



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências da Saúde

Fatores associados ao consumo de álcool em adolescentes escolarizados

Cátia Patrícia da Silva Cruz

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em
Medicina
(ciclo de estudos integrado)

Orientador: Prof. Doutor Paulo Vitória
Coorientadora: Prof. Doutora Célia Nunes

Covilhã, junho de 2017

Agradecimentos

Ao orientador Prof. Doutor Paulo Vitória pela objetividade e profissionalismo com que me orientou neste trabalho.

À coorientadora Prof. Doutora Célia Nunes pela disponibilidade e imprescindíveis sugestões em todas as etapas desta dissertação.

Aos meus pais pela sólida formação que sempre me proporcionaram, pelos valores que me inculcaram e pelo apoio inextinguível.

À minha irmã, valor seguro na minha vida, por acreditar em mim e por todo o amor.

Aos meus familiares por estarem sempre presentes com o amor, carinho e atenção que me demonstram constantemente.

Aos meus amigos, pela amizade e pelo carinho que sempre me endereçaram.

Resumo

A prevenção do consumo de álcool é uma das problemáticas que dominam as estratégias de educação para a saúde em contexto escolar, não só pelas consequências perniciosas que lhe estão associadas, mas também pelo facto de, tratando-se de uma substância largamente difundida, estar acessível a um espectro de idades cada vez mais alargado.

O presente estudo tem como objetivo identificar fatores relacionados com o consumo de bebidas alcoólicas em adolescentes, considerando variáveis de carácter pessoal, social, escolar e relacional. Trata-se de um estudo de carácter descritivo-correlacional, com base numa amostra aleatória constituída por 480 estudantes (do 5º ao 12º anos) de ambos os géneros (51,7% raparigas), com uma média de idades de 12,88 anos (DP=2,06), pertencentes a 7 escolas públicas da área metropolitana de Lisboa. Todos os estudantes responderam a um questionário estruturado e os dados foram analisados com base no software SPSS.

Os resultados indicam que o consumo se inicia frequentemente na presença dos pais e que a facilidade com que os jovens têm acesso a bebidas alcoólicas, bem como a permissividade ao seu consumo em locais públicos são fatores de risco para o uso e abuso de álcool. Verifica-se ainda uma associação significativa entre o consumo de álcool e de tabaco, ao contrário do que acontece com outros hábitos de vida (nomeadamente a alimentação saudável e o exercício físico). O sexo não está relacionado com o consumo de álcool. Por outro lado, é igualmente provável que os jovens adquiram hábitos etílicos, independentemente de terem no seu plano curricular aulas que abordem o assunto ou de alguém os alertar para os eventuais riscos deste consumo.

Este estudo reitera, pois, que o consumo de álcool representa uma problemática multifatorial, pelo que a abordagem para a sua prevenção e controlo das consequências deverá ser o mais abrangente possível. A iniciação ocorre precocemente e muitas vezes na presença dos pais, o que sugere a necessidade de medidas específicas de prevenção dirigidas aos pais. A escola, meio de socialização por excelência, deverá ter um papel crucial na prevenção do consumo de álcool, liderando as campanhas preventivas do consumo, mas tanto a família como a própria sociedade deverão ser integradas neste processo, por forma a garantir-se uma prevenção sustentada, esclarecida e coesa, passível de ser praticada por todos e com resultados efetivos.

Palavras-chave

Consumo de álcool; prevenção do abuso de álcool; adolescentes.

Abstract

The prevention of alcohol consumption is one of main concerns of the Health education strategies in the schools because of the pernicious consequences associated with it and the increased access to it.

This study tries to identify the factors related with the consumption of alcoholic drinks in teenagers and considers the personal, social, school and relational character as variables. It's a descriptive-correlational study based in an aleatory sample, composed by 480 students (between 5th and 12th) of both genders (51.7 %of girls), which the mean age is 12.88 years (SD=2.06) of 7 schools of Lisbon metropolitan area. All of the students answered to a quiz and the data was analyzed based on SPSS software.

The results show that alcohol consumption starts, usually, in the parent's presence. Also show that the risk factors of alcohol abuse are the easiness and ability of access to alcoholic drinks in public places. However, the study shows a link between alcohol consumption and Tabaco, in contrast to other life habits (namely healthy diet and exercise). The gender is not related with alcohol consumption. On the other hand, it is equally probable that teenagers acquire these alcohol habits, regardless of their classes that approach the subject or someone to alert them to the risks of this consumption.

This study concludes that the alcohol consumption is a multifactorial problem, and should be approach widely. Usually, teenagers start the consumption early and in the parent's presence, that's why it's important to create a prevention program involving the parents. The school should have a fundamental play in the prevention of alcohol consumption, leading programs of prevention but the family and society should be integrated in this project too, to create a sustainable, enlightened and cohesive strategy that can be applied by everyone and with effective results.

Keywords

Alcohol consumption, prevention of alcohol abuse, teenagers.

Índice

Agradecimentos	ii
Resumo	iii
Palavras-chave	iii
Abstract.....	iv
Keywords.....	iv
Índice de Tabelas.....	vi
Índice de Figuras.....	vii
Lista de Acrónimos	viii
1. Introdução.....	1
1.1. Objetivos.....	2
2. Metodologia de investigação	3
2.1. Descrição do estudo	3
2.2. Amostra do estudo e procedimento de recolha de dados	3
2.3. Instrumento de colheita dos dados	3
2.4. Análise estatística	4
3. Resultados.....	5
3.1. Caracterização dos dados	5
3.2. Caracterização do comportamento de consumo de álcool	6
3.2.1. Experiência de consumo.....	6
3.2.2. Padrão de consumo	7
3.2.3. Motivos do consumo	9
3.2.4. Acessibilidade.....	12
3.2.5. Abordagem e prevenção do problema	15
3.2.6. Outros hábitos	16
4. Discussão	19
5. Conclusão	24
6. Bibliografia	26
7. Anexos	29

Índice de Tabelas

Tabela 1: Caracterização da amostra.	5
Tabela 2: Caracterização da amostra de acordo com o sexo, ano de escolaridade e local de residência.	5
Tabela 3: Relação entre a experiência de consumo de álcool e o local de residência ou o sexo.	6
Tabela 4: Idade da primeira experiência de consumo de acordo com a bebida selecionada.	7
Tabela 5: Consumo de pelo menos uma bebida alcoólica ou estado de embriaguez, tendo em conta o período temporal.	8
Tabela 6: Frequência de consumo de determinadas bebidas alcoólicas.	9
Tabela 7: Pessoas com que estavam os jovens na sua primeira experiência de consumo de álcool.	10
Tabela 8: Principais razões referidas pelos adolescentes para a primeira experiência de consumo de álcool.	10
Tabela 9: Previsibilidade de permissão de consumo de álcool em determinados locais, sob o ponto de vista dos adolescentes.	13
Tabela 10: Relação entre o consumo de álcool e a permissão para esse consumo em determinados locais.	14
Tabela 11: Relação entre o consumo de álcool e a facilidade de acesso a essas bebidas.	14
Tabela 12: Relação entre o consumo de álcool e a abordagem da problemática do consumo de álcool.	16
Tabela 13: Relação entre o consumo de álcool e os demais estilos de vida (tabagismo, alimentação saudável e exercício físico).	17
Tabela 14: Relação entre o consumo de álcool e outros hábitos (escolares e de vida).	18

Índice de Figuras

Figura 1: Distribuição dos alunos consoante a experiência de consumo de álcool.	6
Figura 2: Frequência de consumo das pessoas com relação de proximidade com os adolescentes inquiridos.	11
Figura 3: Principais problemas apontados como motivo para o consumo de álcool.	12
Figura 4: Frequência de abordagem da problemática do consumo de álcool pelos elementos de relação próxima com os adolescentes.	15
Figura 5: Desempenho escolar percebido dos adolescentes.	18

Lista de Acrónimos

SPSS	Statistical Package for Social Sciences
FCT	Fundação para a Ciência e a Tecnologia
DP	Desvio padrão

