

**DEPENDÊNCIAS  
e  
COMPORTAMENTOS  
ADITIVOS**

*em Meio Escolar no  
Concelho de Ferreira do Alentejo*

**2015**



Dependências e comportamentos aditivos em meio escolar  
no concelho de Ferreira do Alentejo.  
Junho de 2015

Propriedade | Esdime - Agência para o Desenvolvimento Local do Alentejo Sudoeste  
Coordenação | Natàlia Tost | Esdime  
Projecto gráfico e paginação | Hugo Santos

Este diagnóstico foi realizado no âmbito do projecto ‘Mais Vale Prevenir’, implementado entre Setembro de 2014 e Agosto de 2015 no concelho de Ferreira do Alentejo e financiado pelo Programa de Responsabilidade social do Concelho de Ferreira do Alentejo.



## Índice

• Introdução . . . . .	5
• Breve resenha . . . . .	6
• Álcool . . . . .	8
• Tabaco . . . . .	9
• Cannabis . . . . .	10
• Ecstasy . . . . .	11
• LSD/Heroína . . . . .	12
• Dependências sem substância. Uso problemático da internet . . . . .	13
• Algumas Reflexões . . . . .	14
• Agradecimentos . . . . .	21
• Bibliografia e documentação de referência . . . . .	22
• Anexos . . . . .	23

## Introdução

Este diagnóstico foi realizado no âmbito do projecto ‘Mais Vale Prevenir’, um projecto financiado pelo Programa de Responsabilidade Social de Ferreira do Alentejo e promovido pela Esdime, que teve por objectivos diagnosticar, prevenir e sensibilizar jovens entre 11 e 25 anos do concelho de Ferreira do Alentejo em relação à problemática das dependências. O ‘Mais vale prevenir’ iniciou o seu percurso a 1 de Setembro de 2014 e finalizou-o a 31 de Agosto de 2015.

No âmbito da intervenção escolar do projecto, foram realizadas 37 sessões de sensibilização/diagnóstico, nas quais participaram 262 jovens que permitiram a recolha da maior parte dos dados que aqui se apresentam.

A metodologia utilizada para a recolha dos dados em relação ao consumo de substâncias psicoativas e de utilização da internet pelos jovens e pelas jovens, assim como das suas famílias e amigos/as, foi a aplicação de dois questionários de escolha múltipla, um sobre drogas e substâncias psicoativas e outro sobre uso problemático da internet e ainda um conjunto de três perguntas abertas onde os e as jovens responderam a três questões: ‘As drogas são...’, ‘As pessoas consomem drogas porque...’, ‘Se alguém de quem eu gosto tem um problema com as drogas eu...’

Este documento não pretende proporcionar uma visão exaustiva da relação dos/as jovens do concelho com as substâncias psicoativas e as dependências, mas oferecer um ponto de vista e de partida para focalizar e otimizar o trabalho de prevenção das dependências junto da faixa etária dos 11 aos 25 anos.

Consideramos que os e as jovens do concelho de Ferreira do Alentejo, enquanto jovens, têm comportamentos que podemos enquadrar nas estatísticas nacionais. Contudo, por via do trabalho realizado pelo projecto ‘Mais Vale Prevenir,’ dispomos de informação adicional e mais específica, que nos define a outro nível a sua relação com as substâncias e dependências, e que, certamente, será uma mais valia para definir ou redefinir a/s abordagem/ns das estratégias de prevenção.

Assim, este documento pretende contribuir para uma maior compreensão do fenómeno das dependências e agitar a consciência colectiva dos e das agentes de cidadania que somos todos e todas, enquanto pais, mães, professores e professoras, profissionais da saúde e cidadãos e cidadãs em geral para mobilizarmo-nos para uma ação preventiva mais consciente dos desafios que enfrenta.

## **Breve resenha do diagnóstico das dependências e comportamentos aditivos do concelho de Ferreira do Alentejo.**

Segundo o Anuário Estatístico da Região Alentejo 2011 do INE, o concelho de Ferreira do Alentejo, situado no distrito de Beja, ocupa um território de 648,25 km<sup>2</sup>, tem 7.846 habitantes e é constituído pelas freguesias União de Freguesias de Alfundão e Peroguarda, União de Freguesias de Ferreira do Alentejo e Canhestros, Freguesia da Figueira de Cavaleiros e Freguesia de Odivelas.

