



Semana da Prevenção do Alcoolismo
por João Moreira Pinto

Índice

Ficha Técnica	p. 3
O Problema	p. 4
A Medida	p. 5
Os Resultados	p. 7
Análise Crítica	p. 9
Agradecimentos	p. 10

1. Promotor: Associação de Estudantes do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar;

1.1. Ideia e coordenação: João Moreira Pinto.

2. Apoios recebidos:

- 2.1. Delta Cafés: 1500€;
- 2.2. Governo Civil do Distrito do Porto: 1500€;
- 2.3. Laboratórios Bial: 1000€;
- 2.4. TVtel: alojamento e concepção da Página da Internet;
- 2.5. NTV: apoio à divulgação;
- 2.6. Câmara Municipal do Porto: apoio institucional.
- 2.7. Centro Regional de Alcoologia do Norte: apoio científico.
- 2.8. Direcção Geral de Viação: cedência dos alcoolímetros de sopro

3. Orçamento disponível: 4000€.

4. Duração temporal: 6 dias (27 de Outubro a 1 de Novembro de 2003).

5. Resumo:

a. O problema:

Taxa elevada de consumo de álcool em Portugal, em especial nos jovens, e suas consequências.

b. A Medida:

Campanha de sensibilização para os problemas do consumo excessivo de álcool, incluindo: distribuição de panfletos à porta das discotecas, lançamento de uma página da Internet, formação de futuros médicos na área da alcoologia, entre outras actividades.

c. Os Resultados:

Recolha de dados para estudo estatístico.

Esclarecimento dos jovens do Grande Porto.

Impacto nos *media* e difusão de informação a nível nacional.

Formação dos estudantes de Medicina na área da alcoologia.

d. Avaliação crítica:

Vários sectores da Sociedade uniram-se numa causa comum: o combate ao alcoolismo.

A repetir. Alargar a nível nacional?

6. Anexos

_CD: Página da Internet + Panfleto + Cartaz + Projecção nos cinemas AMC + Inquérito + Cópia digital deste documento.

_Fotocópias das notícias.

_Panfleto

7. Contacto: João Moreira Pinto - 914 747 506

O Problema

O consumo abusivo de álcool acarreta consigo uma série de problemas de saúde a curto e a longo prazo, como pancreatite, cirrose alcoólica, depressão, cancro gástrico, acidentes vasculares cerebrais, enfarte do miocárdio, etc. Mas os efeitos nefastos do álcool não se cingem ao próprio, pois têm também consequências sociais graves: comportamentos sexuais de risco, violência doméstica, acidentes rodoviários e de trabalho.

A taxa de consumo de álcool em Portugal é elevada e crescente, especialmente nos jovens. “Portugal é o 4º maior consumidor de álcool da União Europeia” (...) “Tem havido um enorme aumento do consumo da cerveja e das bebidas destiladas, especialmente entre os jovens, que adoptam cada vez mais um padrão de consumo maciço aos fins-de-semana (à volta dos “pubs” e discotecas)” (Serviço de Prevenção e Tratamento da Toxicodependência, 2004).

Mais, o álcool é responsável por “25% dos acidentes que vitimam o condutor e/ou os passageiros, 50% das colisões fatais e 65% dos acidentes envolvendo um só condutor” (fonte: Centro Regional de Alcoologia do Norte).

Resumindo, o consumo abusivo de álcool é um problema social grave e, por isso, deve ser combatido. Foi nessa perspectiva que os estudantes de Medicina do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar (ICBAS) se juntaram para levar a cabo a primeira Semana da Prevenção do Alcoolismo.

Idealizada e coordenada por João Moreira Pinto, Presidente da Associação de Estudantes do ICBAS à data da realização deste projecto, a **Semana da Prevenção do Alcoolismo** envolveu vários sectores da sociedade Portuense: comunicação social, discotecas, profissionais de saúde, informáticos, políticos e universitários.

A **Semana de Prevenção do Alcoolismo** decorreu durante a semana de 27 de Outubro a 1 de Novembro de 2003 e consistiu numa campanha de sensibilização aos perigos físico, psicológicos e sociais do álcool, junto da população. A população-alvo principal foram os jovens, mas procurando sempre fazer chegar a mensagem aos restantes grupos etários. Para a concretização deste objectivo, durante a **Semana de Prevenção do Alcoolismo**, houve:

a) Campanha nas discotecas do Porto

Os 26 estudantes de Medicina participantes foram para a porta das principais discotecas do Grande Porto, onde:

1. distribuíram 10000 panfletos informativos à saída das discotecas. Panfletos estes com um *design* que facilitava a colocação no bolso "para ler no dia seguinte".
2. fizeram "testes do balão",
3. prestaram esclarecimentos sobre o alcoolismo e
4. ajudaram clientes das discotecas que estejam alcoolizados.

