

Kom op tegen
Kanker
Onderzoek alcoholgebruik

September 2026

INDI
ville

Opzet van de studie

De hoofddoelstelling van dit onderzoek was na te gaan hoe de Vlaming omgaat met alcohol. De studie is een opvolgmeting van de meting in 2022.

Daarom werd tussen 6 mei en 21 mei 2026 een kwantitatief onderzoek uitgevoerd bij een representatief staal van de Vlaamse bevolking 18+ (N=2292 - geslacht, leeftijd, opleidingsniveau en provincie). De respondenten werden online bevraagd op basis van het Bpact panel.

De steekproef werd via een RIM-weging herwogen op leeftijd x geslacht, provincie en opleidingsniveau. 97,1% heeft een maximaal gewicht van 1,94; de hoogste weegfactor bedraagt 2,47.



2292
respondenten

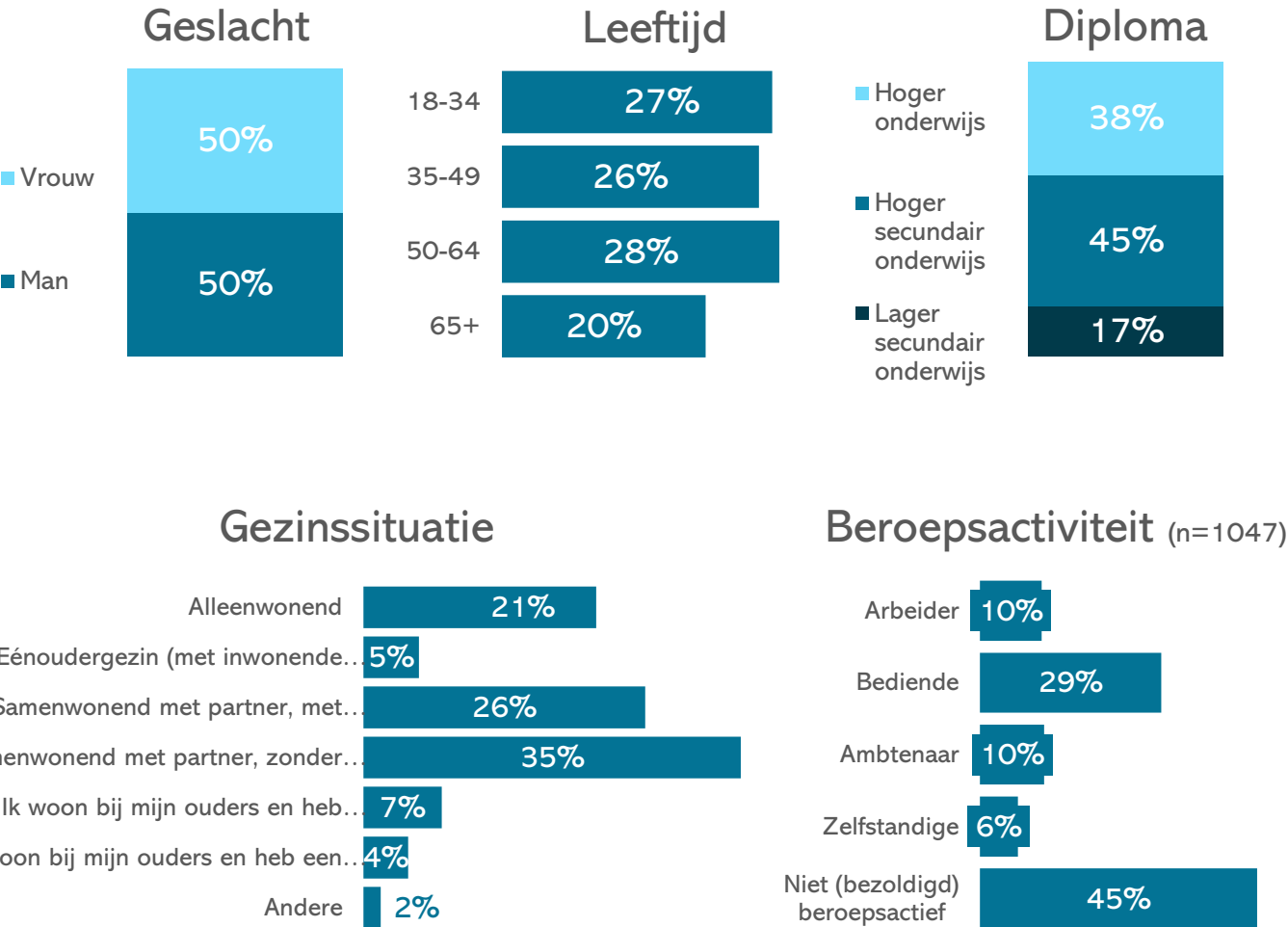
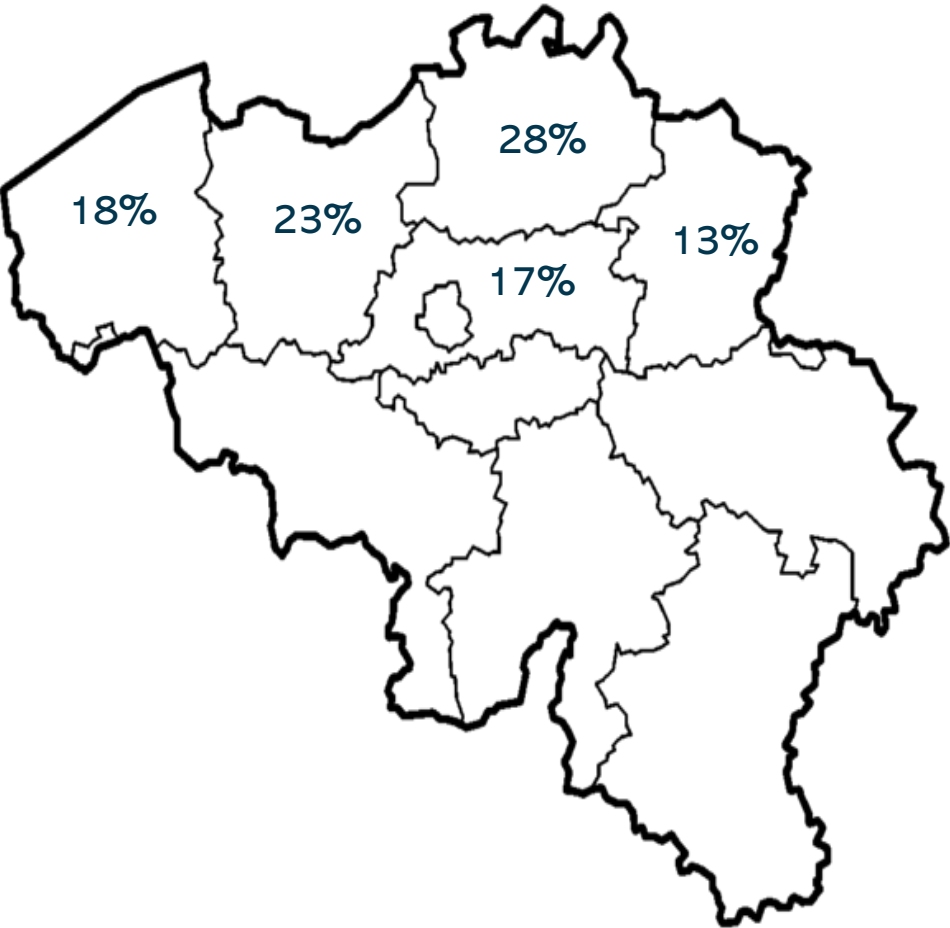


