

AS FAMÍLIAS E O CONSUMO DE ÁLCOOL EM JOVENS E ADOLESCENTES

Espera-se que os programas de prevenção multidimensionais sejam efetivos e se correlacionem em múltiplos níveis, como no caso dos contextos ambientais e sociais, sendo mais eficazes para a prevenção do uso de substâncias psicoativas do que os programas unidirecionais. Até hoje, a maioria das intervenções de prevenção familiar e comunitária tem sido desenvolvida em menor escala do que os programas de educação para a saúde nas escolas (sessões informativas).

O programa FERYA (Famílias em Rede e Ativas) foi criado com a missão de acompanhar as famílias para novas abordagens de prevenção através de um processo de capacitação, com enfoque nos modelos de abordagem comunitária que aproveita a força das associações familiares; Nessa perspectiva, estimula-se o desenvolvimento de atividades preventivas focadas no consumo de substâncias psicoativas (álcool) num âmbito de proximidade e ao nível local.

O programa FERYA é baseado em modelos teóricos grande evidencia, como o Modelo de Desenvolvimento Social (Catalano, & Hawkins, 1996), o modelo ecológico do desenvolvimento humano Bronfenbrenner (1981) e a abordagem para o desenvolvimento de capacitação organizacional (Peterson, & Zimmerman, 2004). O projeto EPOPS (Capacitar organizações de pais para prevenir o uso de substâncias psicoativas) foi desenvolvido com o objetivo de adaptar e avaliar a implementação do programa FERYA em dois países europeus: Espanha e Portugal.

O programa FERYA integrado no projeto EPOPS foi desenhado com o intuito de convidar os pais a se tornarem agentes de prevenção de referência, mais proactivos localmente, e capacitando-os para tal, pretendo assim alcançar um maior impacto a três níveis: família, comunidade e ambiente político e social. Portanto, através da formação e capacitação dos pais e representantes de associações de pais, o projeto visa alcançar e desenvolver:

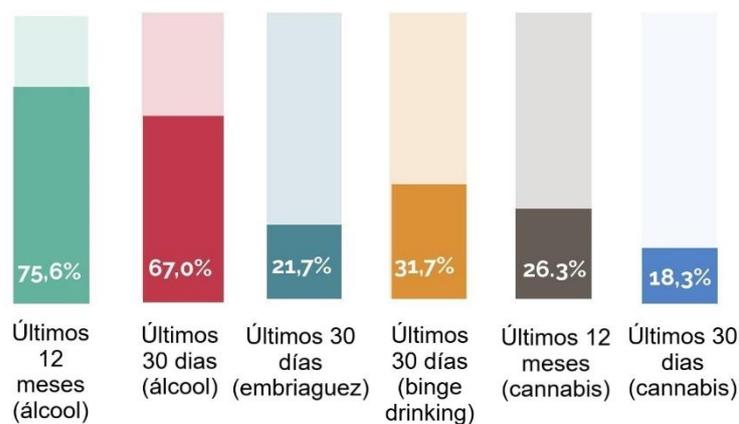
- 1) Um programa baseado na evidência científica, com um protocolo bem definido para a prevenção do abuso de substâncias (álcool) em crianças e adolescentes, bem como um programa de treino/formação para agentes locais de referência (educadores formais e informais).
- 2) Um modelo de avaliação que avalia o empoderamento das associações de pais.
- 3) Ferramentas/instrumentos para avaliar o compromisso da comunidade e motivação autodeterminada da mesma para mudar.

QUAIS OS RISCOS QUE AFETAM ATUALMENTE AS CRIANÇAS E ADOLESCENTES?