1. Introdução

O álcool continua a ser largamente difundido e consumido no nosso país, apesar de ser uma substância psicoativa e de estar associado a vários riscos para a saúde física e mental. Em 2010, a nível mundial, o consumo foi estimado em 6,2 litros de álcool puro por pessoa com 15 ou mais anos, o que equivale a 13,5 g de álcool puro por dia. (29) A nível europeu, o cenário tem seguido os mesmos trâmites, apresentando-se aquele consumo como o terceiro principal fator de risco de doença e morte prematura (apenas preterido pelo tabagismo e hipertensão arterial), (24) razão pela qual constitui uma das principais áreas de intervenção ao nível da Saúde Pública. (30) Não surpreende portanto que, numa estimativa obtida para Portugal, o álcool ocupe a quinta posição (de dezoito possíveis), numa escala que afere os fatores que mais contribuem para o total de anos de vida saudável perdidos. (25)

São os múltiplos efeitos perniciosos atribuídos ao consumo de álcool que consubstanciam o interesse crescente da comunidade científica por esta temática. (4,17) Este consumo impõe-se como denominador comum de mais de 200 doenças e condições de lesão, nas quais figuram as perturbações mentais e comportamentais (que incluem a intoxicação aguda e a dependência do álcool), doenças não transmissíveis (como doenças oncológicas e cardiovasculares) e lesões resultantes de violência ou acidentes rodoviários e laborais. (31)

Não obstante o álcool ser uma problemática transversal a vários grupos etários, um importante e preocupante aspeto do seu consumo prende-se com o facto da primeira experiência acontecer, na maioria dos casos, ainda durante a adolescência (mais concretamente antes dos 14 anos). (5, 25) A adolescência, limitada cronologicamente pelos 10 e 19 anos, (23) é um período particularmente vulnerável não só pelos conflitos existenciais com que o indivíduo se confronta, mas também pela demanda em construir uma identidade/personalidade passível de ser aceite pelos pares. Dado este carácter moldável do desenvolvimento humano, esta é uma etapa invariavelmente privilegiada para a potenciação e aquisição de comportamentos predominantemente saudáveis, (7) sob pena de se sujeitar os adolescentes a um compromisso do desenvolvimento biológico e psicossocial. (1)

Ora, representando a família e a escola dois contextos que influenciam em grande escala a adoção de comportamentos com impacto na saúde (saudáveis e não saudáveis), é também nestes que deve ser feito o investimento da promoção da saúde e de prevenção dos comportamentos de risco, por forma a não hipotecar o futuro de adolescentes.

1.1. Objetivos

O estudo apresentado tem como objetivos principais descrever o consumo de álcool e analisar os fatores que se lhe associam a partir de uma amostra de adolescentes da região de Lisboa a frequentar a escola (do 2º ciclo ao ensino secundário). Para isso, preconiza-se a questão preambular “Que fatores se associam ao consumo de álcool nos adolescentes?”, a partir da qual se pretende identificar os fatores que condicionam a solicitude dos adolescentes pelo domínio deste consumo.

2. Metodologia de investigação

2.1. Descrição do estudo

Estudo quantitativo, do tipo descritivo-correlacional, que tem como principais objetivos descrever o comportamento de consumo de álcool nos participantes e investigar fatores associados a esse consumo.

Este estudo faz parte do projeto financiado pela FCT “Prevenir o consumo de álcool em adolescentes escolarizados: Melhorar o conhecimento para uma prevenção eficaz” com a referência (PTDC/CPE-PEC/117991/2010), e foram considerados os participantes referentes ao Distrito de Lisboa.

2.2. Amostra do estudo e procedimento de recolha de dados

A amostra utilizada neste estudo é constituída por 480 adolescentes com idades entre os 9 e os 19 anos e uma média de idades de aproximadamente 13 anos (12.88 ± 2.06), de ambos os géneros (51,7% raparigas), a frequentar os 2º e 3º ciclos do ensino básico e secundário, matriculados no ano letivo de 2015-2016.

Os participantes eram alunos das seguintes escolas públicas do Distrito de Lisboa: Escola Secundária Rainha D^a. Amélia; Escola Básica António Bento Franco; Escola Básica 2,3 Gaspar Correia; Escola Básica 2,3 Luís de Camões; Escola Básica do Catujal; Escola Básica Luís António Verney; e Escola Básica 2,3 de Peira, escolas essas que foram selecionadas aleatoriamente. Participaram no estudo os alunos que estavam presentes na aula em que foi aplicado o questionário, cujos pais ou encarregados de educação autorizaram previamente essa participação e depois do consentimento livre e esclarecido de cada um. Ressalvo o facto de nem todos os alunos terem respondido à totalidade das questões, pelo que os resultados obtidos são referentes apenas à informação disponível.

O estudo foi aprovado pelo Ministério da Educação e foi financiado pela FCT (PTDC/CPE-PEC/117991/2010).

2.3. Instrumento de colheita dos dados

A colheita de dados concretizou-se através da aplicação, em contexto de sala de aula, de um questionário de auto-preenchimento, de carácter facultativo e anónimo (ver anexo 1).

O questionário é constituído por quatro secções, cada uma com número variável de perguntas, que somam um total de trinta e duas. Estas referem-se a dados socio-demográficos, fatores individuais, micro, macro-sociais e ambientais (associados ao consumo de álcool), e consumo de álcool nas perspetivas da primeira experiência e padrão de consumo.

2.4. Análise estatística

O tratamento estatístico dos dados foi efetuado utilizando o software SPSS (Statistic Package for Social Science), versão 23.0. Numa primeira instância, e para a caracterização da amostra, efetuou-se uma análise descritiva, nomeadamente foram calculadas a média e desvio padrão para as variáveis quantitativas e a frequência absoluta e relativa para as variáveis qualitativas. Posteriormente, e para responder à questão central deste estudo, procedeu-se à investigação da associação do consumo de álcool com as variáveis em análise, recorrendo-se a uma análise bivariada mediante a utilização do teste do qui-quadrado (χ^2) ou teste exato de Fisher (sempre que mais de 20% das células das tabelas de contingência apresentaram uma frequência esperada inferior a 5). A significância estatística adotada foi de 5%, o que estabelece intervalos de confiança a 95%.

3. Resultados

3.1. Caracterização dos dados

A amostra deste estudo é constituída por 480 adolescentes, com idades compreendidas entre os 9 e os 19 anos, sendo a idade média de aproximadamente 13 anos (12.88 ± 2.061), como demonstrado na Tabela 1.

Tabela 1: Caracterização da amostra.

	Média \pm Desvio Padrão	Máximo	Mínimo	Intervalo de Confiança(95%)
Idade	12.88 \pm 2.061	19	9	12,70; 13,07

Os adolescentes inquiridos frequentavam, maioritariamente, os 2º e 3º ciclos do ensino básico (88,96%), enquanto que apenas uma minoria (11,04%) cursavam no ensino secundário (Tabela 2). Uma maior equitabilidade da amostra encontra-se relativamente à variável sexo, sendo 48,31% dos inquiridos do género masculino e 51,69% do género feminino. Mais de 50% dos adolescentes refere residir numa cidade (Tabela 2).

Tabela 2: Caracterização da amostra de acordo com o sexo, ano de escolaridade e local de residência.

		n	%
Sexo	Masculino	229	48,31
	Feminino	245	51,69
Ano de escolaridade	2º ciclo	173	36,04
	3º ciclo	254	52,92
	Secundário	53	11,04
Local de residência	Aldeia	78	16,88
	Vila	113	24,46
	Cidade	271	58,66

3.2. Caracterização do comportamento de consumo de álcool

3.2.1. Experiência de consumo

Da totalidade de adolescentes inquiridos, a maioria (67,8% - ver Figura 1) manifestou já ter experimentado bebidas alcoólicas em alguma ocasião (ainda que tenha sido apenas um gole).



Figura 1: Distribuição dos alunos consoante a experiência de consumo de álcool.

Pela análise da Tabela 3 podemos concluir que existe uma relação estatisticamente significativa entre o local onde residem e o seu comportamento em termos de consumo de álcool ($p < 0,001$), sendo que são os adolescentes que vivem na cidade que mais afirmam esse consumo (75,8%). A variável sexo não apresenta uma relação estatisticamente significativa com o consumo de álcool, sendo igualmente provável que tanto os rapazes (67,9%) como as raparigas (67,5%) já tenham experimentado bebidas alcoólicas.

Tabela 3: Relação entre a experiência de consumo de álcool e o local de residência ou o sexo.

