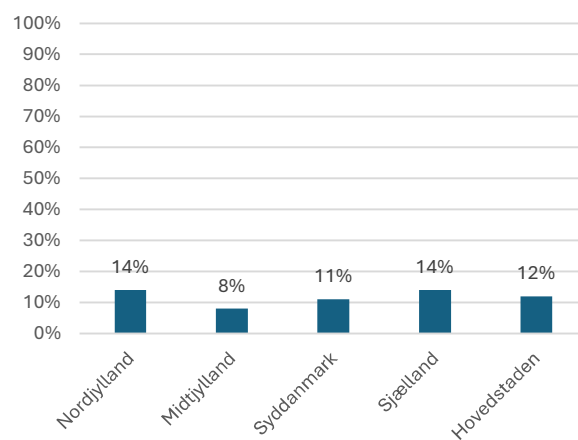


Diagram 1C. Andel, der ikke drikker vand hver dag i løbet af ugen, fordelt på forældres højeste uddannelse (n=2849)

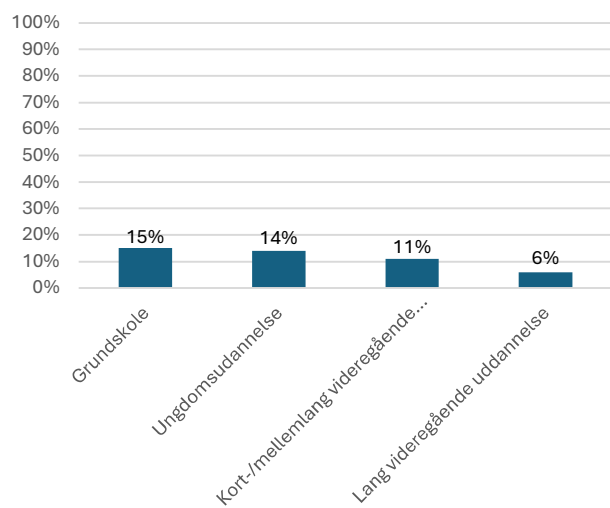
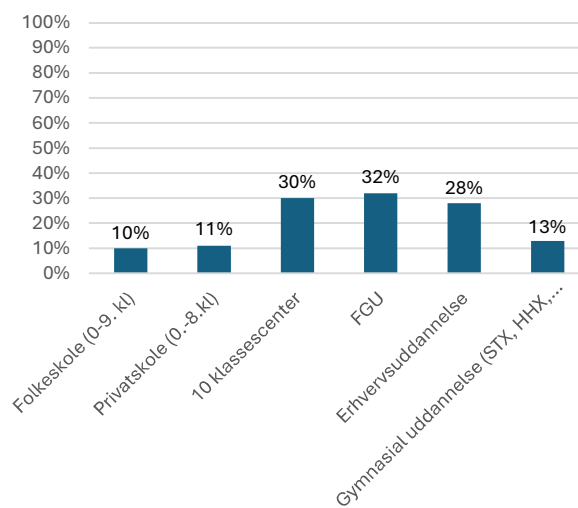


Diagram 1D. Andel, der ikke vand hver dag i løbet af ugen, fordelt på egen skoletype (n=2107)



SØDE DRIKKE

I det følgende defineres dem, som drikker over 2000 ml søde drikke per uge, som storforbrugere. **Storforbrugere** drikker over 4 gange det anbefalede indtag af søde drikke

De officielle anbefalinger for søde drikke*

- Børn under 4 år: Ingen søde drikke
- Børn 4-6 år: Højest 250 ml om ugen
- Børn 7-9 år: Højest 330 ml ugen
- Større børn og voksne: Højest 500 ml om ugen

*Søde drikke dækker over sodavand, saftvand, iste samt energidrikke, og de omfatter både drikke, som er sødet med sukker og drikke, som er kunstigt sødet (light-drikke)