Genéricamente, trata-se de um território que tem as mesmas representações e características de todo o Baixo Alentejo, as que se podem observar num espaço rural interior associado a um contexto agrícola, apresentando como característica diferencial um franco desenvolvimento derivado das alterações na exploração da terra (regadio), correspondendo a um aumento dos rendimentos e qualidade de vida, possuindo uma localização central e boas acessibilidades.

Foi redigida, também em 2011, pelo Instituto da Droga e da Toxicodependência, com a colaboração de entidades concelhias e supranconcelhias, (Câmara Municipal, Juntas de Freguesia, Centro de Saúde, Agrupamento de Escolas de Ferreira do Alentejo, GNR, CPCJ, Associações de Desenvolvimento Local e Santa Casa da Misericórdia entre outras) uma grelha diagnóstica que traçava o panorama das dependências, em termos de grupos populacionais vulneráveis, comportamentos de risco e problemas individuais, sociais, económicos e de saúde que de alguma forma se relacionavam com consumos problemáticos de substâncias psicoativas. Deste documento e em jeito de introdução, relativamente a um público mais jovem em quem se centrou a intervenção do projecto 'Mais Vale Prevenir', destacamos alguns dados.

Identificaram-se em alguns jovens - aproximadamente 40 - com idades compreendidas entre 11 e 18 anos, dois principais problemas de saúde: o abuso de álcool e cannabinoides e a gravidez na adolescência. Destacar ainda que este grupo apresentava como comportamentos de risco as relações sexuais desprotegidas, comportamentos anti-sociais e consumos precoces de substâncias psicoactivas.

As drogas de eleição dos/as jovens identificados/as eram o álcool e os cannabinoides.

Ainda, foram identificadas no concelho aproximadamente 15 famílias cujas características remetiam para uma definição de agregados problemáticos uma vez que eram constituídos total ou parcialmente por indivíduos com profundos défices a nível económico, social, pessoal, educacional, profissional e de cidadania que potenciavam situações problemáticas no contexto familiar e que tornavam vulneráveis os agregados familiares.

Nestas famílias foram identificados como problemas de saúde o abuso de álcool e outras substâncias psicoactivas, a sobremedicação, algumas doenças sexualmente transmissíveis, doenças infecto-contagiosas e subnutrição.

Estes agregados familiares apresentavam como comportamentos de risco identificados: desestruturação familiar, existência de policonsumos, relações sexuais desprotegidas, comportamentos anti-sociais e precocidade no início de consumos psicoactivos.

As drogas de eleição nestes agregados familiares eram heroína, cocaína e cannabis, existindo uma prevalência de policonsumos.

Ao nível da educação e em relação aos/às jovens e aos/às adultos-jovens mencionados nesta descrição de grupos problemáticos, os principais problemas referenciados no diagnóstico de 2012 foram abandono escolar precoce, insucesso escolar, absentismo escolar, desinteresse das famílias pela escola/famílias desestruturadas, desajustamento curricular da escola nas respostas aos/às jovens, falta de motivação e interesse no desenvolvimento de competências quer pessoais quer profissionais, baixas expectativas de sucesso e ausência de projectos de vida.



## Álcool

Da amostra de 262 jovens que preencheram o questionário sobre conhecimento e consumo de substâncias psicoativas, mais de 21% dos e das jovens (56 jovens) afirma ter consumido álcool. Este número significa também que 71% dos e das jovens que já experimentou alguma droga consumiu, pelo menos, álcool.

Este número toma proporções diferentes quando subdividido pelas faixas etárias, ou seja se olharmos para esta questão do ponto de vista do início do consumo de álcool nos e nas jovens e da evolução do fenómeno.

No 5º ano (entre 10 e 11 anos de idade) 2 jovens de 40 inquiridos/as afirmaram ter consumido álcool pelo menos uma vez, o que representa 5% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 6º ano (entre 11 e 12 anos de idade) encontramos que a taxa sobe para 10% da amostra, 4 jovens de um total de 40 do seu nível de escolaridade já tinham consumido álcool.

No 7º ano (entre 12 e 13 anos de idade) 8 jovens de 44 inquiridos/as tinham consumido álcool pelo que percentagem sobe para 18% no seu nível de escolaridade.

