

## **JUCAT – Jovens Unidos Contra Álcool e Tabaco**

JUCAT (Jovens Unidos Contra Álcool e Tabaco) é o nome de um Projeto de Intervenção Comunitária no âmbito da prevenção, proteção e promoção da saúde em Meio Escolar, cuja população alvo são os alunos do 8º ano do 3º ciclo da Escola Pública Hortênsia de Castro (ESPHC) de Vila Viçosa. O mesmo faz parte integrante do projeto de mestrado em Enfermagem Comunitária e Saúde Pública a ser desenvolvido pela Enfermeira Mestranda Carmen Agostinho, que se encontra a realizar o Estágio Final na Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) de Vila Viçosa, sob a orientação da Professora Doutora Ana Paula Belo e da Supervisão da Enfermeira Vanda Falcato. Este projeto conta com a parceria, apoio e participação de várias entidades, nomeadamente: Agrupamento de Escolas de Vila Viçosa, PES (Projetos de Educação para a Saúde) e AJE Livre (Apoio a Jovens Estudantes).

### **Pertinência do projeto**

Pode afirmar-se que a adolescência é uma fase do ciclo vital caracterizada por notáveis alterações físicas, cognitivas, psicológicas e sociais, que surgem associadas e interligadas, interagindo entre si. Todas estas transformações provocam no adolescente sentimentos e emoções ambivalentes para as quais o mesmo tem de encontrar o ponto de equilíbrio e assegurar a satisfação das suas necessidades básicas, tais como: segurança, afeto, valorização, auto estima e protagonismo social (Ferreira, 2014). Contudo, na incessante procura de novas formas de prazer e transgressão, da busca de limites, de identificação pessoal e autoafirmação, características próprias desta complexa etapa de crescimento e desenvolvimento, são por vezes realizadas escolhas, tomadas decisões e efetivados comportamentos nunca antes tentados e experienciados.

Acionados pelo prisma da impulsividade, excitabilidade, imaturidade e espírito aventureiro (observado desde a antiguidade nesta fase do ciclo vital) estes indivíduos colocam-se numa posição vulnerável a diversas situações e comportamentos de risco. Como nos referem Gomes & Mendes (2009, p.689):

o termo risco, quando aplicado aos adolescentes, tem sido usado para designar um conjunto de comportamentos cuja natureza comum reside na exposição a uma maior probabilidade de sofrer danos físicos, psicológicos ou mesmo a morte. Risco pode ainda significar uma ameaça ao próprio futuro.

Assim, a expressão comportamentos de risco é “definida como a participação em atividades que possam comprometer a saúde física e mental dos adolescentes” (Feijó & Oliveira, 2001, p. 125).

São inúmeros os comportamentos considerados de risco. Destes, aqueles que apresentam maior prevalência na adolescência são o consumo de álcool e tabaco. Estas são as substâncias psicoativas mais consumidas por adolescentes, funcionando como porta de entrada para muitos outros comportamentos de risco.

No que diz respeito ao uso de álcool na adolescência, os dados nacionais de 2014, desenvolvidos pelo estudo HBSC/OMS (estudo colaborativo da OMS realizado de 4 em 4 anos no nosso país, a alunos do 6º, 8º e 10º ano de escolaridade) revelam que: 41,2% dos jovens inquiridos já experimentaram álcool e que 17,2% refere já se ter embriagado. A média de idade de experimentação de álcool foi de 12,8 anos e a de embriaguez foi de 13,9 anos de idade. Quanto à frequência do consumo verifica-se que 4,2% refere um consumo regular de álcool, e 3,7% refere ter ficado 1 a 3 vezes embriagado o último mês (Matos et al, 2015).

Quanto ao uso de tabaco por parte de adolescentes, Feijão (2015), revela que nos dados obtidos no ESPAD-Portugal/2015 a prevalência de experimentação foi de 12% nos alunos de 13 anos e 59% nos alunos de 18 anos; a prevalência de consumos recentes foi de 8% nos alunos de 13 anos e 46% nos alunos de 18 anos; a prevalência de consumos atuais foi de 4% nos alunos de 13 anos e 32% nos alunos de 18 anos (Feijão, 2015). A média de idade de experimentação de tabaco foi de 13 anos. (Matos et al, 2015).

Estes dados revelam-se preocupantes, divulgando a iniciação precoce do uso do álcool e do tabaco, bem como a manutenção do comportamento de consumo. Factos estes que prejudicam o adequado desenvolvimento do indivíduo e potenciam situações de dependência futura.

Os estudos HBSC/OMS (2014) e ESPAD-Portugal/2015 divulgam ainda que a prevalência do consumo de álcool e tabaco é superior na região Alentejo, destapando assim a influencia cultural como fator de risco ou proteção no comportamento de consumo.