- Cirka 3 ud af 4 drikker mere end anbefalingerne for søde drikke. Andelen er stigende med alderen (diagram 2A)
- I alt 4 ud af 10 er storforbrugere og drikker over 2000 ml søde drikke per uge (diagram ikke vist)
- Andelene, som er storforbrugere af søde drikke, er stigende med alderen fra 22 % blandt de 3-5-årige til 54 % blandt de 16-20-årige (diagram 2B)
- Andelene af storforbrugere er højest i Region Nordjylland (48 %) og lavest i Region Hovedstaden (33 %) (diagram 2C)
- Andelen af storforbrugere er stigende med lavere urbaniseringsgrad, hvor andelen er 33 % i bykommuner og 46 % i yderkommuner (diagram ikke vist)
- Andelen af storforbrugere er stigende med lavere uddannelse blandt forældrene fra 27 % blandt dem med forældre, som har en lang videregående uddannelse til 48 % blandt dem med forældre, hvor grundskolen er den længste uddannelse (diagram 2D)
- Cirka 7 ud af 10 er storforbrugere blandt eleverne på enten 10. klassecenter, FGU eller erhvervsuddannelse. Blandt eleverne på en gymnasial uddannelse er det cirka halvdelen, som er storforbrugere (diagram 2E)
- Blandt dem, der lever op til anbefalingerne for søde drikke, er der 94 % som drikker vand hver dag, mens det gælder for 87 % blandt dem, der ikke lever op til anbefalingerne (diagram ikke vist).

Diagram 2A. Andel, der drikker mere end anbefalingerne for søde drikke, opdelt på alder (n=2996)

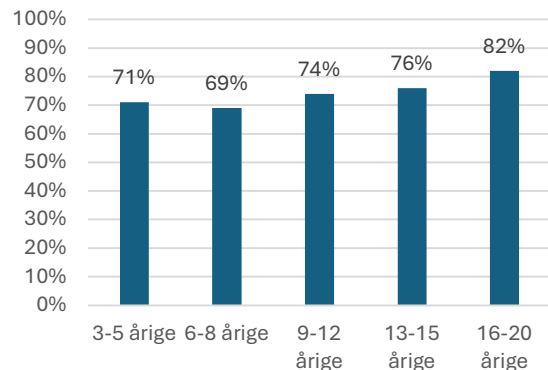


Diagram 2B. Andel, der drikker over 2000 ml søde drikke/uge (storforbruger) opdelt på alder (n=2996)

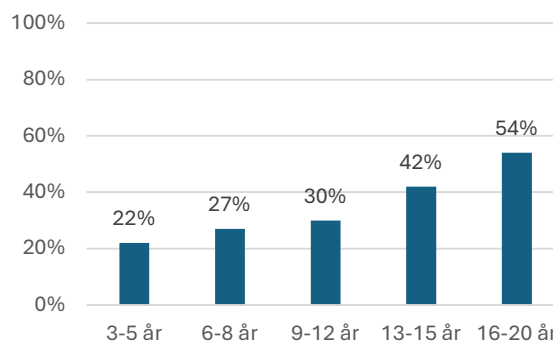


Diagram 2C. Andel, der drikker over 2000 ml søde drikke/uge (storforbruger) opdelt på region (n=2996)