O início precoce do consumo de álcool, o desenvolvimento de estilos de vida pouco saudáveis, e a utilização excessiva das novas tecnologias e redes sociais, que interferem no desenvolvimento de crianças e adolescentes. Nos últimos anos, o alarme social aumentou devido a estes tipos de comportamento desajustado por parte dos adolescentes e muitas famílias, muitas vezes, se perguntam o que podem fazer para tentar proteger os seus filhos. No entanto, é cada vez mais difícil saber quais são os riscos reais e como agir. Os Obstáculos, tais como a percepção da falta de autoridade, a insegurança/incerteza na adoção do estilo parental mais adequado nestas situações, ou o medo de que as crianças e adolescentes fiquem ou se sintam privadas da liberdade, são algumas das preocupações mais comuns entre os pais.

O consumo de álcool em crianças e adolescentes deve ser nulo, mas não o é. Há evidências suficientes de que esse consumo é prejudicial à saúde e ao desenvolvimento saudável das mesmas. Apresentam-se dados de Espanha, Portugal e da UE que nos permitem conhecer mais detalhadamente este fenómeno de consumo nas faixas etárias mais jovens.

PREVALÊNCIA DE CONSUMO (ESPAÑA)



% permissividade das famílias



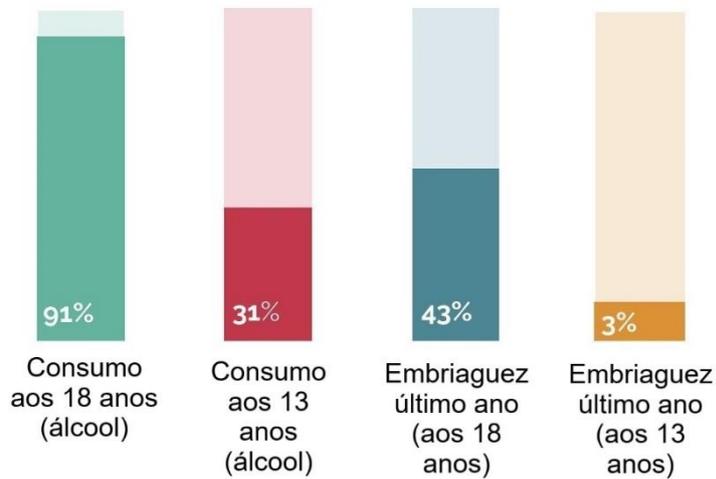
8,8% dos pais permitem o consumo de cannabis

48,3% dos pais permitem o consumo de álcool



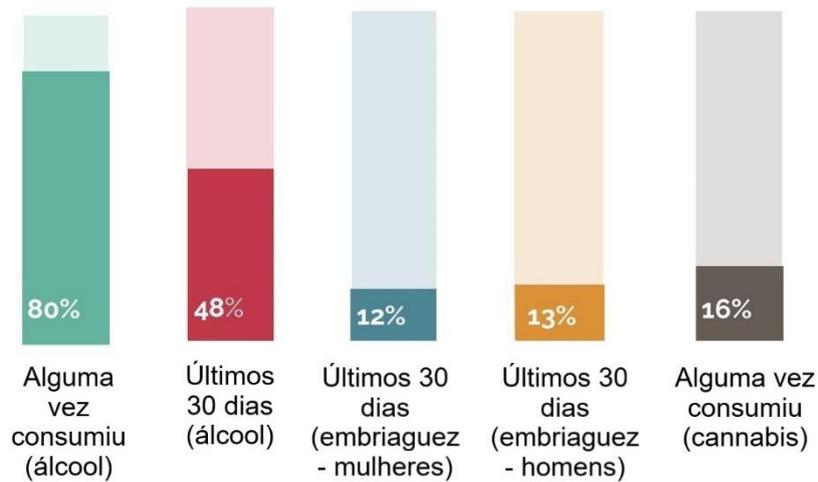
ESTUDES 2016-2017

PREVALÊNCIA DE CONSUMO (PORTUGAL)



SICAD 2016-2017

PREVALÊNCIA DE CONSUMO (EU)

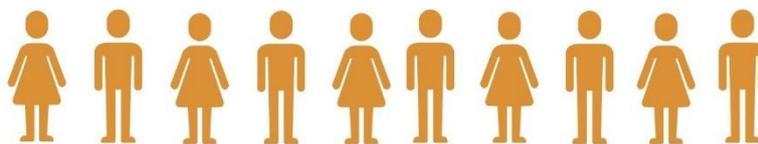


ESPAD 2015

DADOS ESPANHA (14-18 anos)