online
9'30"



Maximale fout
Totaal: +- 2,05%

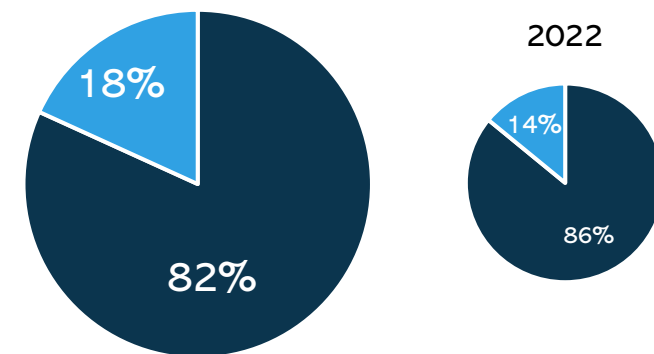
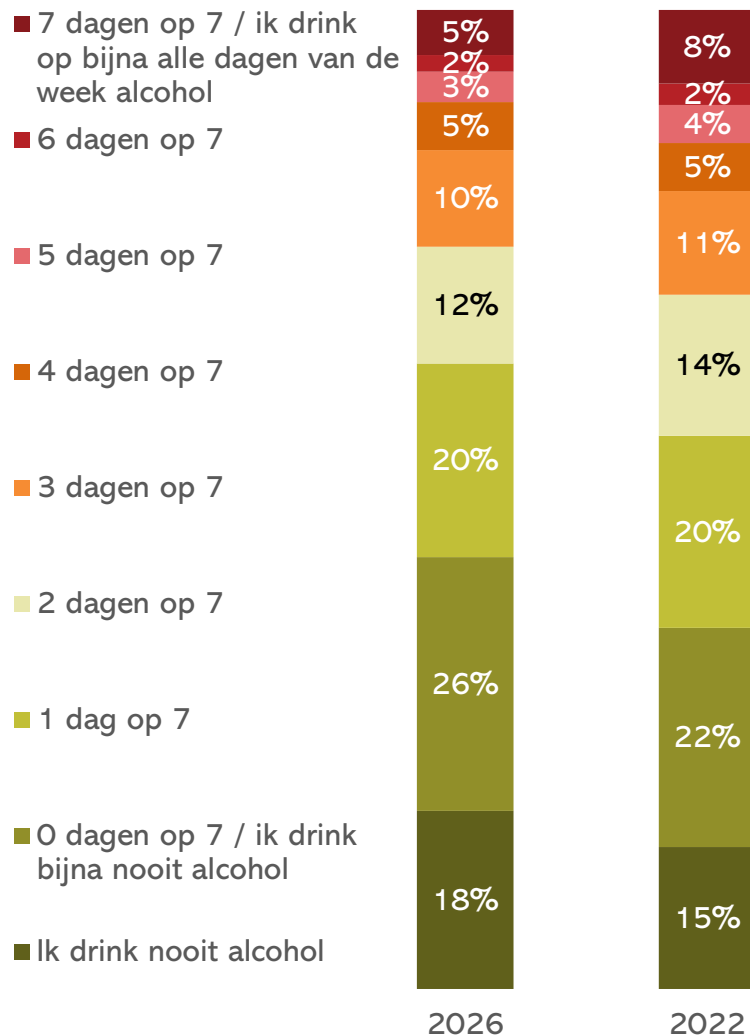
Steekproefbeschrijving