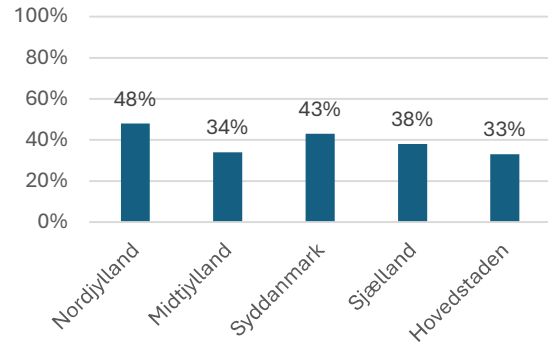
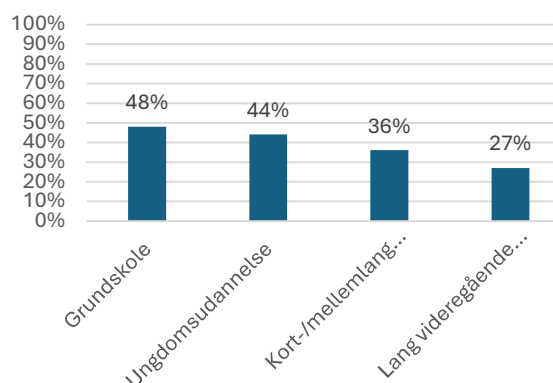
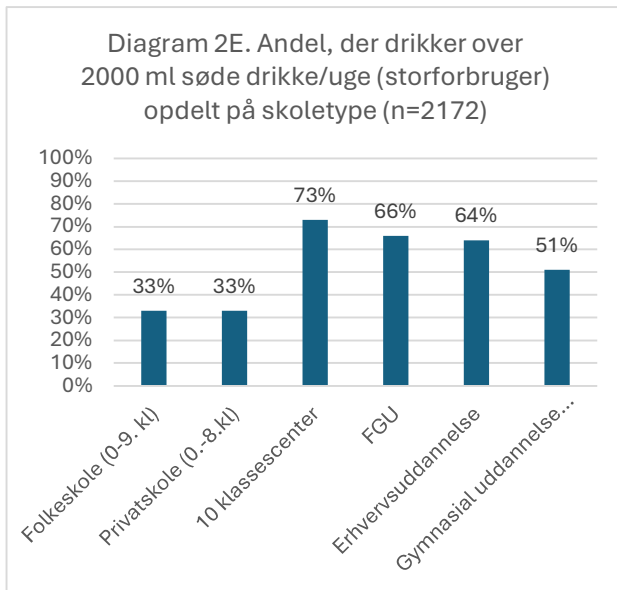


Diagram 2D. Andel, der drikker over 2000 ml søde drikke/uge opdelt på forældres uddannelse (n=2939)