A evidência denuncia que estas experiências de consumo são vulgares e socialmente aceites, bem como culturalmente fundamentadas. Parece não haver consenso relativamente à temática do consumo de álcool e tabaco. Se por um lado, a lei não permite a venda a menores de 18 anos, por outro, vendedores, usuários e agentes de

autoridade ignoram o não cumprimento da mesma. Como nos afirma Pechansky, Szobot & Scivoletto (2004) a inexistência de uma posição firme e unânime sobre este facto parece aliciar os adolescentes ao início precoce dos consumos abusivos.

Não obstante, os problemas decorrentes do uso do álcool e tabaco vão muito além do incumprimento da lei. De acordo com a DGS (2015) entre os principais fatores de risco associados à carga de doença a nível mundial estão o fumo do tabaco e o consumo de álcool. Acresce ainda, a inegável relação entre o consumo destas substâncias e outros comportamentos de risco, tais como: consumo de drogas ilegais, violência, relações sexuais desprotegidas, condução sobre efeito do álcool, absentismo escolar, (...) (Loureiro et al, 2013; Alvarez-Aguire, Alonso Castillo & Zanetti, 2014).

A análise e discussão destes dados e o diagnóstico de saúde efetuado aos alunos do 3º ciclo da ESPHC de Vila Viçosa demonstra necessidade de um projeto de intervenção aos alunos do 3º ciclo da ESPHC, fruto da elevada participação dos mesmos em inúmeros comportamentos de risco, tais como o consumo de álcool e tabaco, expondo-os a possíveis danos físicos, sociais, mentais e psicológicos.

Por fim, estes dados exigem uma observação cuidadosa e reflexão crítica, de forma a compreender a influencia dos múltiplos cenários na vulnerabilidade individual ou coletiva desta faixa etária. Os comportamentos de risco manifestam-se de forma diferente segundo a idade, o gênero e o contexto social, escolar e familiar no qual o adolescente se insere, exigindo uma atuação específica.

## **Objetivos do projeto**

### Objetivo geral

Aumentar a não adesão a comportamentos de consumo de tabaco e de álcool, em pelo menos 10 % dos alunos que frequentam o 8º ano do 3º ciclo, da ESPHC de Vila Viçosa, até junho de 2019

### Objetivos específicos

- Diminuir pelo menos 10 % a taxa de incidência de experimentação de tabaco, dos alunos do 8º ano do 3º ciclo da ESPHC de Vila Viçosa
- Diminuir pelo menos 10 % a taxa de incidência de consumo atual de tabaco, dos alunos do 8º ano do 3º ciclo da ESPHC de Vila Viçosa
- Diminuir pelo menos 10 % a taxa de incidência de experimentação de álcool, dos alunos do 8º ano do 3º ciclo da ESPHC de Vila Viçosa

■ Diminuir pelo menos 10 %, a taxa de incidência de consumo atual de álcool, dos alunos do 8º ano do 3º ciclo da ESPHC de Vila Viçosa

■ Diminuir pelo menos 10 % a taxa de incidência de experimentação de embriaguez, dos alunos do 8º ano do 3º ciclo da ESPHC de Vila Viçosa

### **Seleção de estratégias**

A estratégia de intervenção do presente projeto envolve o desenvolvimento de várias atividades que estimulem a adesão a comportamentos saudáveis, através de sessões de educação para a saúde que fomentem o envolvimento e participação ativa dos alunos de 8º ano, e atividades que incitem o envolvimento, consciencialização e sensibilização de todos os alunos da escola. A educação interpares e o role playing entre outras dinâmicas de grupo são assim métodos eleitos como estratégias de intervenção. Pretende-se estimular a reflexão sobre a ação e assim aumentar o (re)conhecimento de uma situação e influenciar de forma positiva a tomada de decisão.

Reconhecendo que o individuo não vive isolado, mas em grupo, como parte integrante de uma família que está inserida num contexto ambiental e social específico, programam-se a inclusão de atividades de mobilização e sensibilização da família e da comunidade envolvente.

### **Atividades desenvolvidas**

#### Criação do nome do projeto

Para que o nome do projeto se enquadrasse nas expectativas e interesses da população alvo – os adolescentes, definiu-se que o mesmo seria sugerido pelos alunos das turmas de 8º ano. Pediu-se a cada uma das 3 turmas de 8º ano, que após reflexão e discussão em grupo sobre a temática do consumo de álcool e tabaco entre jovens, com o diretor de turma, decidisse uma frase/nome para o projeto.

A atividade foi acolhida de forma positiva pelos alunos de todas as turmas, que participaram de forma entusiástica e participativa na seleção de uma frase/ nome do projeto.

Surgiram assim várias hipóteses:

- Dá à vida uma oportunidade merecida.
- Liberta-te! Diz não ao vício.