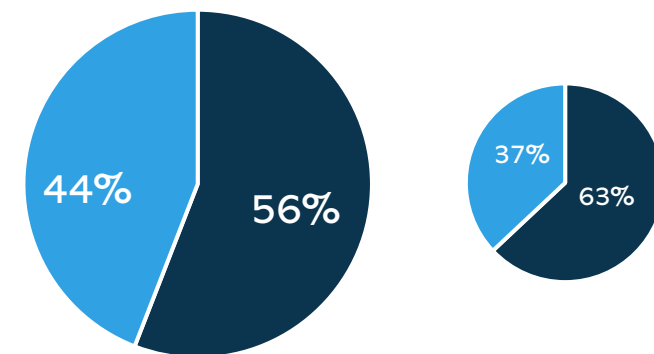
Frequentie alcohol drinken

Hoeveel dagen per week drinkt u tijdens een gemiddelde week alcohol (bier, wijn, cava, gin-tonic ...)?

Denk bij een gemiddelde week aan een week waarin geen speciale gebeurtenissen (zoals uw verjaardag, een feest, vakantie, een week waarin u bewust geen alcohol drinkt...) plaatsvinden.



■ Drinkt alcohol
■ Drinkt nooit alcohol



■ Drinkt alcohol
■ Drinkt weinig tot nooit alcohol

Minder en minder frequent alcoholgebruik.

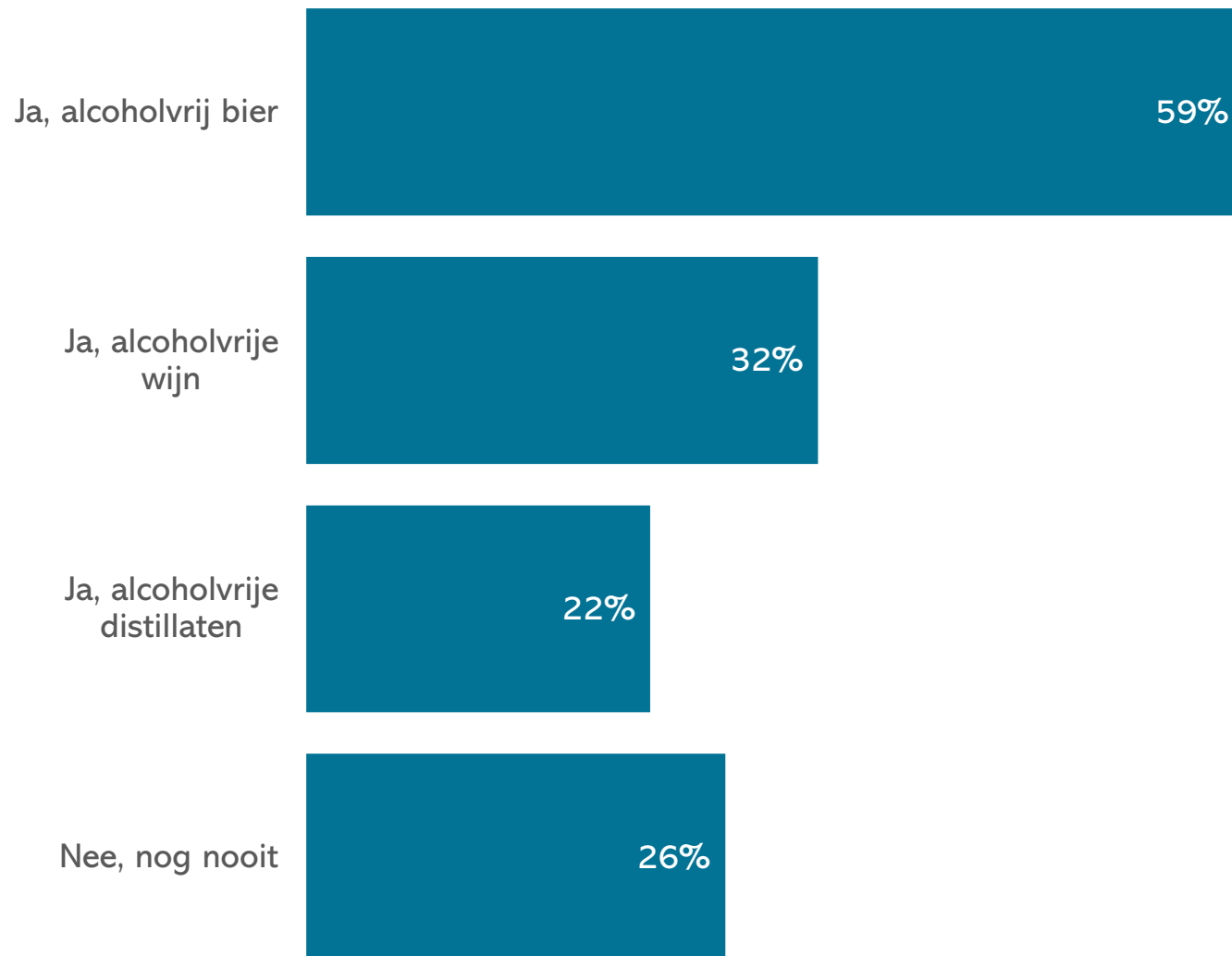
18% van de Vlamingen drinkt nooit alcohol, 82% doet dat wel.