Relatório ESTUDES 2016/2017

Diferenças de género no consumo



Álcool

49,7 % (F)
50,3 % (M)

**Não ha diferenças
significativas entre homens e
mulheres**

ESTUDES 2016-2017

O relatório ESTUDES indica que 64.8% dos alunos da amostra consumiram álcool em bares e 50% em discotecas; que 59% conseguiram comprar álcool nos supermercados e 2% consumiram em casa, e 28% nas casas de outras pessoas/amigos.

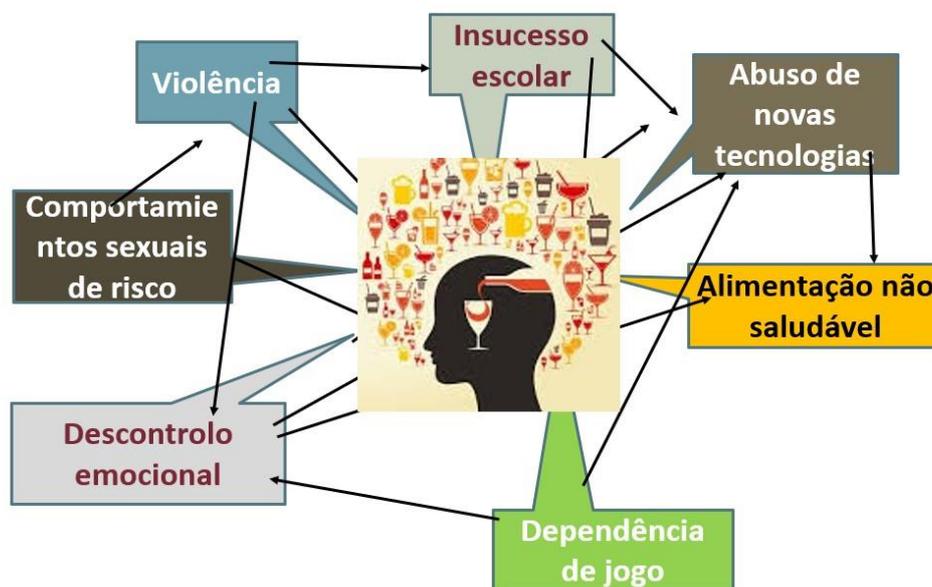
SABER MAIS

- Relatório ESTUDES:
http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/pdf/ESTUDES_2016_Informe.pdf
- Inquérito ESPAD: <http://www.espad.org/report/home/>
- SICAD:
http://www.sicad.pt/EN/Publicacoes/Paginas/detalhe.aspx?itemId=135&lista=SICAD_PUBLICACOES&bkUrl=BK/Publicacoes/

OS RISCOS ATUAM EM REDE

Existe uma ampla gama de riscos que afetam os jovens na nossa sociedade todos os dias. Estes riscos estão, muitas vezes, intimamente ligados, partilham causas e soluções comuns, portanto, se conseguirmos influenciar um dos factores, sem dúvida, também estaremos a influenciar os outros.

O consumo de álcool ocupa, nesse sentido, um lugar central no modelo de entretenimento de muitos jovens, atuando como o epicentro da rede de riscos que podem afetar as crianças e os adolescentes.



A prevenção dos mesmos deve ser considerada como a melhor estratégia de ação para promover um estilo de vida saudável nos nossos jovens.

Para atingir este objetivo, as famílias configuram-se como um elemento-chave para a prevenção, e portanto, devem assumir um papel que lhes corresponda como agentes ativos e indispensáveis para a eliminação de comportamentos de risco que afetam a vida de seus filhos e filhas. Já que são as pessoas que os conhecem melhor, e com maior impacto, podem influenciar as suas decisões.