		Costumas ingerir bebidas alcoólicas?		
		Não (%)	Sim (%)	p-value
Local de residência	Aldeia	31 (41,3)	44 (58,7)	0,000 ^{#1}
	Vila	49 (45,0)	60 (55,0)	
	Cidade	65 (24,2)	204 (75,8)	
Sexo	Masculino	71 (32,1)	150 (67,9)	0,930 ^{#1}
	Feminino	79 (32,5)	164 (67,5)	

#1 - Teste do Qui-quadrado

A Tabela 4 apresenta a idade do primeiro consumo por bebida com álcool. A maioria dos participantes já experimentou vinho ou champanhe (53,90%) e já experimentou cerveja (50,86%). Cerca de um terço (32%) já experimentou bebidas destiladas e cerca de 13% já ficou intoxicado (bêbado/a). É relevante notar que cerca de 20% dos participantes declaram ter iniciado o consumo de álcool quando tinham 9 anos ou menos. O pico da iniciação acontece aos 10 anos para o vinho e champanhe, aos 12 para a cerveja e aos 13 para as bebidas destiladas. Com 10 anos cerca de 20% dos participantes já tinham iniciado o consumo de vinho ou champanhe. Com 12 anos 34% dos participantes já tinham bebido cerveja. Com 13 anos quase 20% dos participantes já haviam experimentado bebidas destiladas.

Tabela 4: Idade da primeira experiência de consumo de acordo com a bebida selecionada.

	Primeira experiência de consumo				
	Beber cerveja	Bebidas alcoólicas misturadas com sumo ou refrigerante	Beber vinho ou champanhe	Beber bebidas destiladas (ex. shots, whisky, vodka, licores)	Ficar bêbado/a
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Nunca	228 (49,14)	291 (63,12)	213 (46,10)	313 (67,90)	401 (87,17)
Já experimentou	252 (50,86)	189 (36,88)	267 (53,90)	167 (32,10)	79 (12,83)
9 anos ou menos	36 (7,76)	16 (3,47)	41 (8,87)	9 (1,95)	2 (0,43)
10 anos	43 (9,27)	17 (3,69)	48 (10,39)	11 (2,39)	5 (1,09)
11 anos	36 (7,76)	18 (3,90)	39 (8,44)	9 (1,95)	4 (0,87)
12 anos	44 (9,48)	36 (7,81)	46 (9,96)	28 (6,07)	6 (1,30)
13 anos	37 (7,97)	35 (7,59)	41 (8,87)	32 (6,94)	8 (1,74)
14 anos	26 (5,60)	23 (4,99)	21 (4,55)	28 (6,07)	17 (3,70)
15 anos	10 (2,16)	14 (3,04)	8 (1,73)	18 (3,90)	7 (1,52)
16 anos ou mais	4 (0,86)	11 (2,39)	5 (1,08)	13 (2,82)	10 (2,17)

3.2.2. Padrão de consumo

Verifica-se pelos dados da Tabela 5 que a esmagadora maioria dos adolescentes referem não ter consumido bebidas alcoólicas na última semana ou nos últimos 30 dias, e muito menos o fez a ponto de ter atingido um estado de embriaguez (menos de 5% dos inquiridos afirmam ter atingido este estado nesse período de tempo e menos de 14% o terá feito alguma vez na vida). Quando

abordado um limite cronológico superior (último ano ou ao longo da vida), as respostas continuam a manifestar um consumo tendenciosamente regrado, pelo que a maioria refere ter ingerido pelo menos uma bebida alcoólica em, no máximo, duas ocasiões.

Tabela 5: Consumo de pelo menos uma bebida alcoólica e estado de embriaguez, tendo em conta o período temporal.

Quantas vezes bebeste pelo menos uma bebida alcoólica?	0 vezes %	1-2 vezes %	3-5 vezes %	6-9 vezes %	10-19 vezes %	20-39 vezes %	40 vezes ou mais %
Ao longo da tua vida	39,50	20,32	13,47	9,13	7,31	4,34	5,94
No último ano	51,41	26,06	7,51	6,10	3,52	1,88	3,52
Nos últimos 30 dias	81,13	9,43	5,66	1,65	0,94	0,71	0,47
Na última semana	90,78	6,62	1,18	0,47	0,71	0,00	0,24

Quantas vezes já ficaste bêbado?	0 vezes %	1-2 vezes %	3-5 vezes %	6-9 vezes %	10-19 vezes %	20-39 vezes %	40 vezes ou mais %
Ao longo da tua vida	86,59	6,81	3,52	1,10	0,88	0,44	0,66
No último ano	90,38	5,15	2,68	0,89	0,45	0,22	0,22
Nos últimos 30 dias	95,97	3,36	0,45	0,00	0,00	0,00	0,22
Na última semana	98,42	1,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,23

O consumo relatado pelos adolescentes é, sem surpresa, condizente com o padrão supramencionado, sendo a frequência de consumo de álcool relatada por mês, semana ou dia sempre inferior a 10%. A análise da Tabela 6 permite-nos ainda concluir que a bebida alcoólica mais consumida por estes alunos é, não a cerveja, mas o vinho ou champanhe.

Tabela 6: Frequência de consumo de determinadas bebidas alcoólicas.

	Frequência de consumo			
	Beber cerveja	Bebidas misturadas com sumo ou refrigerante	Beber vinho ou champanhe	Beber bebidas destiladas (ex. shots, whisky, vodka, licores)
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Nunca	333 (72,23)	344 (74,30)	301 (65,01)	363 (78,91)
Algumas vezes por ano	90 (19,52)	77 (16,63)	145 (31,32)	74 (16,09)
Pelo menos uma vez por mês	24 (5,21)	31 (6,70)	14 (3,02)	16 (3,48)
Pelo menos uma vez por semana	9 (1,95)	7 (1,51)	1 (0,22)	4 (0,87)
Todos os dias/quase todos	5 (1,08)	4 (0,86)	2 (0,43)	3 (0,65)

3.2.3. Motivos do consumo

A quase totalidade dos adolescentes que já experimentaram álcool refere que a primeira experiência com bebidas alcoólicas não aconteceu sozinho (98,28% - ver Tabela 7), e a maioria refere que essa experiência ocorreu num ambiente familiar e com o conhecimento dos pais (40,86%). Constata-se, no entanto, a inexistência de uma relação estatisticamente significativa ($p = 0,99$, de acordo com o teste do qui-quadrado) entre uma menor predisposição ao consumo de álcool tendo sido a primeira experiência controlada pelos pais.

Das restantes respostas, apenas 16,31% afirmam ter iniciado o consumo junto dos amigos, valor ainda inferior ao mencionado pelo consumo na presença de outros familiares (22,75%).

Tabela 7: Pessoas com quem estavam os jovens na sua primeira experiência de consumo de álcool.

Com quem estavas quando experimentaste uma bebida alcoólica pela primeira vez?		
	n	%
Sozinho	8	1,72
Com os teus pais	190	40,86
Com outros familiares	106	22,75
Com amigos/as	76	16,31
Com outra pessoa	15	3,22

Em relação às razões que motivam a experiência de consumo (Tabela 8), as hipóteses mais assinaladas pelos adolescentes são: curiosidade (53,63%), celebração festiva (10,68%), oferta dos pais (6,21%) ou propósito de diversão com os amigos (6,2%).

Tabela 8: Principais razões referidas pelos adolescentes para a primeira experiência de consumo de álcool.

Razões para a primeira experiência			
	n	%	
	Curiosidade	251	53,63
Porque razão experimentaste bebidas alcoólicas?	Porque os meus pais deram-me	29	6,21
	Porque queria divertir-me com os meus amigos	29	6,20
	Porque via os meus pais beberem	9	1,92
	Porque via os/as meus/minhas irmãos/irmãs beberem	1	0,21
	Porque via os/as meus/minhas amigos/as beberem	14	2,99
	Porque queria pertencer a um grupo	1	0,21
	Porque todos bebem	12	2,56
	Outra razão (nomeadamente celebrações festivas)	50	10,68
	Nunca experimentei uma bebida alcoólica	160	34,26

3.2.3.1. Experiência com bebidas alcoólicas

A maioria dos adolescentes deste estudo foi perentória no que respeita à experiência com álcool em contexto familiar (Figura 2), afirmando que não é habitual verem as pessoas das suas relações de proximidade (como pais, irmãos ou amigos) a consumirem bebidas alcoólicas, podendo isso acontecer algumas vezes por ano, sendo menor a probabilidade de acontecer mais regularmente. A figura paterna é, de todas, a que apresenta maior variabilidade, sendo os relatos mais a favor de um consumo de uma vez por semana ou algumas vezes ao ano. Ainda assim podemos afirmar que, perante esta amostra, o consumo de álcool regrado constitui um fator protetor em relação ao consumo de álcool na adolescência.