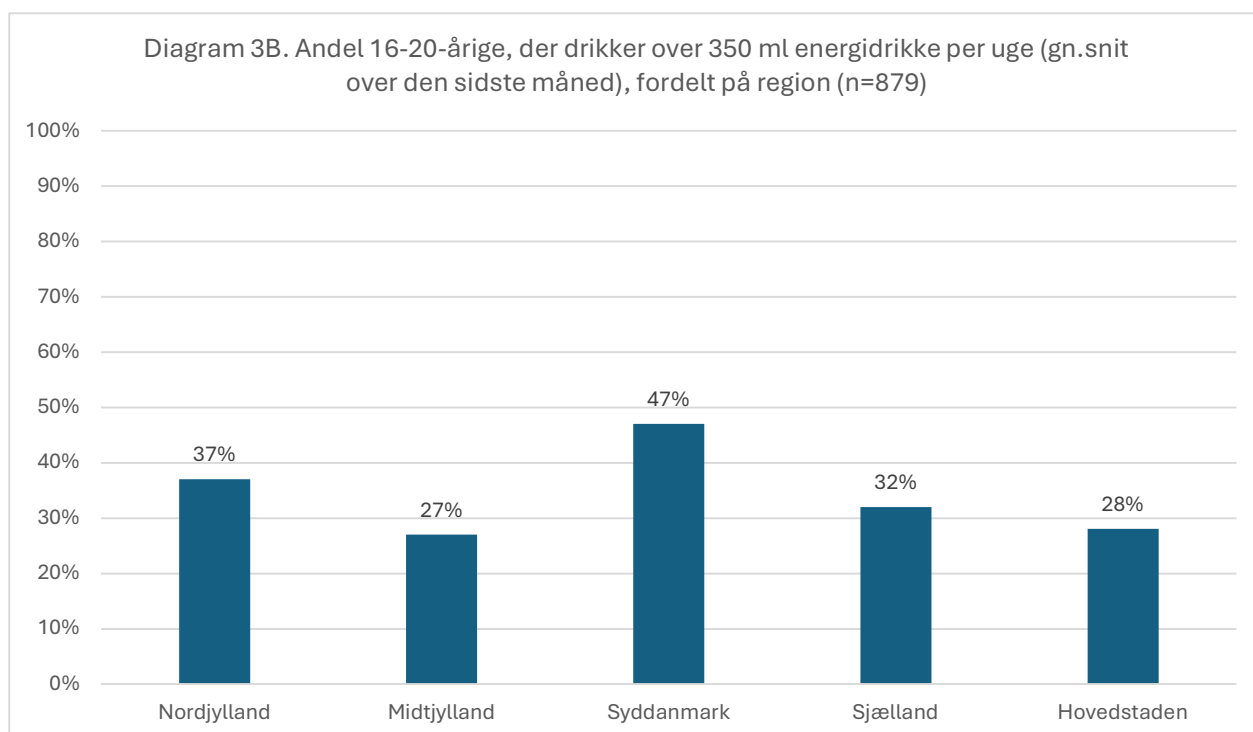
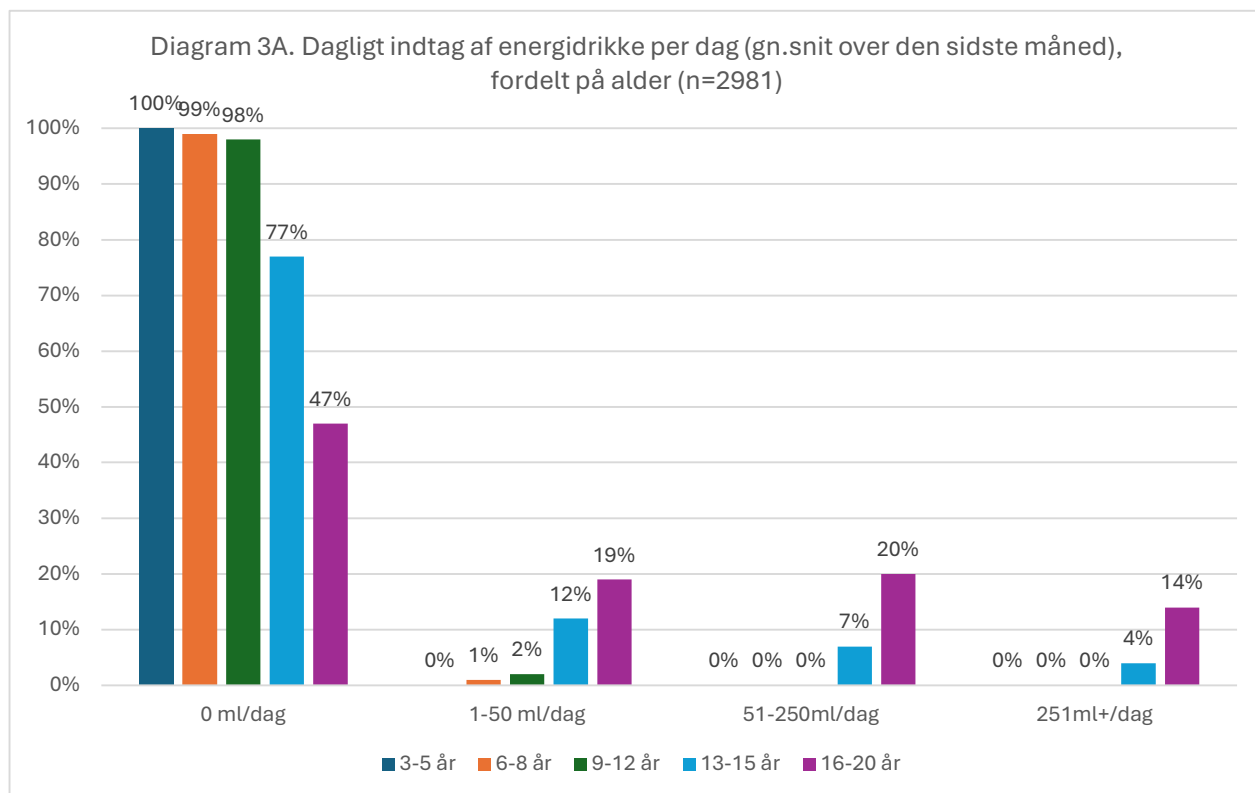