Bovenop de 18% die nooit alcohol drinkt, geeft nog eens 26% aan bijna nooit alcohol te drinken. Dat maakt dat 44% weinig tot geen alcohol drinkt. Daarmee ligt het percentage Vlamingen dat zegt niet of weinig alcohol te drinken 7% hoger dan in 2022.

Ook de frequentie van alcoholgebruik daalt licht tegenover 2022.

Consumptie alcoholvrije dranken

Dronk je ooit al eens een alcoholvrij bier, alcoholvrije wijn of alcoholvrije distillaten (bijv. alcoholvrije gin ...)? Alcoholvrij bier is bier met een alcoholpercentage van 0,0% tot 0,5 % alcohol. Alcoholvrije wijn is wijn met een alcoholpercentage van 0,0% alcohol tot 1,2% alcohol

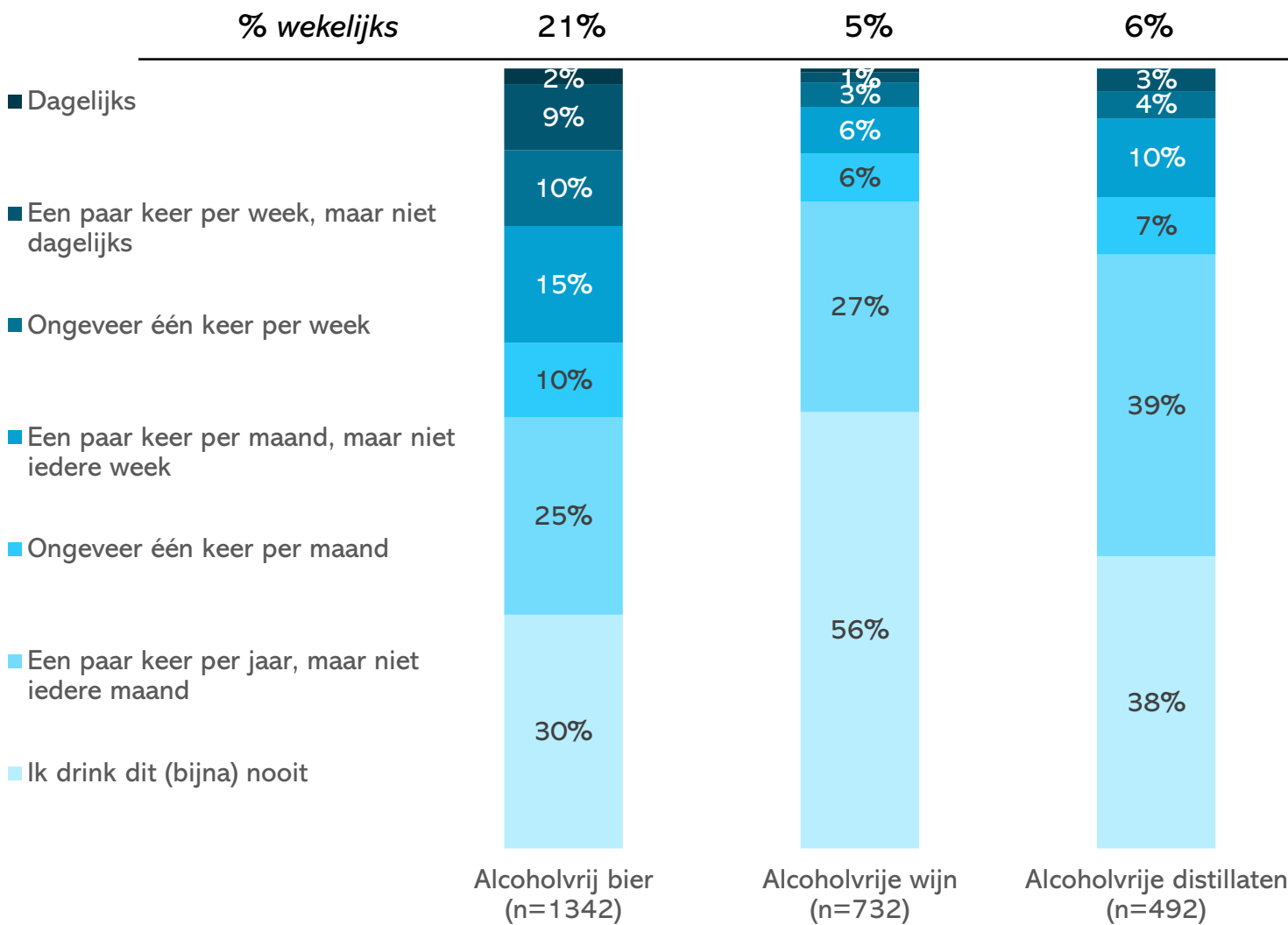


Een kwart van de Vlamingen dronk nog nooit alcoholvrij bier, alcoholvrije wijn of alcoholvrije distillaten.