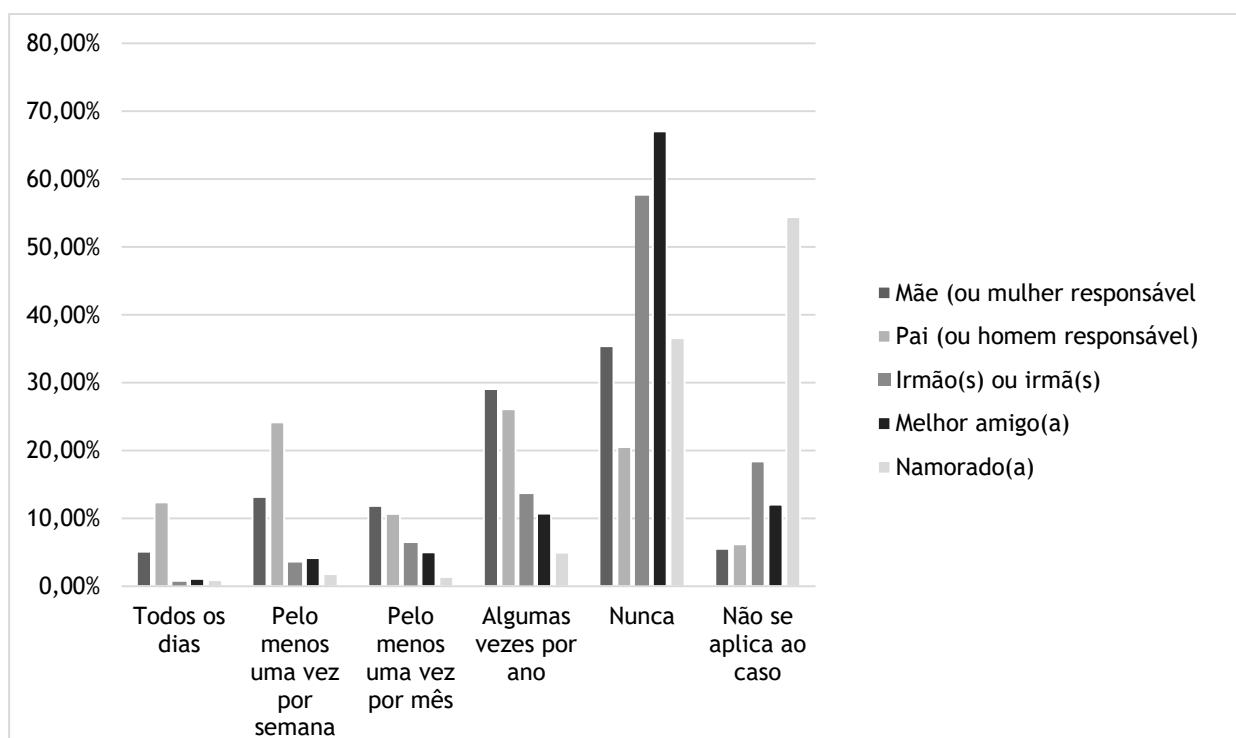


Figura 2: Frequência de consumo das pessoas com relação de proximidade com os adolescentes inquiridos.

Ao evento da experiência segue-se uma consequência e, neste aspeto, os adolescentes referem que as principais complicações relacionadas com o consumo em análise são o prejuízo da saúde e a ressaca (Figura 3). Em contraste, desvalorizam o efeito de desinibição do álcool, tantas vezes facilitador da aceitação ou integração num grupo de pares.

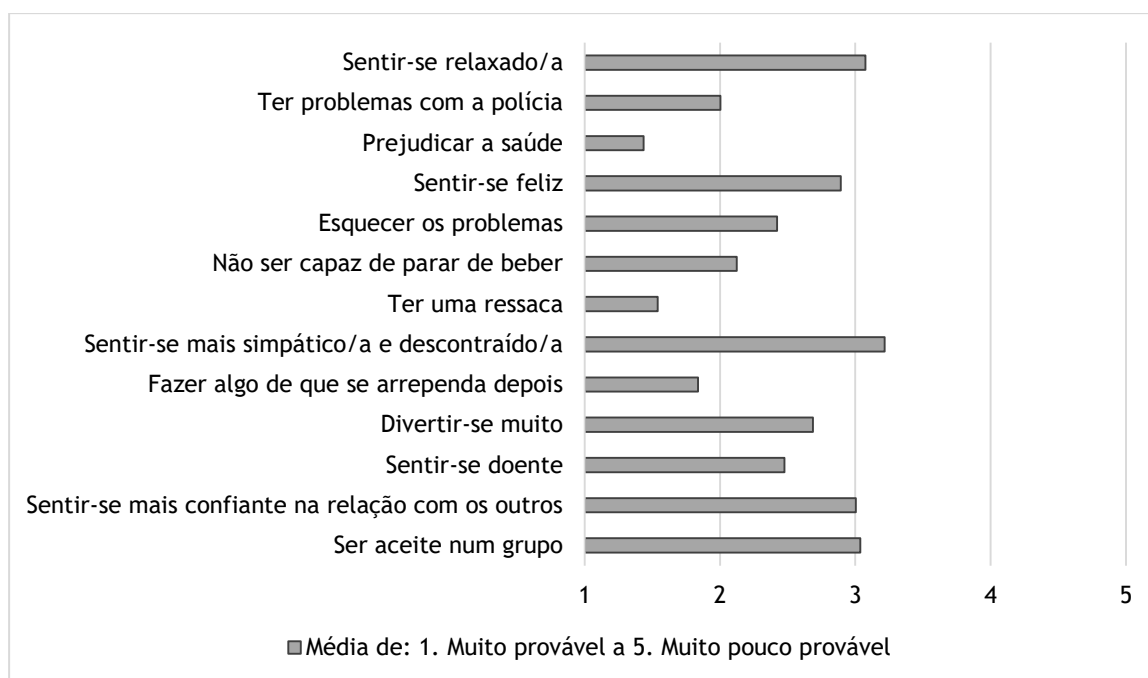


Figura 3: Principais problemas apontados como motivo para o consumo de álcool.

3.2.4. Acessibilidade

Apesar de, como referido anteriormente, muitos dos adolescentes declararem uma primeira experiência de consumo de álcool com o conhecimento e na presença dos pais, a verdade é que, quando questionados sobre a possibilidade de, em experiências posteriores, consumirem bebidas alcoólicas nesse mesmo contexto, a maioria afirma não acreditar que o pudesse fazer (41,69%) e apenas 13,08% respondem positivamente (Tabela 9). Há, ainda, uma percentagem considerável (35,25%) de alunos que salvaguarda a possibilidade de voltar a beber com a família, na eventualidade de isso acontecer num ambiente mais festivo. Porém, o reconhecimento da impossibilidade de consumir álcool pretere o seio familiar, sendo transversal também à escola, rua, cafés/restaurantes e bares/discotecas, apesar de serem estes últimos os que reúnem mais pontos favoráveis na abordagem desta questão (27,35%).

Tabela 9: Previsibilidade de permissão de consumo de álcool em determinados locais, sob o ponto de vista dos adolescentes.

