

Έρευνα ESPAD 2024 — Μια γενιά σε κρίσιμη καμπή. Αναγκαία περισσότερο από ποτέ η επιστημονικά τεκμηριωμένη πρόληψη

Δημοσιοποιήθηκε η πλήρης [Ευρωπαϊκή Έκθεση](#) με τα ευρήματα από την **πανευρωπαϊκή σχολική έρευνα ESPAD για το αλκοόλ, τον καπνό, τις παράνομες ουσίες και άλλες εξαρτητικές συμπεριφορές**. Η αντίστοιχη εκτεταμένη [Έκθεση από το ελληνικό σκέλος](#) της θα δημοσιοποιηθεί αύριο, Τετάρτη 22 Οκτωβρίου.

Η πανευρωπαϊκή έρευνα ESPAD

Η ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) αποτελεί τη μεγαλύτερη διακρατική έρευνα διεθνώς για τη χρήση ουσιών, το αλκοόλ, τον καπνό και άλλες εξαρτητικές συμπεριφορές και συμπεριφορές υψηλού κινδύνου στους εφήβους. Συλλέγει συγκρίσιμα δεδομένα για μαθητές/ριες ηλικίας 15–16 ετών. Η έρευνα υλοποιείται ανά τετραετία σε περισσότερες από 35 χώρες της Ευρώπης, σε συνεργασία με τον Οργανισμό της Ευρωπαϊκής Ένωσης για Ναρκωτικά (EUDA). Η πιο πρόσφατη συλλογή δεδομένων πραγματοποιήθηκε το **2024**, με τη συμμετοχή **113.882** μαθητών.

Η Ευρωπαϊκή Έκθεση—Κύρια ευρήματα για την Ευρώπη

Τον περασμένο Μάιο δημοσιεύθηκαν συνοπτικά τα κύρια ευρήματα, ενώ σήμερα, Τρίτη 21 Οκτωβρίου, δημοσιοποιήθηκε η πλήρης Έκθεση, η οποία περιλαμβάνει αναλυτικά τα ευρήματα και πλούσιο υποστηρικτικό υλικό. **Η Ευρωπαϊκή Έκθεση ESPAD είναι διαθέσιμη [εδώ](#).**

Σε ευρωπαϊκό επίπεδο συνεχίστηκε η τάση μείωσης στην κατανάλωση αλκοόλ, το κάπνισμα και τη χρήση κάνναβης στους εφήβους. Ωστόσο, αναδύονται νέες συμπεριφορές που προκαλούν ανησυχία. Στην Ευρωπαϊκή Έκθεση παρουσιάζονται ανησυχητικές τάσεις, ιδίως όσον αφορά την αύξηση της χρήσης ηλεκτρονικών/νारे τσιγάρων, τη μη ιατρική χρήση ψυχοδραστικών φαρμάκων και την απότομη άνοδο της ενασχόλησης με τα τυχερά παιχνίδια/στοιχηματισμό, όπως και της υπερβολικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και των διαδικτυακών παιχνιδιών (gaming). Οι τάσεις αυτές είναι εντονότερες στα κορίτσια, με το χάσμα μεταξύ αγοριών και κοριτσιών στη χρήση ουσιών να μειώνεται ή και να ανατρέπεται.

Όπως αναφέρεται στην Έκθεση: «Παρότι η συνεχιζόμενη μείωση της χρήσης των παραδοσιακών ουσιών είναι ένα καλό σημάδι, είναι σαφές ότι δεν αντιστοιχεί απαραίτητα σε μείωση του κινδύνου. Πράγματι, η συνύπαρξη της χρήσης ψυχοδραστικών ουσιών με συμπεριφορές υψηλού κινδύνου στον ψηφιακό κόσμο συνιστά μια νέα και σύνθετη πρόκληση για τη δημόσια υγεία».

Η έρευνα ESPAD υλοποιήθηκε το 2024 σε 37 ευρωπαϊκές χώρες, συμπεριλαμβανομένων 25 κρατών-μελών της ΕΕ (1), με την συνεργασία του EUDA και τον συντονισμό του Ιταλικού Εθνικού Συμβουλίου για την Έρευνα (CNR). Πρόκειται για τον όγδοο κύκλο συλλογής δεδομένων από το 1995 και τον πρώτο μετά την πανδημία COVID-19. Συνολικά στον τελευταίο αυτό κύκλο συμμετείχαν 113.882 μαθητές ηλικίας 15–16 ετών, απαντώντας σε

ανώνυμο ερωτηματολόγιο. Η φετινή έκδοση σηματοδοτεί 30 χρόνια συστηματικής παρακολούθησης συμπεριφορών υψηλού κινδύνου των εφήβων στην Ευρώπη.