No 8º ano (entre os 13 e os 14 anos de idade) 8 jovens de 38 inquiridos/as tinham consumido álcool, o que representa um 21% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 9º ano (entre os 14 e os 15 anos de idade) 4 jovens de 28 inquiridos/as tinham consumido álcool, o que representa um 14% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 10º ano (entre os 15 e os 16 anos de idade) 20 jovens de 45 inquiridos/as tinham consumido álcool, o que representa um 44% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 11º ano (entre os 16 e os 17 anos de idade) nenhum/a jovem afirma ter consumido álcool.

No 12º ano (entre os 17 e os 18 anos de idade) de 13 jovens inquiridos/as, 11 afirmaram ter consumido álcool, o que representa um 84% da amostra.

**Amizades.** 47 jovens dos 262 inquiridos/as afirmam relacionar-se/conviver com amigos/as que consomem álcool, o que significa que 17.8% dos/as jovens inquiridos/as convivem com regularidade com pares que consomem álcool.

**Em casa.** Em relação ao consumo no agregado familiar, 48 jovens afirmam que na sua família existem consumos de álcool, o que representa 18% dos/as jovens inquiridos/as.



## Tabaco

Da amostra de 262 jovens que preencheram o questionário sobre conhecimento e consumo de substâncias psicoativas, mais de 87% dos e das jovens (23 jovens) afirma ter consumido ou consumir tabaco. Este número significa também que 2948% dos e das jovens que já experimentou alguma droga consumiu, pelo menos, tabaco.

No 5º ano (entre 10 e 11 anos de idade) 2 jovens de 40 inquiridos/as afirmaram ter consumido tabaco pelo menos uma vez, o que representa 5% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 6º ano (entre 11 e 12 anos de idade) nenhum/a jovem entre 40 inquiridos afirma ter consumido tabaco.

No 7º ano (entre 12 e 13 anos de idade) 5 jovens de 44 inquiridos/as tinham consumido tabaco, o que representa 11,36% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 8º ano (entre os 13 e os 14 anos de idade) 3 jovens de 38 inquiridos/as tinham consumido tabaco, o que representa um 7.8% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 9º ano (entre os 14 e os 15 anos de idade) 2 jovens de 28 inquiridos/as tinham consumido tabaco, o que representa um 7% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 10º ano (entre os 15 e os 16 anos de idade) 9 jovens de 45 inquiridos/as tinham consumido tabaco, o que representa um 20% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 11º ano (entre os 16 e os 17 anos de idade) 1 jovem entre 14 inquiridos/as afirma ter consumido tabaco, o que representa 7.14% da amostra no seu nível de escolaridade.

No 12º ano (entre os 17 e os 18 anos de idade) de 13 jovens inquiridos/as, 3 afirmaram ter consumido tabaco, o que representa um 7.14% da amostra.

**Amizades.** 51 jovens dos 262 inquiridos/as afirmam relacionar-se/conviver com amigos/as que consomem tabaco, o que representa que 194% dos/as jovens inquiridos/as convivem com regularidade com pares que consomem tabaco.

**Em casa.** Em relação ao consumo no agregado familiar, 57 jovens (21.75% da amostra) afirmam que na sua família existem consumos de tabaco.



## Cannabis

Da amostra de 262 jovens que preencheram o questionário sobre conhecimento e consumo de substâncias psicoativas, 9.9% dos e das jovens (26 jovens) afirma ter consumido ou consumir cannabis. Este número significa também que 33% dos e das jovens que já experimentou alguma droga consumiu, pelo menos, cannabis.

No 5º e 6º anos (entre 10 e 12 anos de idade) nenhum/a jovem entre 80 inquiridos afirma ter consumido cannabis.

No 7º ano (entre 12 e 13 anos de idade) 2 jovens entre 44 inquiridos/as tinham consumido cannabis, o que representa 4.5% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 8º ano (entre os 13 e os 14 anos de idade) 10 jovens entre 38 inquiridos/as tinham consumido cannabis, o que representa um 26.3% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 9º ano (entre os 14 e os 15 anos de idade) 1 jovem entre 28 inquiridos/as tinham consumido cannabis, o que representa um 7% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 10º ano (entre os 15 e os 16 anos de idade) 9 jovens entre 45 inquiridos/as tinham consumido cannabis, o que representa um 20% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 11º ano (entre os 16 e os 17 anos de idade) 1 jovem entre 14 inquiridos/as afirma ter consumido cannabis o que representa um 7.14% da amostra do seu nível de escolaridade.