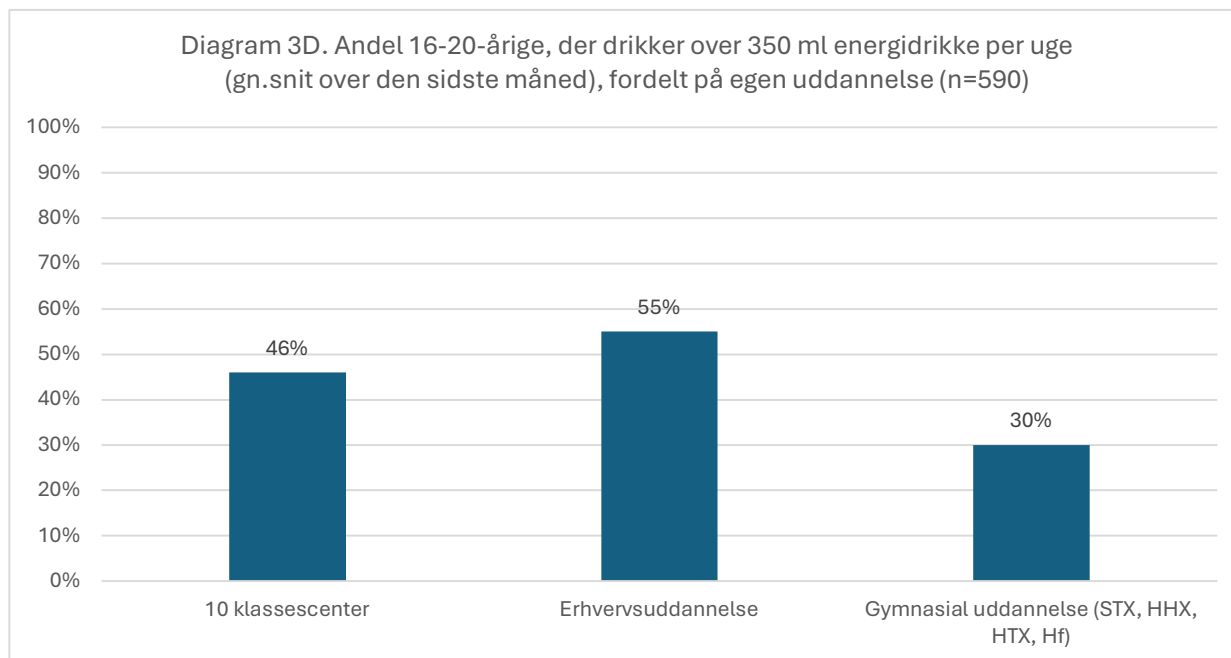
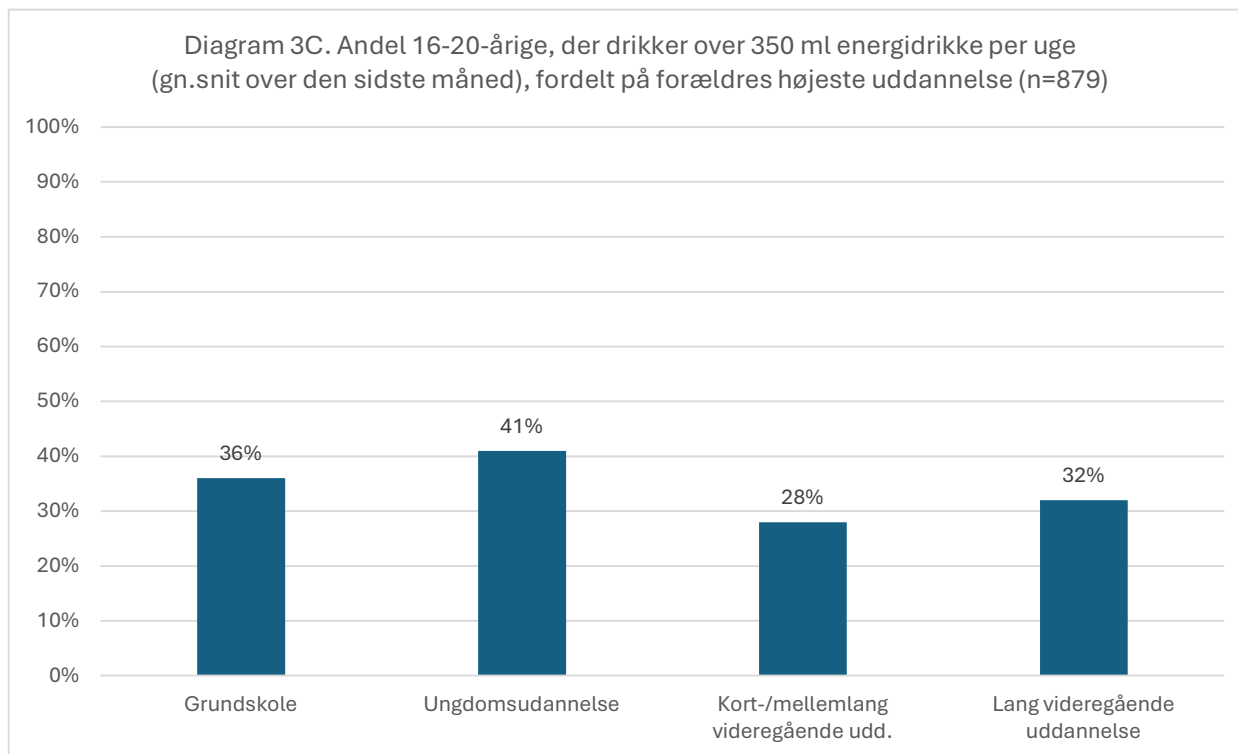