		Permissão para beber bebidas alcoólicas			
		Não (%)	Às vezes (%)	Sim (%)	Não sei (%)
Se quisesses beber bebidas alcoólicas, como podes fazê-lo nos seguintes locais?	Em tua casa	188 (41,69)	159 (35,25)	59 (13,08)	45 (9,98)
	Na escola	379 (85,55)	7 (1,58)	11 (2,48)	46 (10,38)
	No café/ restaurante	256 (57,53)	57 (12,81)	75 (16,85)	57 (12,81)
	Bares/discotecas	222 (49,78)	45 (10,09)	122 (27,35)	57 (12,78)
	Na rua	272 (61,40)	31 (7,00)	79 (17,83)	61 (13,77)

Pela análise da Tabela 10 conclui-se que existe uma relação estatisticamente significativa entre as variáveis consumo de álcool e permissão para beber em determinados locais ($p < 0,001$). Constata-se, pois, ser muito superior a percentagem de jovens que costuma beber quando tem permissão para o fazer (a variar entre 13,1% e 36,4%), em comparação com aqueles que vêm essa possibilidade negada (a variar entre 0,9% e 4,0%), como demonstram os resultados da Tabela 10.

Tabela 10: Relação entre o consumo de álcool e a permissão para esse consumo em determinados locais.

		Costumas ingerir bebidas alcoólicas?		
		Não (%)	Sim (%)	p-value
Podes beber em tua casa?	Não	184 (97,9)	4 (2,1)	0,000 ^{#1}
	Às vezes	155 (97,5)	4 (2,5)	
	Sim	45 (76,3)	14 (23,7)	
Podes beber na escola?	Não	364 (96,0)	15 (4,0)	0,000 ^{#1}
	Às vezes	6 (85,7)	1 (14,3)	
	Sim	7 (63,6)	4 (36,4)	
Podes beber no café/restaurante?	Não	252 (98,4)	4 (1,6)	0,000 ^{#1}
	Às vezes	54 (94,7)	3 (5,3)	
	Sim	62 (82,7)	13 (17,3)	
Podes beber nos bares/discotecas?	Não	220 (99,1)	2 (0,9)	0,000 ^{#1}
	Às vezes	43 (95,6)	2 (4,4)	
	Sim	106 (86,9)	16 (13,1)	
Podes beber na rua?	Não	269 (98,9)	3 (1,1)	0,000 ^{#1}
	Às vezes	31 (100,0)	0 (0,0)	
	Sim	62 (78,5)	17 (21,5)	

#1 - Teste do Qui-quadrado

Do mesmo modo (Tabela 11), também a percentagem de adolescentes que consome álcool é maior quando o acesso a essas bebidas é percebido como mais fácil (7,6%), sendo também esta uma relação estatisticamente significativa ($p < 0,001$).

Tabela 11: Relação entre o consumo de álcool e a facilidade de acesso a essas bebidas.

		Costumas ingerir bebidas alcoólicas?		
		Não (%)	Sim (%)	p-value
É fácil para ti arranjar álcool?	Não	203 (99,5)	1 (0,5)	0,000 ^{#1}
	Sim	255 (92,4)	21 (7,6)	

#1 - Teste do Qui-quadrado

3.2.5. Abordagem e prevenção do problema

De uma forma geral, e como demonstra a Figura 4, são os pais e professores que mais abordam o problema dos hábitos de consumo de álcool com os adolescentes. Pode até parecer um contrassenso que a maioria dos alunos (46,24%) refira não ter sido abordada esta problemática em contexto de sala de aula, uma vez que os professores (66,52%) são apenas preteridos pelos progenitores (78,11% e 68,34%) no que a essa consciencialização diz respeito.

Analisando a Tabela 12, podemos excluir a existência de uma relação ($p > 0,05$) entre as variáveis supramencionadas, sendo igualmente provável que os alunos bebam álcool, independentemente de terem sido alertados para os riscos que lhe estão associados, tanto na escola como em qualquer outro contexto.

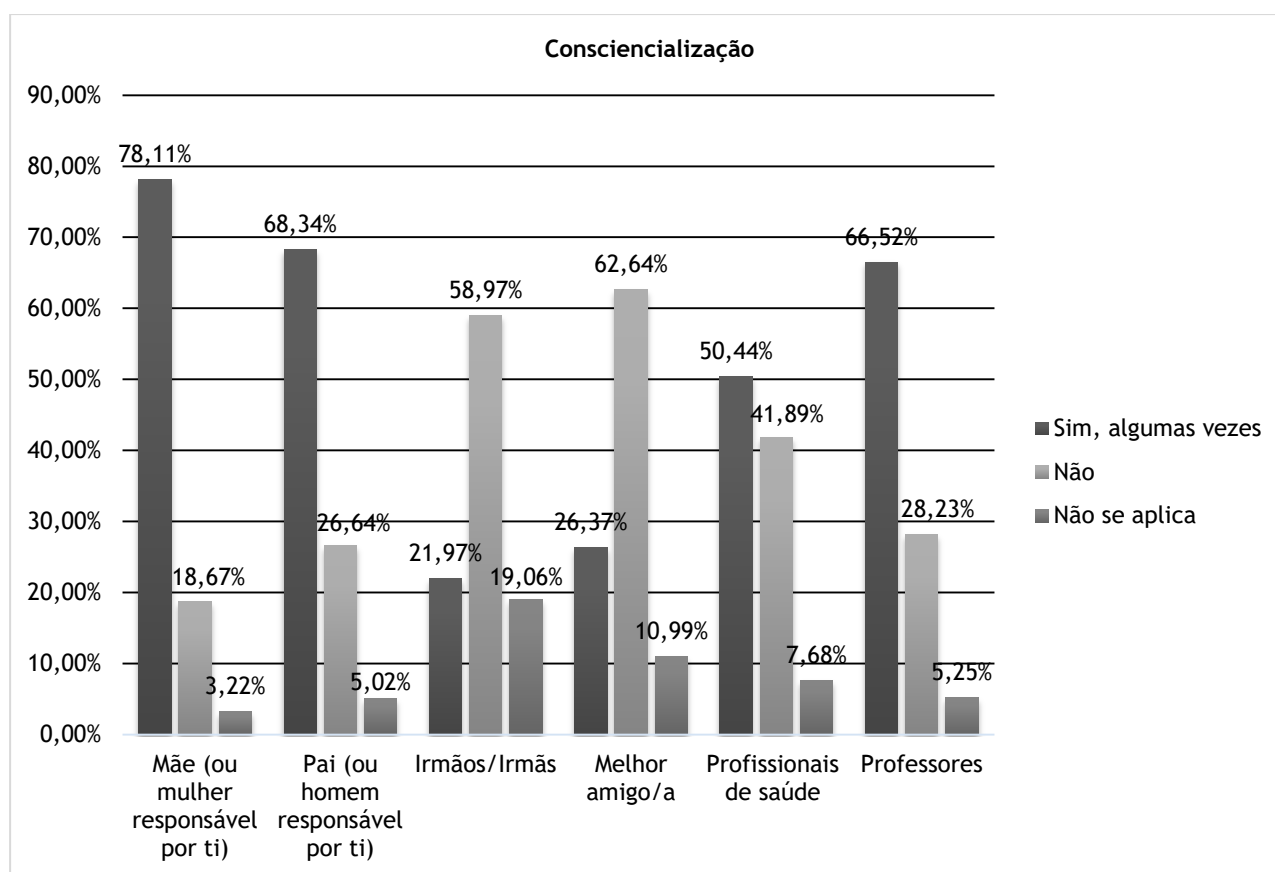


Figura 4: Frequência de abordagem da problemática do consumo de álcool pelos elementos de relação próxima com os adolescentes.

Tabela 12: Relação entre o consumo de álcool e a abordagem da problemática do consumo de álcool.

		Costumas ingerir bebidas alcoólicas?		p-value
		Não (%)	Sim (%)	
No presente ano letivo, tiveste aulas em que se falou sobre os riscos do álcool?	Não	206 (95,8)	9 (4,2)	0,478 ^{#1}
	Sim	164 (94,3)	10 (5,7)	
Alguém te falou sobre os riscos do álcool?	Não	56 (93,3)	4 (6,7)	0,503 ^{#2}
	Sim	402 (95,7)	18 (4,3)	

#1 - Teste do Qui-quadrado; #2 - Teste exato de Fisher

3.2.6. Outros hábitos

Tal como manifestado em relação ao consumo de álcool, também no que a outros hábitos de vida diz respeito (Tabela 13), os adolescentes atestam uma vivência maioritariamente saudável: a esmagadora maioria (90.21%) nega hábitos tabágicos; 40,93% afirmam que a fruta e vegetais estão mais do que uma vez por dia presentes nas suas refeições, sendo que apenas 1,69% referem nunca ter cuidados em relação à inclusão desses alimentos na alimentação; e 82,95% dos adolescentes afirmam praticar exercício físico, no mínimo, uma vez por semana, o que também reflete um investimento num estilo de vida mais saudável por parte destes alunos.