No 12º ano (entre os 17 e os 18 anos de idade) entre 13 jovens inquiridos/as, 3 afirmaram ter consumido cannabis, o que representa um 23% da amostra do seu nível de escolaridade.

**Amizades.** 45 jovens dos 262 inquiridos/as afirmam relacionar-se/conviver com amigos/as que consomem cannabis, o que representa que 17.1% dos/as jovens inquiridos/as convivem com regularidade com pares que consomem cannabis.

**Em casa.** Em relação ao consumo no agregado familiar, 12 jovens afirmam que na sua família existem consumos de cannabis.



## Ecstasy

Um/a jovem da amostra dos 262 afirma ter consumido ou consumir Ecstasy. Este dado aparentemente não é significativo em termos estatísticos, mas alerta-se para a idade de consumo, pertence à faixa dos 14 aos 15 anos de idade, e para a forte possibilidade de ter consumido junto de amigos/as.

**Amizades.** 3 jovens dos 262 inquiridos/as afirmam relacionar-se/conviver com amigos/as que consomem ecstasy, o que representa que 1.1% dos/as jovens inquiridos/as convivem com regularidade com pares que consomem ecstasy.

**Em casa.** Em relação ao consumo no agregado familiar, 1 jovem afirma que na sua família existem consumos de ecstasy.

## Cocaína

Um/a jovem da amostra dos 262 afirma ter consumido ou consumir cocaína. Este dado aparentemente não é significativo em termos estatísticos, mas alerta-se para a idade de consumo, pertence à faixa dos e 14 e 15 anos de idade, e para a forte possibilidade de ter consumido junto de amigos/as.

**Amizades.** 6 jovens dos 262 inquiridos/as afirmam relacionar-se/conviver com amigos/as que consomem cocaína, o que representa que 2.2% dos/as jovens inquiridos/as convivem com regularidade com pares que consomem cocaína.

**Em casa.** Em relação ao consumo no agregado familiar, 3 jovens afirmam que na sua família existem consumos de cocaína, o que representa 1.1% da amostra.

## **LSD LSD**

Um/a jovem da amostra dos 262 afirma ter consumido ou consumir LSD. Este dado aparentemente não é significativo em termos estatísticos, mas alerta-se para a idade de consumo, pertence à faixa dos e 14 e 15 anos de idade, e para a forte possibilidade de ter consumido junto de amigos/as.

## **Heroína**

Embora nenhum/a jovem da amostra tenha manifestado ter consumido heroína a convivência de 2 jovens com esta substância no seu agregado familiar é de destacar, sendo que representam 07% da amostra total.



## Dependências sem substância, Uso problemático da internet

No âmbito de uma ação de sensibilização para o uso problemático de internet na escola básica e secundária José Gomes Ferreira, no dia 1 de Junho de 2015, 49 jovens foram inquiridos/as, por via de um questionário com 20 questões, a fim de aferir se nesta amostra revelavam-se comportamentos de uso abusivo/problemático da internet e ter uma visão inicial desta realidade/problemática em meio escolar no concelho de Ferreira do Alentejo.

O questionário tem uma pontuação total de 100 pontos e a utilização é considerada mais problemática quanto mais alta seja a pontuação (a partir de 50 pontos).

A amostra está constituída por 49 jovens, dos quais 16 são rapazes e 33 raparigas com idades compreendidas entre os 12 e os 24 anos, sendo que 93,7% da amostra está composta por jovens de idades compreendidas entre os 13 e os 17 anos.

O questionário revelou o seguintes resultados.

- 2 jovens, um rapaz e uma rapariga, aferiram pontuações acima de 80 pontos que apontam para a utilização da internet estar a causar-lhes problemas significativos e/ou dependência.
- 10 jovens, 8 rapazes e 2 raparigas, apresentam uma pontuação acima dos 50 pontos (média de pontuação possível do teste) que indica uma elevada utilização da internet, pelo que podem estar a viver problemas ocasionais ou frequentes devido ao uso da internet, o que significa que está nesta situação um 20,4% da nossa amostra.
- 37 jovens, 7 rapazes e 30 raparigas, a maior parte da amostra (75,5%), apresentam um uso médio da internet que à partida não sugere problemática. Destacar apenas que entre estes/as jovens a pontuação média no questionário é de 36 pontos entre os rapazes e 25,8 pontos nas raparigas.