SABER MAIS

- Mais acerca do álcool: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14659891.2018.1510050?journalCode=ijsu20>
- O número de adolescentes envolvidos em jogos de azar está a aumentar: http://www.ferya.es/wp-content/uploads/2018/05/Boletin_30_juego-azar.pdf
<http://www.diputacionalicante.es/wp-content/uploads/2018/05/RESUMEN-EJECUTIVO-APUESTAS-2017.pdf>

- Bullying e cyberbullying: uma emergencia social debido ao incremento da sua incidência:
http://www.prevencionfamiliar.net/uploads/PDF_Boletines_Noticias/PF_Boletin_24.pdf
- A ocorrência simultanea do consumo de álcool e sexo ocorre em idade muito precoce:
http://www.prevencionfamiliar.net/uploads/PDF_Boletines_Noticias/PF_Boletin_22.pdf
<https://spr.confex.com/spr/spr2018/webprogram/Paper26709.html>
<http://irefrea.org/proyectos/stopsv/>
- A relação dos jovens com as novas técnicas:
http://www.prevencionfamiliar.net/uploads/PDF_Boletines_Noticias/PF_Boletin_17.pdf
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4432862/>
- Hábitos alimentares não saudáveis podem estar ligados a maior consumo de álcool:
http://www.ferya.es/wp-content/uploads/2018/01/Boletin_29-Bebidas-energizantes.pdf
<https://spinalresearch.com.au/sugar-addiction-linked-alcoholism/>

FACTORES DE RISCO E DE PROTEÇÃO

Comportamentos de risco, como consumo de álcool, podem ser facilitados pela presença de determinados fatores, chamados de "**fatores de risco**" que promovem o aparecimento destes, por exemplo, a consideração de vida noturna como a principal atividade de lazer para os jovens.

Além disso, é possível retardar ou mesmo impedir o desenvolvimento de tais comportamentos de risco quando implementamos **fatores de proteção**, tais como incentivar a criação de espaços de lazer alternativos saudáveis.



Devido à natureza interligada dos riscos, quando se ativa um factor de risco, geralmente aparecem outros; mas também graças a esta condição, quando um fator de proteção funciona, nós começamos também a ter um impacto sobre os outros fatores, de modo que, no final, obtém-se um efeito preventivo sobre outros factores de riscos. Vários aspectos da vida dos jovens podem ser afetados por fatores de risco, mas também implica que uma contraparte terá de agir de forma protetora, preventivamente. Eles são representados nas várias esferas de influência, onde estes se influenciam uns aos outros.

ESTILOS PARENTAIS

O modelo de relacionamento que os pais mantêm com os seus filhos pode atuar como um poderoso fator protetor, mas também pode ser um fator de risco para o desenvolvimento de comportamentos de risco. Adaptar estilos parentais para torná-los um fator protetor de prevenção pode ser uma boa maneira de começar a prevenir o aparecimento de tais comportamentos de risco.

Considera-se que existem quatro estilos predominantes:

AUTORITÁRIO	DEMOCRÁTICO
<ul style="list-style-type: none"> • Estabelecer normas sem contar com a opinião dos filhos. • Disciplina baseada na afirmação do poder. • Comunicação pais-filhos pobres. • Pouca demonstração de afeto • Irritabilidade, poucas habilidades sociais, passividade, agressividade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Exigente, mas sensível e afectuoso. • Disciplina indutiva, baseada no raciocínio. • Consequências apropriadas e proporcionadas. • Comunicação aberta e frequente. • Melhor desempenho escolar, alta auto-estima, boas habilidades sociais. 
INDIFERENTE/DISTANTE	PERMISSIVO
<ul style="list-style-type: none"> • Pouco interesse no cumprimento dos normas e regras. • Pouca demonstração de afeto. • Dá pouca importância aos desejos, interesses dos filhos. • Se o relacionamento é hostil: maior incidência de comportamentos disruptivos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Boa comunicação, demonstração de afeto. • Disciplina baseada no raciocínio, mas às vezes inconsistente. • Evita confrontos • Independência, boa autoestima 

A IMPORTÂNCIA DOS FATORES AMBIENTAIS

Referimo-nos a fatores ambientais quando falamos de regulamentação e promoção do consumo.