Uma discoteca por noite, durante uma semana:

- terça-feira :: B-Side Caffée
- quarta-feira :: Vogue
- quinta-feira :: Estado Novo
- sexta-feira :: Tomate
- sábado :: Via Rápida



figura 1. A equipa com o Dr. Manuel Moreira, Governador Civil do Porto.

Todo a informação dos panfletos foi redigida pelo coordenador do projecto a partir dos textos cedidos pelo Centro Regional de Alcoologia do Norte.

b) Página da Internet

Foi lançada uma página da Internet dirigida aos jovens (de todo Mundo) com toda a informação sobre alcoolismo: factos e números, consequências a curto e a longo prazo, auto-teste, prevenção rodoviária, onde procurar ajuda, como ajudar o próximo em caso de coma alcoólico e muito mais.

A página da Internet é uma compilação dos textos cedidos pelo Centro Regional de Alcoologia do Norte. Foi desenhada pela TVtel e estará *online*, pelo menos, durante um ano, no endereço <http://alcoholjovem.tvtel.pt>.

c) Mesa-Debate

A NTV associou-se à **Semana da Prevenção do Alcoolismo** para transmitir na quinta-feira (dia 30) uma mesa-debate em directo, com convidados ligados ao tema "Prevenção do Alcoolismo".

Estiveram presentes o **Prof. Doutor Pinto da Costa** (Professor do ICBAS), a **Dra. Rosa Encarnação** (Directora do CRAN, **um ex-alcoólico, um Médico de Lisboa especialista em recuperação de alcoólicos** e **João Moreira Pinto** (coordenador da Semana).

d) Talk-shows

Na tentativa de chegar a um público mais alargado, a **Semana da Prevenção do Alcoolismo** esteve presente em vários talk-shows diários, para falar dos problemas do consumo excessivo de álcool:

- 23 de Novembro, XPTO (NTV)
- 29 de Novembro, Praça da Alegria (RTP)
- 29 de Novembro, Curto Circuitos (SIC Radical)
- 31 de Novembro, Portugal no Coração (RTP)

e) Estudo Científico



figura 2 - Um inquirido vê o resultado do 'teste do balão'.

Durante a campanha nas discotecas, fizeram-se questionários sobre o consumo de álcool seguidos de um "teste do balão". Os dados recolhidos servirão para um estudo epidemiológico sobre os hábitos alcoólicos dos jovens da cidade do Porto.

1. Recolha de dados para estudo estatístico

A ideia inicial seria disponibilizar estes dados a um grupo de alunos que frequentam a Disciplina de Epidemiologia, para que estes pudessem tratar os dados e tirar as devidas conclusões. Porque o Professor Regente da Disciplina soube que os alunos faltaram nos dias em que se comprometeram ir ajudar na campanha, não os deixou usar os dados.

De qualquer maneira, a parte mais difícil (a recolha no terreno dos dados) está feita. Serão no futuro tratados e discutidos, numa altura em que haja maior disponibilidade de tempo para o fazer.

2. Esclarecimento dos jovens do Grande Porto

Durante a campanha à porta das discotecas era visível o entusiasmo dos jovens em participarem na **Semana da Prevenção do Alcoolismo**. Certamente que muitos eram atraídos pelo “teste do balão”, mas todos levavam o panfleto para casa. O formato do panfleto permitia que facilmente fosse colocado no bolso das calças, o que justificava o número reduzido de panfletos que eram atirados para o chão.

Os alcoolímetros de sopro mostraram a muitos dos jovens que, apesar de sentirem ébrios, tinham alcoolémias altas demais para guiar. Infelizmente, apenas alguns seguiram o conselho de não guiarem para casa.

Havia ainda alguns, principalmente os mais novos, que colocavam questões pertinentes sobre o consumo de álcool e as suas consequências.

