

PROMOÇÃO DE SAÚDE NA ESCOLA: PREVENÇÃO DO CONSUMO DE ÁLCOOL EM ADOLESCENTES COM VULNERABILIDADE ACRESCIDA

O consumo de álcool nos adolescentes portugueses, assim como o seu consumo excessivo, constitui sem dúvida um problema atual de saúde pública. As consequências de ordem física, mental e social podem atingir proporções gravíssimas na saúde dos jovens, causando um enorme impacto social e na saúde.

A evidência científica tem vindo a demonstrar a existência de padrões de consumo de alto risco, nomeadamente em adolescentes, revelando que: a idade com que os adolescentes têm o primeiro contacto com bebidas alcoólicas é cada vez mais prematuro. É também possível atribuir causalidade entre a dependência alcoólica com estes padrões de consumo e a sua precocidade, sendo responsável por uma maior probabilidade de ocorrência de dependência alcoólica.

O consumo de álcool na adolescência assume particular importância, devido à vulnerabilidade a que os mesmos estão expostos. Ao nível de desenvolvimento biológico, em que o processo de maturação do Sistema Nervoso Central não está desenvolvido o suficiente, causando alteração na capacidade de degradação do álcool, e provocando danos cerebrais e deficits neuro cognitivos com impacto na aprendizagem e desenvolvimento intelectual dos adolescentes (Barroso, 2012; Lourenço 2014). Por outro lado, a evidência tem vindo a demonstrar que o início precoce de consumo de álcool está associado a comportamentos de risco, tais como absentismo escolar, comportamentos agressivos, acidentes de viação e consumo de outro tipo de drogas (Zeigler et al, 2005; Barroso, 2012; Rodrigues, 2014; Lourenço 2014).

A intervenção comunitária teve como objetivo geral, a promoção de estilos de vida saudáveis/comportamentos, através da prevenção do consumo de álcool em adolescentes, com vulnerabilidade acrescida.

Os enfermeiros, têm um papel preponderante, no desenvolvimento de estratégias de intervenção que visam a educação sobre o consumo de álcool nos adolescentes, no qual se destaca a promoção da saúde.

Este projeto foi desenvolvido na UCC do Seixal sob a orientação da Enfermeira Susana Santos e do Professor Doutor José Edmundo Sousa, na Escola Básica Nun'Alvares, no período compreendido entre Setembro de 2017 e Março de 2018, no âmbito do Programa Nacional de Saúde Escolar.

Foi utilizada a metodologia do Planeamento em Saúde, e teve como referencial teórico o Modelo de Promoção da Saúde de Nola Pender, que preconiza uma abordagem biopsicossocial no contacto com a pessoa, em que os enfermeiros têm uma oportunidade única de assumir a liderança na promoção de mais e melhor saúde para a comunidade. Promover e estimular mudanças de comportamentos relacionados com a saúde, aumentar comportamentos saudáveis e reduzir comportamentos de risco para a saúde, são o grande desafio do Enfermeiro (Pender et al., 2015).

Dados recolhidos junto dos estudantes revelaram que a maior parte já teve experiência de consumos de bebidas alcoólicas e que este consumo terá ocorrido entre os 7 e os 15 anos. A esmagadora maioria, 93%, refere que a curiosidade foi o fator que despoletou a experimentação. Cerca de 60% dos adolescentes inquiridos manifestam sentimento de solidão, o que nesta faixa etária é bastante preocupante. Este aspeto poderá estar relacionado com o sentimento de não pertença a determinado grupo ou o facto de não serem populares nesse meio. A análise de dados mostrou também níveis elevados de défice de conhecimento acerca do álcool, não só no que diz respeito aos efeitos farmacológicos do álcool, ação e consequências no organismo, mas também através da presença de ideias acerca do álcool que estão ligadas a mitos e falsos conceitos.

A intervenção comunitária teve como finalidade a promoção de comportamentos saudáveis de modo a contribuir para o crescimento do nível de literacia em saúde da comunidade educativa; contribuir para o processo de capacitação de grupos e comunidades; contribuir para a melhoria da qualidade do ambiente escolar e para a minimização dos riscos para a saúde; promover a saúde, prevenir a doença da comunidade educativa e reduzir o impacto dos problemas de saúde no desempenho escolar dos/as alunos/as.

A intervenção foi efetuada junto dos alunos do 8º ano de escolaridade, nas aulas de atividade física e saúde e educação visual.

A intervenção teve vários momentos com os estudantes do 8º ano. Foram realizadas várias sessões de educação para a saúde sobre o álcool, de forma a colmatar as falhas detetadas no questionário de conhecimentos acerca do álcool; a elaboração de um trabalho em grupo sobre a presença e o risco do álcool em alguns pilares da vida quotidiana, tais como família, escola, amigos, desporto e namoro.

Os trabalhos foram expostos no átrio da Escola, onde decorreu uma sessão comemorativa do Dia dos Afetos envolvendo toda a comunidade educativa. Todos os alunos receberam um prémio de participação e os autores do melhor trabalho receberam cada um uma bola de futebol (assinada pelos jogadores) entregue por um jogador do Benfica.

Como futura enfermeira especialista em Enfermagem Comunitária considero ser imprescindível um entendimento profundo das respostas humanas aos processos de vida e aos problemas de saúde, bem como uma elevada capacidade para responder, de forma adequada, às necessidades dos diferentes indivíduos, grupos e comunidades, proporcionando ganhos efetivos em saúde.

É imprescindível e emergente que se dê visibilidade à excelência da profissão de Enfermagem através da produção de indicadores que permitam demonstrar os ganhos em saúde a nível dos cuidados, transformando-nos deste modo em vetores de mudança, e assim contribuir para uma melhor qualidade de vida da população.

Referências Bibliográficas

Barroso, T., (2012). Parar para pensar: Intervenção em contexto escolar para a prevenção do uso e abuso do álcool. Loures: Lusociência

Lourenço, R., Martins, L., M., Soares, M., Duarte, S., Gomes, F. (2014). Consumo de álcool na adolescência: desafios de uma nova realidade. Acta Médica Portuguesa. 45:260-265.

Pender, N., Murdaugh, C., & Parsons, M. (2015). Health Promotion in Nursing Practice (7ª ed.). New Jersey: Pearson

Rodrigues, P., Salvador, A., Lourenço, I, Santos, L. (2014). Padrões de consumo de álcool em estudantes da Universidade de Aveiro: Relação com comportamentos de risco e stress. Análise Psicológica. 4 (XXXII): 453-466.

Zeigler DW, Wang CC, Yoast RA, Dickinson BD, McCaffree MA, Robinowitz CB, Sterling ML, Council on Scientific Affairs, American Medical Association. (2005). The neurocognitive effects of alcohol on adolescents and College Students. PrevMed 40(1):23-32.