- JUCAT – Jovens unidos contra Álcool e Tabaco.

No final, através de votação por parte dos parceiros foi decidido o nome vencedor do projeto.

Apesar de apenas uma das hipóteses poder ser escolhida, foi reconhecido e valorizado o potencial das outras frases/ nomes escolhidos, que se revelaram uma mais valia e fizeram parte da mensagem transmitida no cartaz de sensibilização efetuado. E exposto na escola.

Pretendeu-se com esta estratégia sensibilizar e promover o envolvimento de todos os alunos com o projeto, motivando-os a um determinado comportamento. Visou-se ainda desenvolver e reforçar a autoconfiança, a autoestima e a responsabilidade dos alunos, influenciando positivamente as suas decisões, atitudes, crenças e comportamentos.

#### Comemoração do dia Mundial do Não fumador

O dia Mundial do não fumador comemora-se no dia 17 de novembro.

Esta atividade envolveu a realização e distribuição de folhetos aos alunos da escola.

Foi ainda, previamente pedido aos alunos do 7º ano para escreverem frases sobre o consumo de álcool e tabaco. Posteriormente foi feita uma seleção das frases que foram trabalhadas informaticamente pelos alunos do curso de multimédia e aplicadas em panos de tabuleiro. Os respetivos panos de tabuleiros foram colocados no tabuleiro de refeição durante o almoço escolar.

Esta atividade teve como finalidade o envolvimento de todos os alunos da escola, bem como exercer alguma influencia através do grupo de pares.

Realização e Afixação do Cartaz “A vida é feita de escolhas...”



### Referencias bibliográficas

Alvarez-Aguire, A.; Alonso Castillo, M.M. & Zanetti, A.C.G. (2014). Fatores preditivos do uso de álcool e tabaco em adolescentes. *Revista Latino Americana de Enfermagem*. 22(6), 1056-1062.

Direção Geral da Saúde [DGS] (2015). *A Saúde dos Portugueses. Perspetiva 2015*. Lisboa: Direção Geral da Saúde.

Feijão, F. (2015). Estudos sobre os consumos de Álcool, Tabaco, drogas e outros comportamentos aditivos e dependências – 2015. Sumário Executivo. EDATD\_CAD/2015 (ESPAD-Portugal/2015). Disponível em: [http://www.sicad.pt/BK/EstatisticaInvestigacao/EstudosConcluidos/Documents/2016/SICAD\\_ECATD\\_15\\_Sumário\\_Executivo.pdf](http://www.sicad.pt/BK/EstatisticaInvestigacao/EstudosConcluidos/Documents/2016/SICAD_ECATD_15_Sumário_Executivo.pdf)

Feijó, B.R. e Oliveira, É. A. (2001). Comportamento de risco na adolescência. *Jornal de Pediatria, Sociedade Brasileira de Pediatria* (77) (2), pp.125-134. Acedido em 5 de junho de 2017. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/54698/000386001.pdf>

Ferreira, S. M. O. (2014). *Promoção da saúde na prevenção de comportamentos de risco para a saúde na adolescência*. Instituto Politécnico de Santarém – Escola Superior de Saúde de Santarém. Relatório de Estágio para a obtenção do grau de Mestre em Enfermagem de Saúde da Criança e do Jovem. Disponível no repositório Científico do Instituto Politécnico de Santarém. <http://hdl.handle.net/10400.15/1202>

Gomes, V.L.O. e Mendes, F.R.P. (2009). Representações de adolescentes Luso brasileiros acerca do conceito de “Risco”: Subsídios para actuação de enfermagem. *Revista Eletrônica de Enfermagem*. Acedido em 5 de junho de 2017. Disponível em: [https://www.fen.ufg.br/fen\\_revista/v11/n3/pdf/v11n3a29.pdf](https://www.fen.ufg.br/fen_revista/v11/n3/pdf/v11n3a29.pdf)

Loureiro, L.M.J.; Barroso, T.M.M.D.A.; Mendes, A.M.O.C.; Rodrigues, M. A.Oliveira, R.A.A.N. & Oliveira, N.R.N. (2013). LITERACIA EM SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES E JOVENS PORTUGUESE SOBRE ABUSO DE ÁLCOOL. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*. 17 (3). 474-481.

Matos, M.G., Simões, C., Camacho, I., Reis, M. & Equipa Aventura Social (2015). *A saúde dos adolescentes portugueses em tempos de recessão – Dados nacionais de 2014*. Equipa Aventura Social. Lisboa.

Pechansky, F.;Szobot, C. M. & Scivoletto, S. (2004). Uso de álcool entre adolescentes: conceitos, características epidemiológicas e fatores etiopatogénicos. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. 26. 14-17.