Alcoholvrij bier is het meest ingeburgerd.

Frequentie drinken alcoholvrije dranken

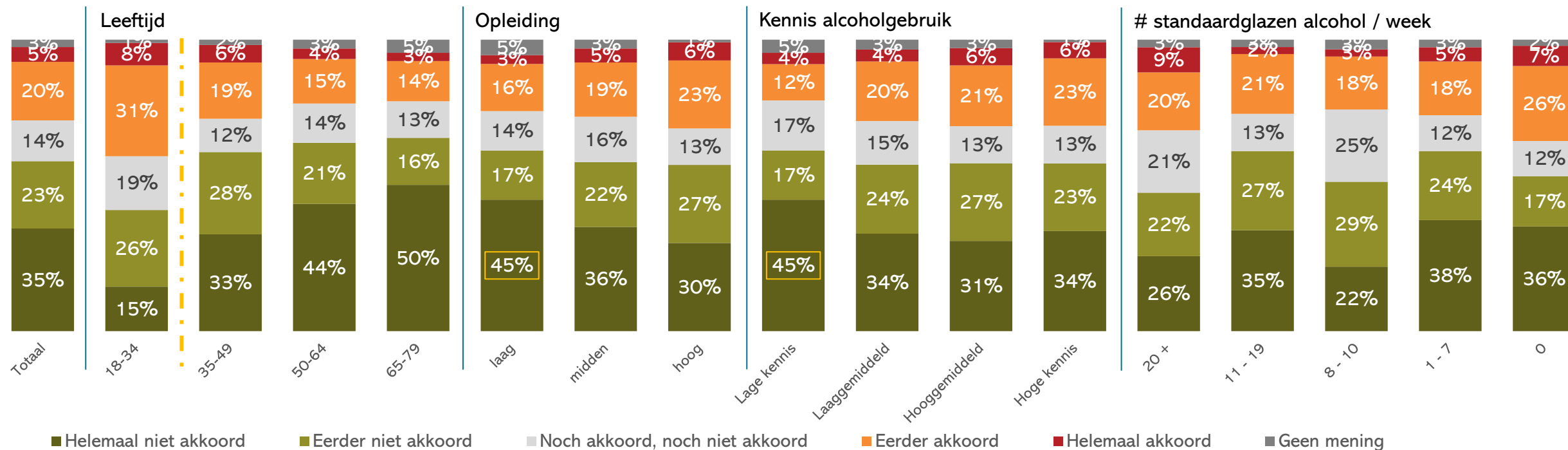
Hoe vaak drinkt u alcoholvrij bier, alcoholvrije wijn of alcoholvrije distillaten?



Alcoholvrij is niet alleen al meer ingeburgerd, maar wordt ook het meest frequent gedronken van de alcoholvrije dranken; 21% van wie wel eens alcoholvrije dranken drinkt, drinkt minstens wekelijks alcoholvrij bier; voor wijn en distillaten ligt dit met respectievelijk 5% en 6% beduidend lager.

Verantwoorden om geen alcohol te drinken 2026

In welke mate ga je akkoord of niet akkoord met de volgende uitspraak: 'Ik heb het gevoel dat ik me moet verantwoorden als ik geen alcohol wil drinken'?