### Questão 20.

Analisando a última questão colocada aos/às jovens “Senteste-te deprimido/a, instável ou nervoso/a quando não estás na internet e isso desaparece rapidamente quando voltas a estar ligado/a?” e tendo em conta que os e as jovens tinham como opções de resposta 0-Não se aplica, 1-Raramente, 2- Frequentemente, 3- Quase sempre, 4- Sempre, 5- Sempre, consideramos importante salientar que os rapazes da amostra tiveram uma resposta média a esta questão de 2,8 pontos e as raparigas de 0,9 pontos.

## Algumas reflexões

No âmbito das sessões de sensibilização e diagnóstico foram colocadas aos/às jovens algumas questões abertas para aferirmos a percepção que têm em relação às substâncias psicoativas assim como a percepção da sua capacidade de ação perante um problema de dependência de uma pessoa próxima, familiar ou amiga/o. Estas afirmações foram discutidas em espaço de aula a fim de encontrarmos, entre todos e todas, algumas definições comuns e desfazermos algumas concepções erradas.

Destacamos as seguintes frases como algumas das mais recorrentes ou interessantes que encontramos durante a elaboração deste trabalho:

### 1 - “As drogas são...”

- “...substâncias”
- “...substâncias químicas viciantes”
- “...um perigo”
- “...más”
- “...causam dependência e podem levar à morte”
- “...conteúdos ilegais”
- “...prejudiciais à saúde”
- “...ilegais”

## **2 - “As pessoas consomem drogas porque...”**

- “...querem experimentar se são boas ou más”
- “...gostam e querem”
- “...para descontraír”
- “...porque têm problemas”
- “...porque não pensam o que fazem”
- “...têm curiosidade”
- “...para se sentirem melhores que a gente”
- “...pensam que é fixe”
- “...porque as fazem sentir mais integradas na sociedade”
- “...para se integrarem em grupos”
- “...se sentem divertidas quando as consomem”
- “...dão prazer e satisfação”
- “...estão viciadas”
- “...querem fugir à realidade”
- “...querem destacar-se em grupos”
- “...ficam relaxadas”
- “...estão viciadas e o corpo precisa”

## **3 - “Se alguém de quem eu gosto tem um problema com as drogas, eu...”**

- “...chamo-a à razão”
- “...falo com ela”
- “...respeito a sua decisão”
- “...dizia ao pai e à mãe dele”
- “...dava-lhe cartazes (panfletos?)ou internava-o uma clínica”
- “...procuraria que fosse a um médico ou a um psicólogo”
- “...chamava a alguém para a ajudar”
- “...não conseguia ajudar porque ele não queria ser ajudado”
- “...falava com ela para perceber as causas”
- “...aviso-a para não o fazer e compreender os seus riscos”
- “...falaria com um familiar ou um especialista”

## Consumos

Na amostra total, os resultados mostram que as experiências com drogas, 1 ou mais de uma vez, dos e das jovens da amostra são as seguintes:

184 jovens afirmam não ter tido qualquer experiência com drogas, representam 70.22% da amostra.

Dos 78 jovens que experimentaram alguma droga (29.48% da amostra):

- 56 jovens experimentaram álcool
- 26 jovens experimentaram cannabis
- 23 jovens experimentaram tabaco
- 1 jovem experimentou cocaína
- 1 jovem experimentou crack
- 1 jovem experimentou ecstasy
- 1 jovem experimentou LSD

## Grupo de Amigos/as - Pares

102 jovens têm no seu grupo de amigos/as pessoas que consomem drogas - 38.93% da amostra recolhida.

- 47 jovens têm amigos/as que consomem álcool
- 51 jovens têm amigos/as que consomem tabaco
- 6 jovens têm amigos/as que consomem cocaína
- 3 jovens têm amigos/as que consomem ecstasy
- 1 jovem tem amigos/as que consomem LSD

## Família

124 jovens afirmam que na sua família existem consumos/ 47.32% da amostra recolhida

138 jovens afirmam que não existem consumos por parte dos seus familiares/ 52.67 %da amostra recolhida

48 jovens afirmam que na sua familia existem consumos de álcool

57 jovens afirmam que na sua familia existem consumos de tabaco

12 jovens afirmam que na sua familia existem consumos de cannabis

3 jovens afirmam que na sua familia existem consumos de cocaína

2 jovens afirmam que na sua familia existem consumos de heroína

1 jovem afirma que na sua familia existem consumos de ecstasy

## Informação sobre dependências/prevenção na escola

100 jovens (38%) respondem que não há ações de prevenção das dependências na escola.