Tabela 13: Relação entre o consumo de álcool e os demais estilos de vida (tabagismo, alimentação saudável e exercício físico).

	n	%	
	14	2,98	
Atualmente fumas?	Todos os dias		
	Pelo menos um cigarro por semana, mas não todos os dias	7	1,49
	Menos de um cigarro por semana	7	1,49
	Já fumei mas deixei de fumar	18	3,83
	Não fumo	424	90,21
Com que frequência comes frutas ou vegetais?	Mais do que uma vez por dia	197	40,93
	Pelo menos uma vez por dia	180	37,55
	Pelo menos uma vez por semana mas não todos os dias	70	14,56
	Raramente	25	5,27
	Nunca	8	1,69
Fora da escola, com que frequência fazes exercício físico (desporto)?	Todos os dias	105	22,11
	4 a 6 vezes por semana	79	16,63
	2 a 3 vezes por semana	159	33,47
	Uma vez por semana	51	10,74
	Pelo menos uma vez por mês	26	5,47
	Menos de uma vez por mês	22	4,63
	Nunca	33	6,95

Sob o ponto de vista escolar (Figura 5), e abordando os hábitos de estudo enquanto potenciais influenciadores (quando bem aplicados) de um desempenho mais satisfatório, a maioria dos alunos acredita que os docentes os consideram alunos muito bons, bons ou médios (93,79%), sendo que apenas uma minoria (6,21%) se posiciona num limite inferior/abaixo da média.

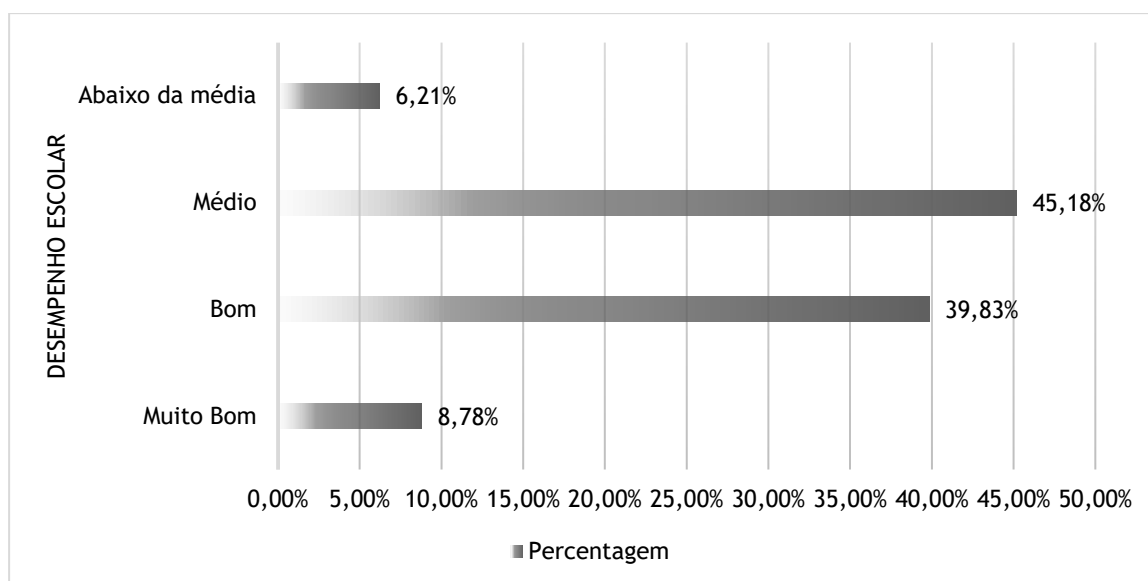


Figura 5: Desempenho escolar percebido dos adolescentes.

Na Tabela 14 encontra-se a relação entre as variáveis supramencionadas e o consumo de álcool, sendo possível concluir que apenas os hábitos tabágicos ($p < 0,00$) e o desempenho escolar ($p < 0,05$) se relacionam significativamente com a variável em estudo.

Tabela 14: Relação entre o consumo de álcool e outros hábitos (escolares e de vida).

		Costumas ingerir bebidas alcoólicas?		
		Não (%)	Sim (%)	p-value
Atualmente fumas?	Não	429 (97,1)	13 (2,9)	0,000 ^{#2}
	Sim	19 (67,9)	9 (32,1)	
Fazes uma alimentação saudável?	Não	270 (96,4)	10 (3,6)	0,183 ^{#1}
	Sim	182 (93,8)	12 (6,2)	
Fora da escola, fazes exercício físico regularmente?	Não	126 (95,5)	6 (4,5)	0,956 ^{#1}
	Sim	327 (95,3)	16 (4,7)	
O teu desempenho escolar é abaixo da média?	Não	420 (95,9)	18 (4,1)	0,040 ^{#2}
	Sim	25 (86,2)	4 (13,8)	

#1 - Teste do Qui-quadrado; #2 - Teste exato de Fisher

4. Discussão

O comportamento humano pode ser explicado, em termos individuais, através da relação constante de adaptação que se estabelece entre o indivíduo e o ambiente em que se insere, o que pressupõe que também o comportamento de consumo de álcool seja multifatorial. (19) Assim sendo, será espectável que influências em diferentes âmbitos possam contribuir quer para a aquisição quer para a renitência deste consumo.

No presente trabalho, constatamos que a maioria dos jovens refere já ter experimentado bebidas alcoólicas. Este resultado é contrário ao reportado num estudo realizado em território nacional, no ano de 2014, no qual se atestou uma percentagem superior (58,8%) de participantes que nunca tinham consumido álcool. (5)

Considerando a variável sexo, observamos a inexistência de uma relação entre esta variável e o consumo de bebidas alcoólicas, sendo igualmente provável que tanto rapazes como raparigas as tenham experimentado. Esta conclusão não confirma os resultados do estudo supramencionado, que indica um consumo por parte do género feminino menos frequente, independentemente da bebida considerada. (5) Esta discrepância de resultados é condizente com o destaque que a investigação tem atribuído ao estreitamento das diferenças de comportamento entre géneros, a que temos vindo a assistir ao longo dos anos. (10, 11, 13) O público feminino ocupa uma posição cada vez mais “ativa” nestas discussões. Numa tentativa de justificar esta mudança, há quem estabeleça que a alteração da percepção das consequências do ato (socialmente menos ou mesmo não reprovável) de beber por parte das mulheres poderá contribuir para o aumento da probabilidade de experienciamos a substância e de problemas relacionado com o seu consumo. (13)

No que respeita ao ambiente em que os adolescentes se inserem, e contrariamente ao concluído num estudo realizado por Chan et al, (3) encontramos uma prevalência superior de adolescentes que manifestam já ter experimentado bebidas alcoólicas no grupo dos que residem nas cidades, comparativamente com os que adolecem em vilas ou aldeias. Uma possível explicação para esta divergência poderá ser a maior oferta de produtos (nomeadamente alcoólicos) existentes em ambientes urbanos, bem como a maior facilidade de acesso ou integração dos adolescentes em clubes noturnos (como discotecas ou bares), locais caracteristicamente propícios ao consumo de substâncias. No entanto, tal como salvaguardado por alguns autores, (8) resultados diferentes poderiam ser obtidos caso alargássemos o âmbito desta investigação, tomando também em linha de conta características intrínsecas eventualmente causadoras de viés entre as áreas urbanas e rurais, nomeadamente diferenças étnicas, culturais, económicas ou religiosas, (8) potencialmente repressoras ou influenciadoras do consumo em estudo. Por outro lado, e se nos cingirmos apenas ao contexto familiar, este estudo não afere com segurança a influência do consumo neste meio no

comportamento dos adolescentes, uma vez que as respostas dos participantes indicam um consumo tendenciosamente regrado entre os familiares. No entanto, a ser verdade que a conduta de qualquer indivíduo está enraizada no ambiente que o cerca, e se o adolescente medrar num ambiente em que aquele consumo é mais aceite/tolerado, é provável que entenda adequada a aquisição desses mesmos hábitos. É precisamente a essa conclusão que chegam muitos estudos prospetivos, que relatam ser o consumo dos pais um importante preditor do comportamento da descendência. (18) Também aspetos relacionais subsequentes, como os baixos níveis de coesão familiar ou a propensão para os conflitos associados a estas famílias são importantes, quando comparadas com famílias onde a presença do álcool é menos relevante. (15) Esta tendência é consistente com um estudo realizado a uma coorte com idade superior (entre os 18 e os 34 anos), que concluiu que dos 16% de participantes que manifestavam ter vivido com alguém que consumia álcool em excesso, 6% declarou ter sido afetado negativamente por essa experiência. (20) Parece-nos, pois, importante que este aspeto seja esclarecido, nomeadamente considerando uma amostra que refira modelos de consumo mais frequentes entre os familiares.