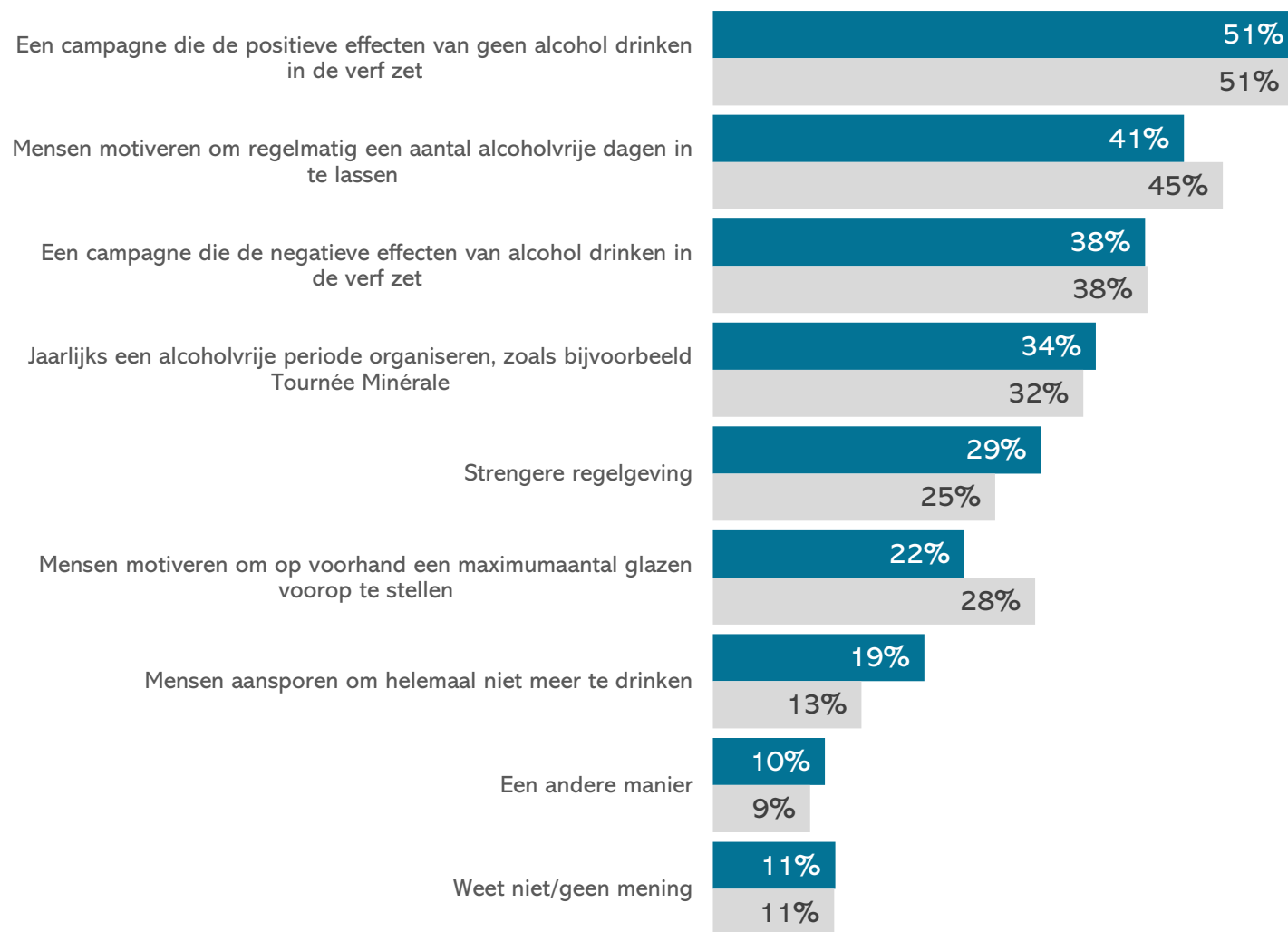


Nagenoeg zes op de tien (58%; 2022: 52%) Vlamingen heeft niet (erg) het gevoel dat men zich moet verantwoorden wanneer men geen alcohol wil drinken. Een kwart van de Vlamingen (25%; 2022: 31%) geeft aan die druk wel te ervaren. Deze percentages zijn respectievelijk licht hoger en lager dan in 2022.

18-49-jarigen hebben meer dan de oudere leeftijdsgroepen het gevoel zich te moeten verantwoorden. Dit geldt ook voor de hoogst opgeleiden.

Mensen bewuster doen omgaan met alcohol

Wat zijn volgens jou goede manieren om mensen bewuster te doen omgaan met alcohol?



Net als bij de maatregelen om het eigen alcoholgebruik te controleren/beperken, zijn ook de antwoorden op de vraag wat goede manieren zijn om mensen bewuster te doen omgaan met alcohol erg divers.

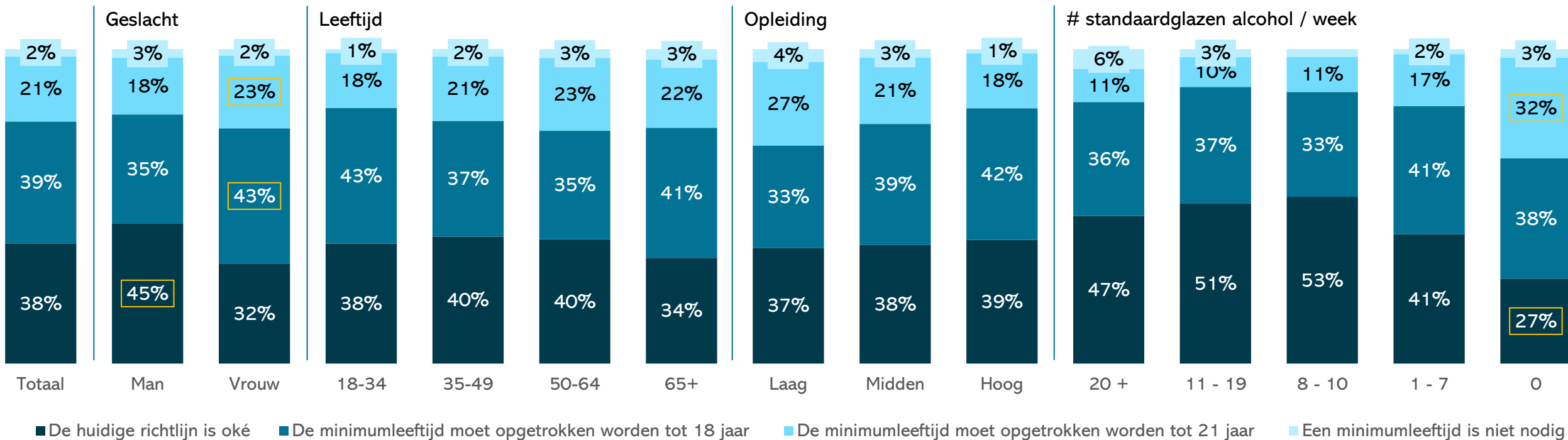
Positieve campagnes (positieve effecten van niet drinken) worden hoger ingeschat dan negatieve campagnes die inspelen op fear appeal en de negatieve effecten van wel drinken benadrukken.

Drie op de tien respondenten kijkt ook naar de overheid en strengere regelgeving om mensen te verplichten bewuster om te gaan met alcohol.

