

**NIKOTIINITON
URHEILU**



SELVITYS

**Miten nikotiinituotteet
näkyvät suomalaisen
jalkapallon parissa?**




**SUOMEN
PALLOLIITTO**




Syöpäjärjestöt

Nikotiinituotteiden käyttö suomalaisen jalkapallon parissa



Suomessa sähkösavuke eli vape ja nikotiinipussit kiinnostavat myös urheilevia nuoria ja niiden käytön yleisyys  noussut huoli (3,4).



Nikotiini haittaa urheilijan suorituskykyä ja on erityisen haitallista nuoren kasvulle ja kehitykselle. Nuoret ovat myös alttiimpia nikotiiniriippuvuuden syntymiselle (1,2,7).

Siitä huolimatta tupakkateollisuus markkinoi varsinkin uusia nikotiinituotteita (vape ja nikotiinipussit) suoraan urheileville nuorille.

Markkinoinnissa hyödynnetään esikuvia ja urheiluun liitettävää kuvastoa ja sanastoa (8,9). Jalkapallon parissa näkyy haitallisia esimerkkejä ja esikuvia. Esimerkiksi  lannissa on alettu kiinnittää huomiota ammattilaisjalkapalloilijoiden nikotiinin käyttöön (10).

Tiedetään, että keskeisiä riskejä nuorilla tupakka- ja nikotiinituotteiden kokeiluille ja käytölle ovat ryhmäpaine ja ympäristöt, joissa tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö näkyy positiivisessa valossa (mm. harrastukset) (5).

Siksi olisi tärkeää, että jalkapallo harrastusympäristönä tukisi nuorten terveellisiä valintoja. Säännöllisesti  urheiluseuroissa liikkuu noin  oinen 9–15-vuotias (6), ja siksi seuroilla on hieno mahdollisuus vaikuttaa laajasti nuorten terveyteen.

Syöpäjärjestöt ja Suomen Palloliitto ry toteuttivat keväällä 2024 selvityksen, jonka avulla kartoitettiin suomalaisen jalkapallon ja futsalin parissa toimivien (seurajohto, valmentajat) ja muiden seuratoimijoiden näkemyksiä nuorten nikotiinituotteiden käytöstä. Lisäksi haluttiin selvittää seuratoimijoiden tietotasoa ja asenteita nikotiinituotteiden haittoja ja  nikotiinittomuuden edistämisen työtä kohtaan. Kyselyyn vastasi 91  seuratoimijaa.

Seuratoimijoiden lisäksi selvitettiin 12–13-vuotiaiden jalkapalloa harrastavien nuorten tietotasoa ja näkemyksiä nikotiinituotteista. Vastauksia kerättiin juniori jalkapalloturnauksen yhteydessä nimettömän kyselylomakkeen avulla ja siihen vastattiin 259 kertaa. Suurin osa vastasi kyselyyn kaverin kanssa tai useamman nuoren porukassa.







**NIKOTIINITON
URHEILU** 

Seuratoimijat kokevat nikotiinittomuuden edistämisen tärkeänä

Kyselyyn vastasi 91 seuratoimijaa. Vastaajista 37% oli valmentajia, 14% seurajohdossa toimivia ja loput 53% muita seuratoimijoita kuten joukkueenjohtajia tai seurassa toimivia vapaaehtoisia.

Nikotiinituotteiden käyttöä ei hyväksytä seuratoiminnan aikana

Vaikka tuotteiden käyttöä havaittiin melko yleisesti, suurin osa (98%) vastaajista ei pitänyt nuorten harrastajien nikotiinituotteiden käyttöä hyväksyttävänä. Suurin osa eli noin 90% ei pitänyt myöskään valmentajien, seurajohdon tai seurassa toimivien huoltajien nikotiinituotteiden käyttöä hyväksyttävänä seuratoiminnan aikana.

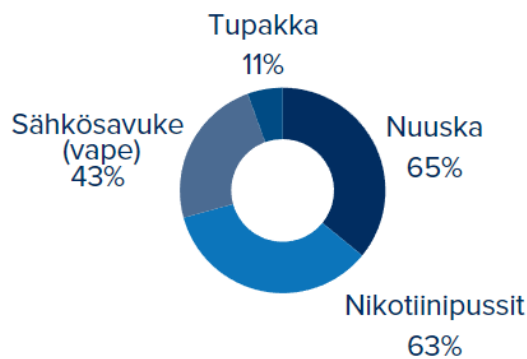
47%

Lähes puolet seuratoimijoista oli havainnut nuorten nikotiinituotteiden käyttöä seurassaan

Selvityksen perusteella nikotiinituotteet näkyvät nuorten jalkapalloilijoiden parissa. Vastaajista 47% oli havainnut nuorten jalkapalloilijoiden käyttäneen nikotiinituotteita seurassaan. Vastaajista 18% oli havainnut käyttöä usein.