A grande quantidade de publicidade presente nos média, nas ruas, nas redes sociais ou nas festas populares é um fator determinante para a iniciação e consolidação do hábito do consumo de álcool entre jovens e adolescentes. A propaganda evoluiu, incluindo modelos de referência do atual público alvo adolescente e juvenil (influencers), criando uma publicidade mais interativa, com uma intenção claramente voltada para um público cada vez mais jovem.



A vida noturna e a indústria do turismo traduzem grandes benefícios económicos para os habitantes locais e entidades dedicadas ao consumo, mas o atual modelo de gestão não protege os jovens dos perigos ligados ao consumo de álcool e outras adições. É necessário promover a criação de normas e regras que protejam realmente os jovens do grande impacto negativo que tem na sua saúde.

Nos últimos anos, experiências de programas de prevenção bem sucedidos na Europa foram implementados para regular o consumo de álcool entre os jovens a nível comunitário. O projeto STAD, por exemplo, propõe a implementação de um modelo de intervenção em locais de lazer em sete países europeus para regular o consumo de álcool em menores, baseado na distribuição responsável de álcool.

Da mesma forma, certos hábitos e comportamentos socialmente aceites perpetuam o modelo recreativo associado ao consumo de álcool, e acabam por exercer uma forte influência nos jovens e um obstáculo para inverter a tendência do consumo juvenil.

SABER MAIS

- Políticas de prevenção:
http://www.prevencionfamiliar.net/uploads/PDF_Boletines_Noticias/PF_Boletin_23.pdf
<http://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/7882/Environmental-substance-use-prevention-Interventions-in-Europe.pdf>
<https://www.instituteforgovernment.org.uk/sites/default/files/publications/MINDSPACE.pdf>
STAD in Europe: <http://stadineurope.eu/project/>
- Gestão da diverção nocturna e festas locais:
http://www.prevencionfamiliar.net/uploads/PDF_Boletines_Noticias/PF_Boletin_25.pdf
- A publicidade e o álcool:
http://www.prevencionfamiliar.net/uploads/PDF_Boletines_Noticias/Boletin26.pdf
http://www.prevencionfamiliar.net/uploads/PDF_Boletines_Noticias/Boletin27.pdf
http://www.prevencionfamiliar.net/uploads/PDF_Boletines_Noticias/Boletin28.pdf
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28930054>
<https://euspr.hypotheses.org/921>

O PAPEL DAS FAMÍLIAS NA PREVENÇÃO

O passo necessário para alcançar esta mudança é começar a mudar a nossa atitude em relação às nossas ações na sociedade, começando a participar proactivamente em todas as áreas que pudermos.

Os pais devem participar ativamente nas organizações/associações familiares, devem organizar, aprender a desenvolver habilidades de comunicação e estabelecer sinergias através de contatos com outras entidades e com a administração local. A criação de redes será a maior força das famílias, evitando o isolamento e reduzindo o sentimento de desamparo, sendo bem-vindas, bem-vista e apoiadas pelos diferentes grupo ou entidades locais de intervenção comunitária.



Para que a mudança social ocorra, é necessário contar com o apoio de outras instituições, da administração, dos profissionais na área da prevenção e de outras organizações familiares, que possam fornecer assistência técnica às famílias, por meio do aconselhamento acerca dos programas prevenção ou o desenvolvimento de estratégias de ação, e apoio administrativo ou de infraestruturas, necessários para garantir que as suas demandas/iniciativas sejam ouvidas também nas esferas políticas e que pessoas com recursos para fazê-lo, possam tomar as medidas necessárias para iniciar uma mudança real.



Co-funded by the European Union's Justice Programme – Drugs Policy Initiatives

EPOPS – Empowering parents organizations to prevent substance-use
758400 – JUST-2016-AG-DRUG (2017-2019)