3. Impacto nos media e difusão de informação a nível nacional.

Este ponto foi o que mais surpreendeu, dada a adesão massiva dos órgãos de comunicação social à divulgação da **Semana da Prevenção do Alcoolismo**, aproveitando também para abordar o problema do abuso do álcool.

Assim, para além da publicidade nos cartazes da Câmara Municipal do Porto (70 *muppies*) e através da projecção nos *slide-show* dos cinemas AMC, a **Semana da Prevenção do Alcoolismo** foi notícia:

_nos jornais: 24 horas, Diário de Notícias, Comércio do Porto, Jornal de Notícias e Público (também no ‘sobe e desce’ semanal).

_em rádios e televisões:

- 23 de Outubro - apresentação em directo no programa XPTO da NTV;
- 27 de Outubro - entrevista em directo no jornal da tarde da NTV;
 - entrevista gravada na Rádio Lidador;
 - entrevista gravada na Rádio Festival;
- 28 de Outubro - entrevista em directo no programa Via Norte, Antena 3;
 - reportagem no terreno do telejornal da RTP para os noticiários;
 - reportagem no terreno da TSF;
- 29 de Outubro - apresentação em directo na Praça da Alegria da RTP;
 - entrevista em directo na Antena 1;
 - apresentação em directo no Curto Circuito da SIC Radica I;
- 30 de Outubro - entrevista para programa Boas Notícias da Rádio Renascença;
 - debate em directo na NTV;
- 31 de Outubro - apresentação em directo no Portugal do Coração da RTP.



figura 3. Entrevista da RTP para os noticiários.

3. Formação dos futuros médicos na área da alcoologia

Para além do trabalho na Sociedade, a **Semana da Prevenção do Alcoolismo** ajudou os estudantes do ICBAS a perceber melhor este problema. Assim, os alunos participantes receberam formação de uma Psicóloga e de uma Nutricionista do Centro Regional de Alcoologia do Norte.

A **Semana da Prevenção do Alcoolismo** foi uma aposta ganha. Vários sectores da Sociedade uniram-se numa causa comum: o combate ao alcoolismo. O impacto nos meios de comunicação social é o reflexo do sucesso desta actividade e serviu de motor para a divulgação dos riscos do consumo abusivo de álcool a nível nacional.

Desde o início apostou-se numa imagem irreverente e numa comunicação de jovens para jovens: sem complexos nem preconceitos. Se a mensagem passou ou não para os jovens? É difícil de responder, pois seria necessário fazer um estudo horizontal, ao longo de vários anos. Mas, **nem que seja por aquelas pessoas que, depois de fazerem o “teste do balão”, aperceberem-se que, apesar de se sentirem “bem”, estavam com alcoolémias acima dos níveis exigidos para uma condução segura e já não guiarem para casa, valeu a pena.** Quem sabe não foram prevenidos alguns acidentes durante essa semana?

Existe a vontade de repetir esta actividade e de comparar os dados obtidos no decorrer dos anos, estudando a evolução dos hábitos alcoólicos dos frequentadores das discotecas do Grande Porto. No entanto, os mandatos das Associações de Estudantes são de um ano, o que coloca limites a um programa continuado no tempo.

Recentemente a Associação Nacional de Estudantes de Medicina mostrou-se interessada em realizar esta actividade a nível nacional, através das 7 Escola Médicas do País. Mais, a **“Semana da Prevenção do Alcoolismo”** será em breve apresentada à European Medical Students Association, para ser criado um manual da actividade de forma a ser realizado pelas Associações de Estudantes de Medicina dos restantes Países da Europa.

Agradecimentos

Agradecimento especial a todos os alunos que participaram activamente na **Semana da Prevenção do Alcoolismo**. Foram cerca de 26 alunos de Medicina que, durante esta Semana, abdicaram das suas actividades diurnas, principalmente as aulas, para poderem entregar-se a esta causa.

Agradecimento a todos os apoiantes e patrocinadores da Associação de Estudantes do ICBAS, durante o mandato 2003/2004, em especial:

- Patrocinadores Anuais da AEICBAS: Roche, LabMed e Caixa Geral de Depósitos.
- Patrocinadores da Semana da Prevenção do Alcoolismo: Governo Civil do Distrito do Porto, Delta Cafés e Laboratórios Bial.
- Apoios para a Semana da Prevenção do Alcoolismo: Centro Regional de Alcoologia do Norte, TVtel, Câmara Municipal do Porto e Direcção Geral de Viação.