Nikotiinituotteista nuuska ja nikotiinipussit näkyvät yleisimmin jalkapallon parissa mutta myös sähkösavukkeen käyttö on yleistä

Nikotiinituotteiden käyttöä havainneista seuratoimijoista 65% oli havainnut nuuskan käyttöä, 63% nikotiinipussien ja 43% sähkösavukkeiden eli vapen käyttöä seuratoiminnan aikana. Perinteisemmän tupakan käyttöä oli havainnut 11% vastaajista.



Käyttöä havaitaan yleisimmin yläasteikäisistä lähtien

Nikotiinituotteiden käyttöä oli havaittu eniten vanhempien junioreiden eli 14 – 17 vuotiailla tai täysi-ikäisillä harrastajilla, mutta joissain seuroissa jo 12 -vuotiailla. Nuorille jalkapalloilijoille toteutettu kysely paljasti, että jo 12 – 13 vuotiaista noin 10% on joko itse käyttänyt tai nähnyt joukkuekaverin käyttävän nikotiinituotteita (n. 100).

Seuratoimijat olivat havainneet tuotteiden käyttöä, sekä ennen ja jälkeen treenien, pelimatkoilla, että vapaa-ajalla. Avoimissa vastauksissa korostui myös valmentajien, edustusjoukkueen sekä erityisenä nostona tyttöjen/naisten nuuskan ja nikotiinipussien käytön korostuminen.

Noin puolet seuratoimijoista koki tarvitsevansa lisää tietoa nikotiinituotteista tai niihin liittyvistä ilmiöistä

Vastaajista 49% koki tarvitsevansa lisää tietoa nikotiinituotteista tai niihin liittyvistä ilmiöistä. Useimmat (87%) kokivat, että osaavat keskustella nikotiiniaiheista nuorten urheilijoiden kanssa ainakin jollain tasolla.

Seurojen tehtävä on nikotiinittomuuden edistäminen

Suurin osa vastaajista (94%) koki nikotiinin haitalliseksi terveydelle ja urheilun kannalta. Seuratoimijoista 91% koki, että nikotiinittomuus on tärkeä osa terveellisiä elintapoja ja 95% koki, että seurojen tehtävänä on edistää nuorten nikotiinittomuutta.

Reilusti yli puolet ilmoitti seurassaan olevan säännöt nikotiinittomuuteen

Vastaajista 63% ilmoitti, että seuran säännöt ja/tai sopimukset kieltävät nikotiinituotteiden käytön seuratoiminnan aikana. Vastaajista 40% ilmoitti, että heidän seurassaan säännöistä oli viestitty seuratoimijoille. Valmentajille oli tiedotettu aiheesta 37% seuroista ja nuorten kanssa oli keskusteltu 44% seuroista.

Nuoret ovat hyvin perillä nikotiinin vaikutuksista urheiluun

Nuorille suunnattuun kyselyyn vastattiin 259 kertaa

Juniori jalkapalloturnauksessa Nikotiiniton urheilu -toimintapisteellä 12 – 13 vuotiaat jalkapalloilijat täyttivät Nikotiinimyytit-tietotestin, joka paljasti mielenkiintoisia seikkoja nuorten nikotiinitietoudesta. Testi tehtiin yhteensä 259 kertaa, ja suurin osa nuorista teki sen kaverin kanssa tai isommassa porukassa.

Nuoret vastasivat myös kyselyyn, jolla kartoitettiin, kuinka paljon nikotiinituotteet näkyvät heidän seuratoiminnassaan. Tähän kyselyyn vastattiin 199 kertaa.

Nuoret ovat hyvin perillä nikotiinin vaikutuksista urheiluun

Tulokset osoittivat, että nuoret ovat melko hyvin perillä nikotiinin haittavaikutuksista, mutta tietyt asiat yllättivät. Esimerkiksi **19% nuorista eivät tieneet siitä, että jo muutamasta nikotiinin käyttökerrasta voi tulla riippuvaiseksi**. Lisäksi 15% nuorista ei tiennyt, että pelkkä nikotiini, ilman tupakkaa, heikentää suorituskykyä ja keuhkojen toimintaa. Tämä tieto oli heille uusi. Vaikka monet tiesivät tupakoinnin vaikutuksista, eivät he olleet tietoisia siitä, että myös uudet nikotiinituotteet kuten sähkösavuke eli vape ja nikotiinipussit voivat aiheuttaa samanlaisia haittoja.

12 – 13 vuotiaista noin 10% oli joko itse käyttänyt tai nähnyt joukkuekaverin käyttävän nikotiinituotteita

Hyvä uutinen oli se, että 39% nuorista (n=199) ei ollut nähnyt omassa seurassaan nikotiinituotteiden käyttöä. Kuitenkin 9% kertoi itse kokeilleensa nikotiinituotteita ja 10% oli nähnyt joukkuekaverin käyttäneen nikotiinituotteita. Nuorista melkein puolet eli 43% oli nähnyt joukkueen aikuisten käyttävän nikotiinituotteita.