105 jovens (62%) respondem que há ações de prevenção na escola dos/as quais:

96 (36.92%) dizem ser na disciplina de Ciências

45 (17.17%) dizem ser na disciplina de Educação para a Cidadania

8 (3%) dizem ser na disciplina de Religião e Moral

4 (1.5%) dizem ser na disciplina de Inglês

## **Discussão das dependências/prevenção na família**

162 (61%) dos jovens referem que não recebem qualquer informação/dica de prevenção relativamente às toxicodependências no seio familiar.

100 (38.1%) dos jovens referem que recebem informação e conversas de prevenção relativamente às toxicodependências no seio familiar.

## **Encontrar soluções**

Confrontados com a necessidade de ajudar uma pessoa próxima que tenha um problema de dependências os e as jovens responderam assim:

- 87 jovens (33%) recorreriam ao Centro de Saúde
- 39 jovens (14.8%) recorreriam a um/a professor/a
- 98 jovens (37%) recorreriam a um/a familiar
- 24 jovens (9.16%) recorreriam à polícia

## **A necessidade de uma intervenção integrada.**

A visão que nos oferece este diagnóstico não será suficiente para desenhar a relação dos e das jovens do concelho de Ferreira do Alentejo com os comportamentos aditivos e as dependências, mas de alguma forma nos permite lançar sinais de alerta para algumas questões.

Compreender o papel que têm os contextos onde os consumos, os comportamentos de risco e as dependências ocorrem é fundamental para aferir em que sentido estes contextos são (ou podem ser) potenciadores ou preventivos da ocorrência destes comportamentos de risco.

Saber que mais de metade das famílias, -que educam, acolhem e são modelo comportamental dos e das jovens,- tem consumos de substâncias psicoativas, remete para a legitimação e banalização destes consumos e o duplo discurso que os/as jovens emitem: o que sabemos: “o prejuízo físico e mental das drogas, os problemas que as drogas trazem, etc...” e o que vemos fazer e fazemos: “na minha família há consumos -álcool, tabaco, cannabis, etc...- mas não há problema nenhum...”

Por outro lado, apenas 40% das famílias tem capacidade e/ou vê a necessidade de alertar e sensibilizar os seus/suas jovens para os consumos de álcool, tabaco e outras drogas. Parece um dado preocupante num concelho onde há um histórico de consumos de substâncias psicoativas e comportamentos de risco de elevado nível como é o caso do concelho de Ferreira do Alentejo. Uma vez que a educação dos/as jovens constrói-se em todos os contextos de relacionamento família-escola-amigos-sociedade, é um mau começo que um dos contextos mais importantes e influentes não exerça o seu papel preventivo.

Em relação ao papel dos/as adultos/as de referência para os e as jovens: professores/as, profissionais da saúde, psicólogos/as, forças de segurança, à partida os papéis parecem estar bem definidos - podemos perceber isto mesmo através das respostas dos e das jovens em relação a quem podem recorrer em caso de ter um problema relacionado com consumos de risco e/ou dependências. Contudo, e no que diz respeito estritamente à prevenção e sensibilização antes de que os comportamentos de risco apareçam, o que os e as jovens parecem estar a dizer é que não há, ou eles não a percebem, uma intervenção sistemática por parte destes/as profissionais que os informe e os forme para serem capazes e competentes para escolher de forma (mais) inteligente.

Como sabemos, na adolescência os pares, os amigos e as amigas, os/as que “são como nós e têm as mesmas vivências e preocupações que nós...” desempenham um papel muito importante. Os e as jovens que foram inquiridos/as parecem, em geral, muito firmes na ideia de que eles e elas são uma parte fundamental na resolução dos problemas e na moldagem de certos comportamentos. Referem inúmeras vezes que se alguém de quem gostam tiver um problema com as drogas iriam falar com aquela pessoa, apoiando a reflexão sobre as opções daquela pessoa. Logo, temos aqui, certamente, um potencial em termos de educação pelos pares que pode e deve ser explorado.