De resultaten liggen sterk in lijn met 2022, met een lichte verschuiving van aansporen om een maximum aantal glazen voorop te stellen naar aansporen om helemaal niet meer te drinken.

Richtlijn minimumleeftijd alcohol drinken 2026

De minimumleeftijd om alcohol te mogen drinken in België is 16 jaar voor bier en wijn en 18 jaar voor sterkedranken. Wat zou volgens jou de minimumleeftijd moeten zijn waarop jongeren alcohol mogen drinken?



Zes op de tien Vlamingen is gewonnen voor een verhoging van de minimumleeftijd voor alcoholconsumptie naar minstens 18 jaar.

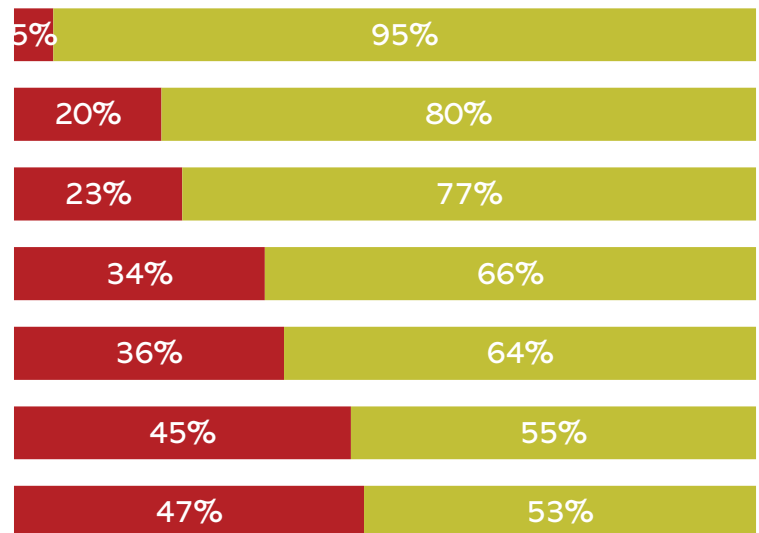
Iets minder dan vier op de tien Vlamingen (38%; 2022: 44%) vindt de huidige leeftijdsrichtlijn voor het drinken van alcohol OK. Als men vindt dat er een verhoging moet komen, dan ligt die voor nagenoeg vier op de tien (39%; 2022: 38%) Vlamingen op 18 jaar voor alle alcoholische dranken. Mannen vinden de huidige richtlijn meer OK dan vrouwen, die meer geneigd zijn dan mannen om de grens op te trekken naar 18 jaar. Hoewel alleen de laagst en hoogst opgeleide groep statistisch significant verschillen, is de laagst opgeleide groep het minst gewonnen voor het optrekken van de minimumleeftijd naar 'slechts' 18 jaar en meest voor een verhoging naar 21 jaar.

De huidige regels worden het minst OK gevonden door wie nauwelijks drinkt. Zij zijn vooral voorstander van het optrekken van de leeftijd naar 18 jaar, maar voor een nagenoeg even grote groep mag dat ook 21 jaar worden.

Steekproefbeschrijving – Kennis alcoholgebruik

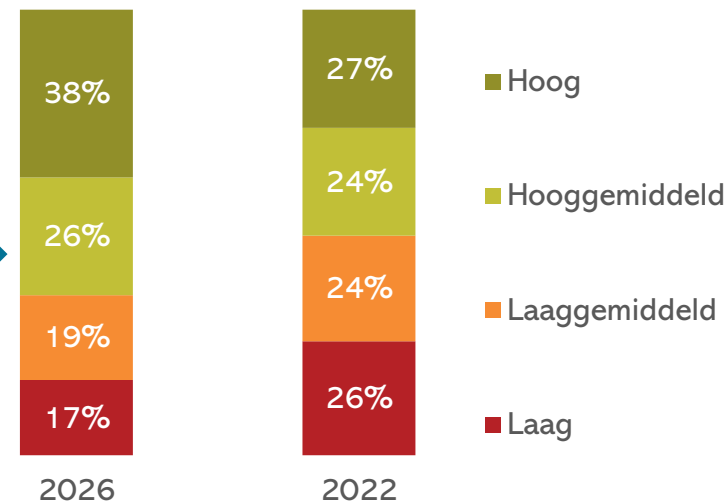
Zijn onderstaande stellingen volgens jou juist of fout?

- Longeren zijn door hun leeftijd extra kwetsbaar voor de gevolgen van alcohol - (JUIST)
- Wie zijn risico op kanker wil beperken, drinkt beter helemaal geen alcohol - (JUIST)
- Alcoholvrije dagen inlassen heeft weinig effecten op de gezondheid - (FOUT)
- 1 glaasje alcohol per dag kan geen kwaad voor mijn gezondheid - (FOUT)
- Matig alcoholgebruik is goed voor hart- en bloedvaten - (FOUT)
- Een standaardglas sterkedrank is ongezonder dan een standaardglas bier of wijn - (FOUT)
- Alcohol drinken is ongezonder als je rookt - (JUIST)