Yhteenveto

Selvityksen tulosten perusteella jalkapallon parissa tarvitaan lisää toimia nikotiinittomuuden edistämiseen. Yli puolet vastanneista kertoivat, että heidän seurassaan on pelisäännöt nikotiinittomuudelle ja että heistä on seuran tehtävä edistää nikotiinittomuutta. Vaikka käyttöä ei hyväksytä, lähes puolet kertoivat havainneensa nuorten nikotiinituotteiden käyttöä seuratoiminnan aikana. Seuratoimijoiden nikotiinituotteiden käyttö seuratoiminnan aikana kuvaa ristiriitaa nikotiinituotteiden käytön suhteen. Tuotteiden käyttöä seuratoiminnan aikana ei hyväksytä, silti se on melko yleistä.

Selvityksen mukaan seuratoimijoilla on tiedon tarve nikotiinituotteista ja niihin liittyvistä ilmiöistä. Vaikka suurin osa seuratoimijoista koki pystyvänsä keskustelemaan nuoren urheilijan kanssa nikotiiniaiheista, osoitti tämä sekä aikaisemmat selvitykset sen, että aiheesta ei puhuta riittävästi seuroissa.

Toimintaehdotukset

- Nikotiinittomuutta tulisi pitää enemmän esillä seuroissa.
- Tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöön tulisi puuttua ja tähän on oltava selkeät ohjeet
- Tarjotaan lisää tietoa tuotteista ja niihin liittyvistä ilmiöistä puheeksi ottamisen tueksi
- Nikotiinituotteista keskustelu rutiiniksi osaksi muita terveellisiä ja urheilullisia elintapoja

Edistetään yhdessä lasten ja nuorten terveyttä. Maksuton [Nikotiiniton urheilu -toimintamalli](#) tarjoaa tukea ja työkaluja seurojen nikotiinittomuustyöhön Toimintaa toteuttamassa: Suomen Syöpäyhdistys, Ehyt Ry & Suomen Olympiakomitea.

Lue myös:

Miten Nikotiiniton urheilu näkyy KuPS junioreiden toiminnassa: [Nikotiinitonta urheilua ja ehkäisevää työtä Kuopio Cupissa! | Finnish Education](#)

Nikotiinituotteet eivät kuulu urheiluun:

<https://www.palloliitto.fi/ajankohtaista/nikotiinituotteet-eivat-kuulu-urheiluun>

Lähteet:

1. Hännikäinen, A. & Toivo, K. Terve urheilija. Nikotiini. Tampereen urheilulääkäriasema. <https://terveurheilija.fi/terveydenhuolto/nikotiini/>
2. Patja, K. & Borodulin, K. 2020. Vaikuttavatko tupakka- ja nikotiinituotteet kilpaurheilijan suorituskykyyn? Katsausartikkeli. Lääkärilehti 50/ 2020. <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/vaikuttavatko-tupakka-ja-nikotiinituotteet-kilpaurheilijan-suorituskykyyn/?public=505eda2c71a10302109b5710eec7163a>
3. Olli & Ruokolainen, O. 2023. Tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttökäytännöt hankintatavat nuorilla oppilaitostyypeittäin 2017–2023. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimuksesta tiiviisti 49/2023. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/147301/URN_ISBN_978-952-408-159-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y
4. Raitasalo, K. 2024. Yhä useampi suomalaisnuori ei ole koskaan käyttänyt alkoholia – sähkösavukkeiden ja nikotiinipussien käyttö on yleistä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://thl.fi/-/yha-useampi-suomalaisnuori-ei-ole-koskaan-kayttanyt-alkoholia-sahkosavukkeiden-ja-nikotiinipussien-kaytto-on-yleista>
5. Ollila, H. 2024. Tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön aloittamisen riskitekijät. Käypä Hoito. <https://www.kaypahoito.fi/nix01824>
6. Kokko, S. & Martin, L. (toim.) 2023. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2023/03/Lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-2022-2.pdf>
7. Vesikallio, J., Andreassen, J. T., Bast, L., Sørensen, L. & Pisinger, C. 2022: [Nikotiiniton urheilu brug blandt børn og unge. Konsekvenser og forebyggelse | Vidensråd for Forebyggelse \(vidensraad.dk\)](https://vidensraad.dk)

8. Stanford. Research into the impact of Tobacco Advertising. Collection: Sports Sponsorship. <https://tobacco.stanford.edu/ecigs/sports/sports-sponsorship/>
9. University of Bath. 2021. Tobacco Tactics. E-cigarettes: Marketing. <https://tobaccotactics.org/article/e-cigarettes-marketing/>
10. Teiskonlahti, R. 2024. Erkka V. Lehtola hämmästelee nikotiini-tutkimuksen tulosta: ”Missä umpiossa pitää elää?” Helsingin sanomat, 4.6.2024 <https://www.hs.fi/urheilu/art-2000010466145.html>

NIKOTIINITON
URHEILU

NIKOTIINITON
URHEILU

NIKOTIINITON
URHEILU

NIKOTIINITON
URHEILU

NIKOTIINITON
URHEILU

NIKOTIINITON
URHEILU

NIKOTIINITON
URHEILU

NIKOTIINITON
URHEILU

NIKOTIINITON
URHEILU

NIKOTIINITON
URHEILU