Ainda, e porque é uma referência recorrente nas respostas dos e das jovens, cabe-nos fazer uma reflexão sobre políticas juvenis e ocupação de tempos livres. Aquilo que os e as jovens fazem com o seu tempo livre, a forma como canalizam o manancial das suas competências pessoais, os seus gostos e os seus interesses é um ponto fulcral da reflexão quando temos uma grande parte de jovens a responderem “as pessoas consomem drogas porque gostam, para ter prazer, para esquecer os seus problemas, etc.”. Existirem alternativas aos consumos de substâncias psicoativas como fonte de prazer em forma de participação na vida cívica (associações juvenis, associações artísticas e culturais e grupos informais ligados por interesses diversos) e os e as jovens serem encorajados/as a participar nelas e treinados/as a procurarem o prazer e a realização pessoal através desta participação, pode constituir uma ferramenta chave no combate às dependências em particular e aos comportamentos de risco em geral.

Finalmente, com base nestes dados e reflexões, e sem que isso constitua uma atribuição de culpa/responsabilidade, uma pergunta legítima que nos devemos colocar é: a família, os pares, a escola, os/as profissionais, as instituições, sabem qual é o seu papel na prevenção dos comportamentos de risco e as dependências? E ainda: Tendo noção deste papel, estas pessoas têm capacidade e competência para o desempenhar?

## Agradecimentos

A elaboração deste diagnóstico não teria sido possível sem a ajuda primeira e preciosa dos/as professores e professoras que trabalham todos os dias, incansavelmente, para que muita coisa possa acontecer na Escola Básica e Secundária José Gomes Ferreira em Ferreira do Alentejo. A eles e elas o nosso agradecimento e carinho por nos terem deixado participar (e interromper) nos seus espaços de aula e terem acarinhado as propostas do projecto ‘Mais Vale Prevenir’.

Agradecemos ao Programa Local de Responsabilidade Social de Ferreira do Alentejo nos ter dado a oportunidade de desenvolver o projecto ‘Mais Vale Prevenir’, financiando-o e acompanhando-o sempre com grande interesse e entusiasmo.

Agradecemos também à ARS Alentejo, nas pessoas do Dr. João Sardica e do Dr. Paulo de Jesús, que nos ajudaram a enquadrar muitas questões e a intervir de uma forma mais inteligente durante estes 12 meses de trabalho do projecto ‘Mais Vale Prevenir’.

Agradecemos ainda à Tânia Sacramento, voluntária entusiasta do projecto ‘Mais Vale Prevenir’ durante uma fase muito importante da sua implementação, que, para além de criar e encenar com os jovens o Teatro-Debate ‘E tu? O que fazias?’, contabilizou e organizou muitos dos dados que fazem parte deste diagnóstico.

Agradecemos finalmente as colaborações do designer Hugo Santos que tornou este documento mais legível e apetecível, criando um conceito gráfico e paginando-o, e da Paula Ortiz, da Esdime, que revisou os seus conteúdos, com grande alegria, como sempre.

## **Bibliografia e documentação de referência.**

Grelhas do Guião para o Diagnóstico do Território - Plano Operacional de Respostas Integradas. Instituto da Droga e da Toxicodependência. (2011)

KIT Escolar - 'A verdade sobre as drogas' - Fundação para um mundo sem drogas.  
[www.pt.drugfreeworld.org](http://www.pt.drugfreeworld.org)

Fundación de ayuda contra la drogadicción - Campanhas de prevenção.  
[www.fad.es](http://www.fad.es)

Facebook/maisvaleprevenir

Internet Test Adiction. Tradução do Semanário Sol.  
<http://oficinadastic.no.sapo.pt/questionario/index.htm>

## **Anexos**

I. Questionário sobre conhecimento e consumo de substâncias psicoativas aplicado às turmas de 5º, 6º, 7º, 8º, 9º, 10º, 11º e 12º anos da Escola Básica e Secundária Manuel Gomes Ferreira entre Outubro e Dezembro de 2014.

II. Questionário sobre uso problemático da internet aplicado a 49 jovens em Junho de 2015.

## Anexo I

Drogas que eu conheço, nome e efeitos: (sublinha aquelas que conheces)

álcool  
cannabis  
MDA  
cocaína  
LSD  
outras\_\_\_\_\_

Já experimentas-te alguma droga? \_\_\_\_\_

Qual/quais\_\_\_\_\_

Com que regularidade? De vez em quando/semanalmente/ todos os dias

Os teus amigos ou as tuas amigas, consomem drogas?

Quais?\_\_\_\_\_

Com que regularidade? De vez em quando/semanalmente/ todos os dias

Alguém consome drogas na tua família?