Η Έκθεση συνοδεύεται από πρόσθετο υλικό:

- ☐ Το σύνολο των δεδομένων στο οποίο βασίζεται η Έκθεση διατίθεται διαδικτυακά (www.espad.org). Όλοι οι πίνακες μπορούν να μεταφορτωθούν σε μορφή Excel για περαιτέρω ανάλυση.
- ☐ Τη Σύνοψη των ευρημάτων που δημοσιεύτηκε τον Μάιο 2025 και είναι διαθέσιμη σε 25 γλώσσες [εδώ](#).
- ☐ Μέσω της [βάσης δεδομένων ESPAD](#) παρέχεται πρόσβαση σε δεδομένα 30 ετών της έρευνας ESPAD για τη χρήση ουσιών και άλλες εξαρτητικές συμπεριφορές, επιτρέποντας σε ερευνητές/ριες, χαράσσοντες/ουσες πολιτική, επαγγελματίες και κάθε ενδιαφερόμενο/η να μελετήσουν τάσεις και να πραγματοποιήσουν διακρατικές συγκρίσεις.

Η ESPAD στην Ελλάδα–Η Έκθεση με τα ευρήματα από το ελληνικό σκέλος της έρευνας

Τον περασμένο Μάιο δημοσιεύθηκε η [Σύνοψη](#) με τα κύρια ευρήματα για την Ελλάδα, ενώ αύριο, Τετάρτη 22 Οκτωβρίου, θα δημοσιοποιηθεί εκτενής Έκθεση, η οποία θα περιλαμβάνει αναλυτικά τα ευρήματα για την χώρα και για τις 13 Περιφέρειες. **Η Έκθεση από το ελληνικό σκέλος της έρευνας θα είναι διαθέσιμη [εδώ](#)**, ενώ περισσότερες πληροφορίες και υλικό από τις προηγούμενες έρευνες ESPAD στην Ελλάδα στην ιστοσελίδα του [ΕΠΙΨΥ](#).

Η «Πανελλήνια έρευνα για τη χρήση ουσιών, άλλες εξαρτητικές συμπεριφορές και την ψυχοκοινωνική υγεία των έφηβων-μαθητών» υλοποιείται από το **ΕΠΙΨΥ** στο πλαίσιο των ερευνητικών δραστηριοτήτων του **Εθνικού Κέντρου Τεκμηρίωσης και Πληροφόρησης για τα Ναρκωτικά, το αλκοόλ και άλλες εξαρτητικές συμπεριφορές (ΕΚΤΕΠΝ)**. Η έρευνα ξεκίνησε το 1984 από την Ψυχιατρική Κλινική του ΕΚΠΑ και από το 1993 συνεχίζεται σταθερά από το ΕΠΙΨΥ, επιτρέποντας τη διαχρονική παρακολούθηση της εξέλιξης των συμπεριφορών υψηλού κινδύνου στη χώρα μας για εδώ και μία 40ετία.

Η έρευνα του **2024** υλοποιήθηκε σε **πανελλήνιο αντιπροσωπευτικό δείγμα 6.810 μαθητών από 488 σχολικές μονάδες** με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας.

Σύμφωνα με τα νεότερα δεδομένα,

οι 16χρονοι στην Ελλάδα υπερβαίνουν τον ευρωπαϊκό μέσο όρο σχεδόν σε όλους τους δείκτες καπνίσματος: το 54% έχει καπνίσει παραδοσιακό ή/και ηλεκτρονικό/ναρε τσιγάρο (48% ο Μ.Ο.) και σε υψηλότερο ποσοστό αναφέρει «εύκολη» πρόσβαση στα προϊόντα αυτά, ενώ από το 2019 καταγράφεται εντονότερη άνοδος στο κάπνισμα ηλεκτρονικού τσιγάρου/vaping και στον πειραματισμό σε πολύ μικρή ηλικία (≤ 13 ετών). Σε ό,τι αφορά το αλκοόλ, η πρόσβαση σε αυτό θεωρείται από τους 16χρονους στην Ελλάδα από τις ευκολότερες στην Ευρώπη. Και παρότι ο επιπολασμός της κατανάλωσης βρίσκεται στο χαμηλότερο σημείο της 25ετίας, οι 16χρονοι στην Ελλάδα αναφέρουν σε υψηλότερα ποσοστά κατανάλωση ≥ 1 φορά σε όλη τη ζωή και κατά τον τελευταίο μήνα, καθώς και υπερβολική κατανάλωση (≥ 5 ποτά στη σειρά σε μία περίσταση) και μέθη—με τις τελευταίες δύο συμπεριφορές μάλιστα να εμφανίζουν στη χώρα μας σημαντική αύξηση την τελευταία 5ετία. Στις παράνομες/άλλες ουσίες -αντίθετα με ότι ίσχυε τις προηγούμενες δεκαετίες- τα