Em relação à preferência de consumo, e contrariamente ao que tem sido referido na literatura que destaca a cerveja como a bebida mais consumida pelos adolescentes portugueses, (5) neste estudo são o vinho ou o champanhe que ocupam essa posição. Esta discrepância pode, no entanto, estar relacionada com os contextos de consumo preferencialmente referidos pelos participantes - na presença dos pais, por mera curiosidade ou para celebrar uma data festiva, nomeadamente a passagem de ano (que por norma se celebra precisamente com champanhe). Porém, a disparidade de achados entre os dois estudos não fica por aqui, sendo também de assinalar a idade da primeira experiência de consumo: 14 ou mais anos, contrariamente ao estudo que apresentamos, em que são maioritariamente referidos os 12. A única idade que apresenta consenso são os 14 anos, que corresponde à mais selecionada quando se trata do primeiro episódio de embriaguez. Ressalvamos, no entanto, que a maioria (mais de 80%) nega esse acontecimento, pelo que se deve ter em conta um possível enviesamento dos resultados (dada a amostra reduzida de adolescentes que respondeu afirmativamente a esta questão). Achados surpreendentes são os que revelam um estudo realizado a adolescentes americanos, que declara serem os 16 a idade média de início de consumo, (27) o que atribui aos jovens portugueses um risco quatro vezes superior de desenvolver dependência alcoólica na idade adulta. (2) Isto porque, de acordo com Hingson and Zha (2009), a precocidade da experiência constitui um fator de risco não só para a ingestão compulsiva, mas também para a experiência dos efeitos nefastos. (12)

A questão do contexto da primeira experiência de consumo de álcool também se reveste de particular curiosidade, uma vez que grande parte dos adolescentes refere que tal aconteceu em contexto de normalidade social (particularmente em casa) e com o conhecimento dos pais. Estes resultados contrariam outros já apresentados na literatura e que afirmam que os adolescentes, quando ingerem álcool, o fazem principalmente sem que os pais tenham conhecimento dessas

ações. (28) Estas conclusões não deixam de ser surpreendentes, principalmente porque questionam a importância comumente atribuída à pressão exercida pelos grupos de pares em relação à iniciação de diferentes hábitos de consumo, (2) nomeadamente em contexto social ou num grupo mais restrito de amigos. Esta questão é ainda mais pertinente quando analisamos a opinião dos alunos acerca das motivações para a experiência de consumo de álcool: não só a maioria refere a curiosidade, como apenas 6,2% assinalam a opção de experimentar para se divertirem com os amigos, e uma percentagem ainda menor (0,21%) o faz por vontade de pertencer a um grupo. Uma vez mais, estas conclusões são diferentes das reportadas num relatório baseado no consumo de álcool em território português, que revela haver maior influência por parte dos amigos ou conhecidos, considerando os membros do agregado familiar os menos influentes. (20) Os resultados aqui abordados não nos permitiram, no entanto, retirar ilações em relação à influência que uma primeira experiência em contexto familiar poderá ter nos hábitos proscritos, uma vez que não se questionou a monitorização subsequente desses mesmo hábitos por parte dos progenitores (e que estudos anteriormente realizados demonstraram ter uma forte influência nos padrões de consumo dos jovens). (3)

Potencialmente influenciador/modelador do consumo pode ser a facilidade com que os jovens referem conseguir acesso ao álcool, tendo sido aferida uma relação estatisticamente significativa entre estas duas variáveis. Esta associação já havia sido constatada em estudos que apontaram a propensão para a bebida de forma mais excessiva ter uma relação positiva com a sua obtenção a preços mais baixos. (21, 22) Ora, sendo o baixo custo cada vez mais convidativo para a obtenção de qualquer produto, independentemente do estrato social a que se pertence, será expectável que se lhe associe um maior consumo. Por outro lado, podemos também relacionar a facilidade de aquisição de bebidas com a sua disponibilidade física, nomeadamente em locais de socialização e lazer, bem como dentro da própria habitação, fatores possivelmente preditores não só da quantidade de consumo, mas também da sua iniciação ou prossecução.

Ao ato de beber associam-se diferentes motivações e sucedem-se diferentes consequências e, mesmo quando consumido em pequenas quantidades, o álcool pode ter efeitos importantes sobre o organismo humano (variáveis consoante, por exemplo, a quantidade ou o tipo de bebida ingerida). (2) Estudos referem que o consumo de álcool aumenta durante a adolescência, sendo razões justificativas deste consumo o alívio do stress, a noção de um humor mais positivo ou simplesmente o sentimento prazeroso relatado pelos consumidores. (2) O estudo que aqui se apresenta, porém, revela que os adolescentes se preocupam mais com as potenciais implicações que se associam ao consumo (de que são exemplo o prejuízo para a saúde ou a ressaca), descredibilizando o seu efeito de desinibição ou sentimento de necessidade de pertença a um grupo. Esta inversão de prioridades poderia, eventualmente, sediar-se num maior investimento ao nível da consciencialização dos jovens, não fosse ter-se concluído a inexistência de uma relação estatisticamente significativa entre variáveis consumo e a abordagem desta problemática. Ainda assim, os adolescentes confirmam

serem os progenitores e professores quem mais os acautela para este assunto, o que não deixa de ser um aspeto importante, na medida em que já havia sido relatado que crianças cujos pais desconheciam hábitos de consumo eram menos propensas a referir aconselhamento sobre esta problemática. (28) Desta forma, creio que esta é uma questão a ser devidamente ponderada, uma vez que os professores poderão (também) ter um papel ativo neste esclarecimento: nomeadamente através da implementação de sessões de informação, importantes para o esclarecimento dos alunos, tantas vezes encarados como modelos de comportamento. Todavia, e como já referido anteriormente, a influência de consumo é multifatorial, pelo que dificilmente uma alteração apenas nesta variável surtiria os efeitos preventivos desejados. A título meramente exemplificativo podemos referir a influência da publicidade, potente modeladora de comportamentos, tendo já sido estabelecida uma relação estatisticamente significativa entre a maior exposição publicitária ao álcool e o seu consumo em alguns trabalhos anteriormente realizados. (3)

Na demanda de uma analogia com o percurso estudantil, verificamos neste estudo que um desempenho escolar satisfatório se revela protetor em relação ao consumo de álcool, de tal forma que aqueles que valorizam de forma positiva os seus resultados escolares, têm menor tendência para o consumo desta substância. A literatura não é, no entanto, consensual face à possibilidade de se estabelecer uma relação entre aquele consumo e os resultados da aprendizagem. Quer isto dizer que o consumo de álcool poderá influenciar negativamente a capacidade de concentração dos alunos, bem como os poderá tornar menos propensos a frequentar as aulas ou a acompanhar os estudos, (6) que se repercutirá num compromisso do rendimento escolar. (16) No entanto, outros autores defendem que o impacto que o álcool tem no sucesso escolar não é valorizável, (16) atribuindo maior importância ao comportamento delincente que lhe está associado.