ENERGIDRIKKE

Der findes ingen lov om, hvor gammel man skal være for at købe energidrikke, men Fødevarestyrelsen fraråder, at børn drikker energidrikke.

- I alt 8 ud af 10 blandt de 3-20-årige har ikke drukket energidrikke den seneste måned (diagram 3A)
- Cirka halvdelen af de 16-20-årige har drukket energidrikke den seneste måned, og det samme gælder for cirka en fjerdedel af de 13-15-årige (diagram 3A)
- Blandt de 16-20-årige er der 34 %, som drikker over 350 ml energidrikke per uge (diagram 3A)
- Andelene, som drikker over 350 ml energidrikke per uge, er højest i Region Syddjylland (47 %) og lavest i Region Midtjylland (27 %) blandt de 16-20-årige (diagram 3B)
- Andelene, som drikker over 350 ml energidrikke per uge, er højest blandt de 16-20-årige, hvor forældrenes længste uddannelse er en ungdomsuddannelse (41 %), og lavest blandt dem, hvor forældrenes længste uddannelse er kort eller mellemlang (28 %) (diagram 3C)
- Blandt eleverne på erhvervsuddannelse, er der 55 %, som drikker over 350 ml energidrikke per uge, hvilket gælder for 30 % af eleverne på en gymnasial uddannelse (diagram 3D).





VANDPOSTER

I undersøgelsen er vandposter defineret som haner, hvor du kan fylde din drikkedunk eller få vand i et glas/krus. Vandposter kan enten være almindelige vandhaner eller særlige vandstationer med koldt vand, og de kan enten være udenfor eller indenfor. Med vandposter mener vi IKKE vandhaner ude på toiletter eller håndvaske, hvor det er svært at få drikkedunken ind under.

- Respondenterne i undersøgelsen har svaret, at der er vandposter på 76 % af deres skoler, 51 % af fritidsarenaerne og 11 % af legepladserne (diagram 4A)
- I Region Nordjylland er der vandposter på 87 % af skolerne, mens det gælder for 70 % af skolerne i Region Hovedstaden (diagram 4B)
- Der er en højere andel af ungdomsuddannelserne, som har vandposter set i forhold til grundskolerne (diagram 4C)
- Der er en højere andel af eleverne på ungdomsuddannelserne sammenlignet med elever i grundskolen, som benytter vandposterne på deres skole (diagram 4D)
- Omkring en fjerdedel tager vand ude på toiletterne, når de er i børnehave, skole, SFO eller til fritidsaktiviteter (diagram 4E)
- Knap en femtedel vurderer, at der er problemer med vandposterne i deres børnehave eller på deres skole (vandet er ikke koldt/ der er ofte kø ved vandposten/ skal gå langt hen til vandposten/ drikkedunken er svært at få ind under hanen) (diagram ikke vist)
- I alt 69 % ville ønske, der var vandposter med koldt vand, der hvor de går til fritidsaktiviteter (diagram ikke vist)
- Der kan ikke ud fra denne undersøgelse konkluderes, at der er en sammenhæng mellem indtag af vand og/eller søde drikke, og hvorvidt der er vandposter på en skole (diagram ikke vist).