ποσοστά στην Ελλάδα είναι πλέον γενικά παρόμοια ή και οριακά υψηλότερα από τον ευρωπαϊκό μέσο όρο. Υψηλότερη στη χώρα μας είναι η χρήση εισπνεόμενων ουσιών (π.χ., κόλλα, βενζίνη) και ισχυρών οπιοειδών παυσίπονων χωρίς τη συνταγή γιατρού, ενώ υψηλότερο είναι και το ποσοστό των εφήβων που θεωρούν ότι τους είναι «εύκολο» να βρουν κάνναβη, κοκαΐνη ή ηρεμιστικά/υπνωτικά χωρίς συνταγή γιατρού σε περίπτωση που το ήθελαν (σε αντίθεση με την πτωτική τάση που παρατηρείται σε πολλές χώρες μετά το 2011). Η Ελλάδα, τέλος, κατέχει από τις υψηλότερες θέσεις πανευρωπαϊκά στην ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια/στοιχηματισμό, συμπεριλαμβανομένης της υπερβολικής ενασχόλησης (11% έναντι 6%).

Νέες προκλήσεις για τους χαράσσοντες πολιτική και τους επαγγελματίες—Τρεις στρατηγικές προτεραιότητες

- **Διάχυση επιστημονικά τεκμηριωμένης πρόληψης** — Απαιτούνται ευρύτερες, βασισμένες σε επιστημονικά δεδομένα επιλογές στον τομέα της πρόληψης που να καλύπτουν όλο το φάσμα των συμπεριφορών υψηλού κινδύνου των νέων. Το Ευρωπαϊκό Εγχειρίδιο για την Πρόληψη (EUPC)—μαζί με το αντίστοιχο πρόγραμμα κατάρτισης στο οποίο έχουν συμμετάσχει εκτενώς επαγγελματίες πρόληψης στην Ευρώπη και την χώρα μας—αποτελεί σημαντικό εργαλείο, μαζί με την βάση Xchange του EUDA με αξιολογημένα προγράμματα πρόληψης.
- **Διαμόρφωση του ψηφιακού περιβάλλοντος** — Απαιτείται άμεση δράση για την ανάπτυξη στρατηγικών που περιορίζουν την πρώιμη έκθεση των νέων σε ψηφιακούς κινδύνους. Αυτό περιλαμβάνει την αντιμετώπιση πιθανών βλαβών από τα διαδικτυακά παιχνίδια (π.χ. εθιστικός σχεδιασμός των παιχνιδιών) και τον περιορισμό της πρόσβασης ανηλίκων στα τυχερά παιχνίδια/στοιχηματισμό διαδικτυακά (π.χ. ταυτοποίηση ψηφιακής ταυτότητας και επαλήθευση ηλικίας).
- **Προτεραιότητα στην ψυχική υγεία και την ευημερία** — Τα πρόσφατα δεδομένα απαιτούν έμφαση στην ψυχική υγεία και γενικότερα στην ευημερία των νέων στο σχολείο και την κοινότητα. Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται να δοθεί στα κορίτσια, δεδομένων των ιδιαίτερων αναγκών που αναδεικνύονται στην ευρωπαϊκή Έκθεση.

Επιπλέον, υπογραμμίζεται η ανάγκη για καλύτερη κατανόηση και ανταπόκριση στις σύνθετες και δυναμικές αλλαγές που διαμορφώνουν τη ζωή των νέων μέσω διεπιστημονικών, ευέλικτων στρατηγικών και παρεμβάσεων. «Μόνο μέσα από μια τέτοια συστημική οπτική μπορεί ο κίνδυνος να μετασχηματιστεί σε ανθεκτικότητα και να δημιουργηθούν περιβάλλοντα που προωθούν την ανάπτυξη υγιέστερων νέων».

Η συνεχής και συλλογική προσπάθεια παρακολούθησης μέσα από την έρευνα ESPAD διαδραματίζει καίριο ρόλο στην εμβάθυνση της κατανόησης των συμπεριφορών υψηλού κινδύνου στην εφηβεία και στην παροχή αξιόπιστων, συγκρίσιμων δεδομένων διαχρονικά και μεταξύ χωρών, για την τεκμηρίωση της χάραξης πολιτικής. Η Ευρωπαϊκή Έκθεση ESPAD 2024 [Ευρωπαϊκή Έκθεση ESPAD 2024](#) και η [Έκθεση του ελληνικού σκέλους της](#), που δημοσιεύονται σήμερα, προσφέρουν πολύτιμα δεδομένα προκειμένου να αξιοποιηθούν και να υποστηρίξουν το έργο των χαράσσόντων πολιτική και των επαγγελματιών στον τομέα της πρόληψης.