Quais?\_\_\_\_\_

Com que regularidade? De vez em quando/semanalmente/ todos os dias

Se conheces alguém que tem um problema com as drogas a quem achas que deve/s pedir ajuda? (familiar, professor/a, centro de saúde, polícia...)

\_\_\_\_\_

Na escola, o tema das drogas é discutido com os alunos e alunas?

Em que disciplinas?

Em casa, o tema das drogas é discutido com os filhos e filhas?

Obrigada!

## Anexo II (1)

Assinala com uma cruz a resposta certa, se faz favor, para avaliar o teu nível de dependência da internet.

Sou um/a rapaz /rapariga  
tenho:        anos

1 - Estás ligado/a à Internet mais tempo do que pretendias?

- 1 - Raramente
- 2 - Ocasionalmente
- 3 - Frequentemente
- 4 - Quase sempre
- 5 - Sempre
- Não se aplica

2. Negligencias tarefas domésticas para passar mais tempo ligado/a?

- 1 - Raramente
- 2 - Ocasionalmente
- 3 - Frequentemente
- 4 - Quase sempre
- 5 - Sempre
- Não se aplica

3. Preferes a excitação da Internet à intimidade com o teu/tua parceiro/a?

- 1 - Raramente
- 2 - Ocasionalmente
- 3 - Frequentemente
- 4 - Quase sempre
- 5 - Sempre
- Não se aplica

4. Estabeleces novas relações com outros/as utilizadores/as na Internet?

- 1 - Raramente
- 2 - Ocasionalmente
- 3 - Frequentemente
- 4 - Quase sempre
- 5 - Sempre
- Não se aplica

5. As pessoas próximas de ti queixam-se sobre o tempo que passas ligado/a?

- 1 - Raramente
- 2 - Ocasionalmente
- 3 - Frequentemente
- 4 - Quase sempre
- 5 - Sempre
- Não se aplica

## Anexo II (2)

6. Os teus afazeres são alterados devido ao tempo que passas ligado/a?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
7. Verificas o correio electrónico antes de qualquer outra coisa que precisas de fazer?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
8. O teu desempenho ou produtividade na escola sofrem devido à Internet?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
9. Tens uma atitude defensiva ou de secretismo quando alguém te pergunta o que estás a fazer na Internet?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
10. Bloqueias os pensamentos perturbantes sobre a tua vida com pensamentos reconfortantes da Internet?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica

## Anexo II (3)

11. Quando não estás, desejas voltar a estar ligado à Internet novamente?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
12. Tens receio que a vida sem Internet seja aborrecida, vazia e sem alegria?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
13. Refilas, gritas ou ficas irritado/a se alguém te incomoda enquanto estás na Internet?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
14. Perdes o sono devido a estar na Internet até muito tarde?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
15. Ficas preocupado com a Internet quando não estás ligado/a ou fantasias com estar na Internet?
  - 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica

## Anexo II (4)

16. Dás por ti a dizer “só mais uns minutos” quando estás na Internet?
- 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
17. Tentas reduzir a quantidade de tempo que passas na Internet e não consegues?
- 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
18. Tentas esconder a quantidade de tempo que passas na Internet?
- 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
19. Escolhes passar mais tempo na Internet em detrimento de sair com outras pessoas?
- 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica
20. Sentes-te deprimido/a, instável ou nervoso/a, quando não estás na Internet e isso desaparece quando voltas a estar ligado?
- 1 - Raramente
  - 2 - Ocasionalmente
  - 3 - Frequentemente
  - 4 - Quase sempre
  - 5 - Sempre
  - Não se aplica

## Anexo II (5)

### **Resultados**

*Depois de ter respondido a todas as questões, soma os números que seleccionas-te para cada resposta para obter uma pontuação final. Quanto mais alta a pontuação for, maior é o nível de dependência e os problemas que o uso da Internet provoca. Segue a escala geral para ajudar a medir a tua pontuação:*

**20-49 pontos:** *És um utilizador médio. Por vezes poderás até navegar na Internet um pouco demais, no entanto, tens controlo sobre a tua utilização.*

**50-79 pontos:** *Estás a ter problemas ocasionais ou frequentes devido ao uso da Internet. Deves considerar o verdadeiro impacto na tua vida de estares ligado à Internet.*

**80-100 pontos:** *A utilização da Internet está a causar problemas significativos na tua vida. Deves avaliar o impacto da Internet e lidar com os problemas causados directamente pela tua utilização da mesma.*