■ Fout geantwoord ■ Juist geantwoord

Kennis alcoholgebruik

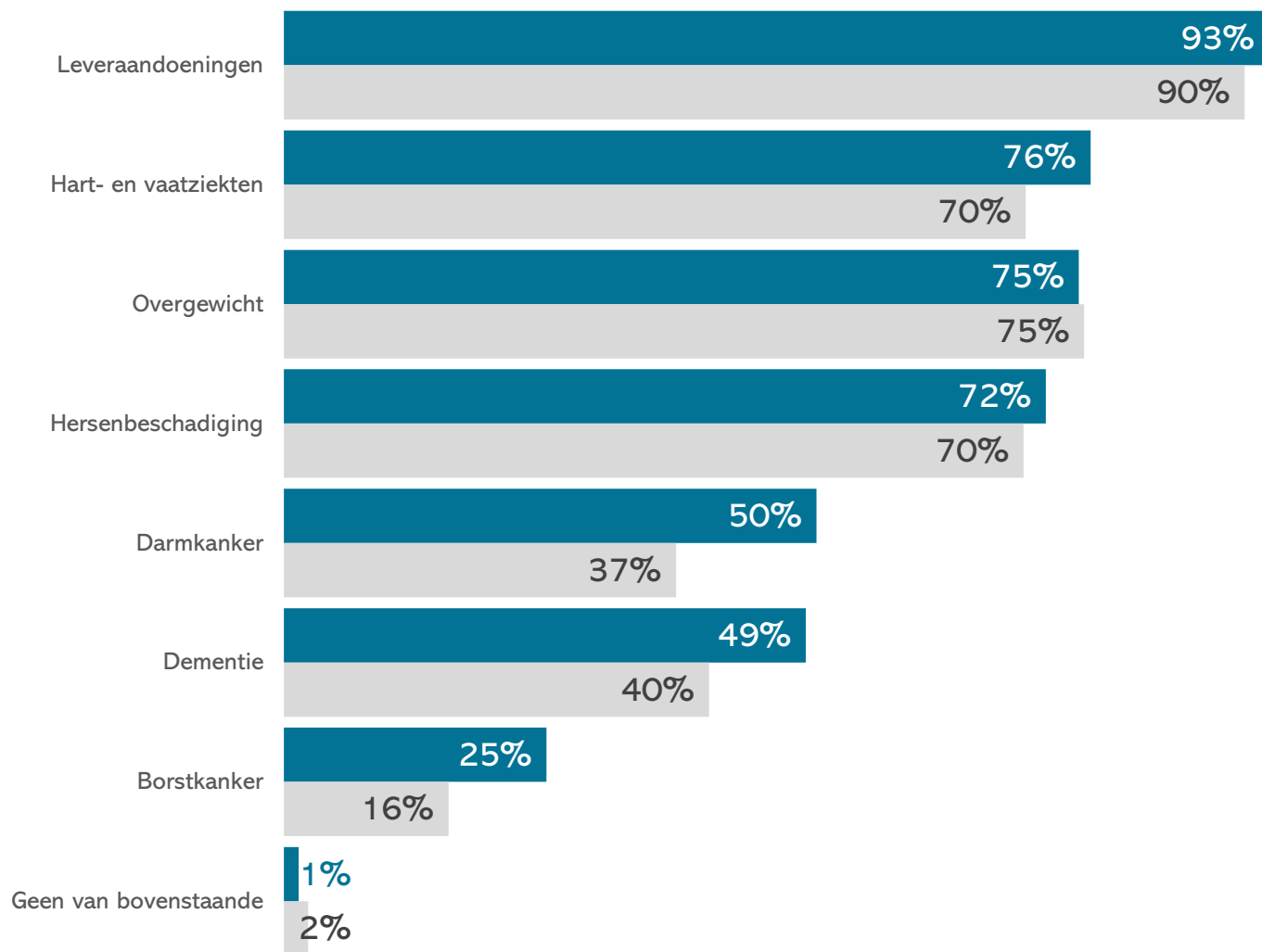


De kennis over alcoholgebruik blijft ook in 2026 gemengd, maar is wel verbeterd in vergelijking met 2022; er wordt merkkelijk meer juist geantwoord op de stellingen dat 1 glas alcohol per dag geen kwaad kan (34% fout; 2022: 50%), dat men beter helemaal geen alcohol drinkt om het kankerrisico te beperken (20% fout; 2022: 35% fout) en dat matig alcoholgebruik goed is voor hart- en bloedvaten (35% fout; 2022: 45% fout).

Op basis van de antwoorden op deze vragen werd een index 'kennis alcoholgebruik' berekend, waarna de respondenten werden ingedeeld in vier categorieën, met dezelfde afbakeningsscores als in 2022 om de evolutie te kunnen beoordelen. Ook in deze index-score is de verbeterde kennis tegenover 2022 duidelijk zichtbaar.

Verhoogd risico op aandoeningen door alcohol

Op welke van onderstaande aandoeningen loopt men meer risico door alcohol te drinken? Je kan meerdere antwoorden aanduiden.



Ruim negen op de tien Vlamingen weet dat alcohol drinken het risico op leveraandoeningen verhoogt. Drie op de vier Vlamingen beseft ook dat alcoholgebruik kan leiden tot een vergroot risico op hart- en vaatziekten en overgewicht en 72% dat alcohol drinken het risico op hersenbeschadiging inhoudt.

Dat alcoholgebruik ook samenhangt met een verhoogd risico op dementie, darmkanker en vooral borstkanker is nog steeds minder geweten, maar in vergelijking met 2022 is het bewustzijn hierover wel toegenomen.