Finalmente, e relacionando o consumo de álcool com outros aspetos dos estilos de vida, resulta uma relação estatisticamente significativa entre este e o tabagismo, ao contrário do que acontece com a prática de exercício físico ou a alimentação saudável. Ora, em primeiro lugar, sabe-se que o consumo de álcool e de tabaco estão intimamente ligados, não somente enquanto propiciadores de comportamento, mas também no referente à quantidade de consumo (dependentes da nicotina apresentam um risco 2,7 vezes superior de se tornarem dependentes do álcool). (9) Em relação à atividade física, um estudo realizado com estudantes universitários revelou que, comparativamente com abstémios, os consumidores moderados tinham duas vezes mais propensão para serem fisicamente ativos. (14) Mais do que isso, concluiu-se que quanto maior a intensidade da atividade (particularmente se num nível competitivo), maior a associação com o consumo de álcool. (14) O estudo referido avança com uma explicação para estes resultados, e que se relaciona com a comemoração das vitórias (comumente com bebidas alcoólicas) por parte da equipa, representando a associação da equipa um estímulo para o consumo. (14) Curiosamente, em relação aos hábitos alimentares os jovens referem ser mais cuidadosos, por um propósito nada desprezioso: o investimento numa alimentação saudável (e também na prática de exercício

físico) é visto como uma forma de compensar os comportamentos alcoólicos mais insalubres. (26) Contudo, este é um ajuste que ainda não se encontra devidamente esclarecido, pelo que não se poderá dizer se esta problemática da compensação de estilos de vida (mais desregrados no consumo de álcool, mas mais moderados na alimentação e exercício) surtirá efeitos positivos ou negativos para a saúde dos adolescentes.

5. Conclusão

Tratando-se o consumo de álcool de uma problemática com interesse crescente, nomeadamente graças à equalização do consumo consoante o género e à precocidade do início do comportamento, justifica-se a preocupação em relação à sua prevenção e a relevância do seu estudo para aumentar a efetividade desta.

Os resultados apresentados neste estudo evidenciam que os adolescentes, na sua maioria, já experimentaram bebidas alcoólicas, ainda que muitos não manifestem essa prática correntemente. Esta afirmação é verdadeira tanto para rapazes como raparigas, visto ser igualmente provável que adolescentes de ambos os géneros tenham experimentado aquele consumo. Os relatos denunciam também, e com alguma surpresa, uma primeira experiência de contacto com o álcool na presença e com o conhecimento dos pais, o que abrevia a importância normalmente atribuída à influência dos grupos de pares nesta abordagem. Este dado sugere a necessidade de mais informação e outras medidas preventivas dirigidas aos pais.

Em relação aos fatores associados à aquisição e frequência desse comportamento, é importante referir o contexto social em que nos inserimos. Salvaguardamos, neste caso, que tanto os adolescentes que integram este estudo como os seus grupos de influências apresentam, aparentemente, hábitos de consumo regrados. Por isso mesmo, será relevante a realização de estudos dirigidos aos alunos que manifestamente refiram o consumo alcoólico, por forma a obter-se um resultado mais fidedigno em relação ao benefício dos programas preventivos. É também muito importante considerar o ambiente em que o adolescente medra, sendo neste caso uma vivência em ambiente urbano a mais preocupante, por se associar a uma prevalência de consumo superior.

Evidenciam-se ainda relações com outros hábitos de vida: é particularmente relevante a associação que se verifica com o tabagismo, diferentemente do que acontece com a prática de exercício físico ou a alimentação saudável (nos quais não se verifica associação). Estabelecendo agora um paralelismo com o desenvolvimento que os adolescentes apresentam em contexto de sala de aula, verificou-se que o desempenho escolar é superior no grupo dos alunos que negam o consumo de álcool.

Finalmente, e em relação à influência que a abordagem desta temática por parte dos pais ou professores poderá ter na prevenção destes mesmos hábitos, contacta-se a inexistência de uma relação com significância estatística.

Em conclusão, este estudo consubstancia a premissa de que o Homem, caracteristicamente um ser socio-cultural, pode ser influenciado de forma multifatorial em várias dimensões da sua vida. Por isso mesmo, a promoção da saúde nunca se poderá restringir ao investimento numa única

variável, nomeadamente na implementação de programas educativos em meio escolar, devendo antes relevar-se a transversalidade dos mesmos, abarcando as diferentes referências/modelos dos adolescentes. Deverão, portanto, ser envolvidos no processo a sociedade, os familiares e até a própria escola. Esta última, por ser um meio de socialização por excelência, deverá liderar campanhas de prevenção em que se estimule o debate entre os adolescentes, com o intuito de esclarecer e veicular conhecimentos na comunidade educativa, garantindo a consciencialização de todos acerca da realidade de consumo e dos fatores de risco que se lhe associam.

6. Bibliografia

1. Barroso T. Parar para pensar - Intervenção em contexto escolar para prevenção do uso e abuso do álcool. 1st ed. Coimbra: Lusociência; Janeiro 2012.
2. Carvajal F, Lerma-Cabrera JM. Alcohol Consumption Among Adolescents – Implications for Public Health, Topics in Public Health. Claborn DD, editor: InTech; 2015 Accessed on 2017.
3. Chan GC, Leung J, Quinn C, Kelly AB, Connor JP, Weier M, et al. Rural and Urban Differences in Adolescent Alcohol Use, Alcohol Supply, and Parental Drinking. The Journal of rural health : official journal of the American Rural Health Association and the National Rural Health Care Association. 2016;32(3):280-6.
4. de Gaetano G, Costanzo S, Di Castelnuovo A, Badimon L, Bejko D, Alkerwi A, et al. Effects of moderate beer consumption on health and disease: A consensus document. Nutrition, metabolism, and cardiovascular diseases : NMCD. 2016;26(6):443-67.
5. de Matos MG, Simões C, Camacho I, al. e. A saúde dos adolescentes portugueses em tempos de recessão - Dados nacionais do estudo HBSC de 2014. 1st ed. Lisboa: Direção-Geral da Saúde - Ministério da Saúde; 2015 Accessed on 2016.
6. Di Pietro G, Page L, Gonçalves J.S. The effect of alcohol and drug consumption on academic performance : a treatment effect evaluation. In: Ulubasoglu M, Kidd MP, editors. 2012 Econometric Society Australasian Meeting; Langham Hotel, Melbourne, Victoria, Australia: Econometric Society Australasia; 2012.
7. Direção-Geral da Saúde. Plano Nacional de Saúde 2012 - 2016: Direção-Geral da Saúde; 2012 Accessed on 2017.
8. Dixon MA, Chartier KG. Alcohol Use Patterns Among Urban and Rural Residents: Demographic and Social Influences. Alcohol research : current reviews. 2016;38(1):69-77.
9. Drobos JD. Concurrent Alcohol and Tobacco Dependence Mechanisms and Treatment. National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. 2002.
10. Greenfield SF, Back SE, Lawson K, Brady KT. Substance abuse in women. The Psychiatric clinics of North America. 2010;33(2):339-55.
11. Gruzca RA, Norberg K, Bucholz KK, Bierut LJ. Correspondence between secular changes in alcohol dependence and age of drinking onset among women in the United States. Alcoholism,

clinical and experimental research. 2008;32(8):1493-501.

12. Hingson RW, Zha W. Age of drinking onset, alcohol use disorders, frequent heavy drinking, and unintentionally injuring oneself and others after drinking. *Pediatrics*. 2009;123(6):1477-84.
13. Keyes KM, Grant BF, Hasin DS. Evidence for a closing gender gap in alcohol use, abuse, and dependence in the United States population. *Drug and alcohol dependence*. 2008;93(1-2):21-9.
14. Leasure JL, Neighbors C, Henderson CE, Young CM. Exercise and Alcohol Consumption: What We Know, What We Need to Know, and Why it is Important. *Frontiers in psychiatry*. 2015;6:156.
15. Mahato B, Ali A, Jahan M, Verma AN, Singh AR. Parent-child relationship in children of alcoholic and non-alcoholic parents. *Industrial psychiatry journal*. 2009;18(1):32-5.
16. Mazur J, Kowalewaska A, Zawadzka D, Dzielska A, Wais K. External evaluation of the school and academic achievements in relation to alcohol drinking and delinquent behaviour among secondary school students. *Elsevier*. 2016;29(4).
17. Poli A, Marangoni F, Avogaro A, Barba G, Bellentani S, Bucci M, et al. Moderate alcohol use and health: a consensus document. *Nutrition, metabolism, and cardiovascular diseases : NMCD*. 2013;23(6):487-504.
18. Rossow I, Keating P, Felix L, McCambridge J. Does parental drinking influence children's drinking? A systematic review of prospective cohort studies. *Society for the Study of Addiction*. 2015;111(2):204-17.
19. Sanhueza GE, Delva J, Bares CB, Grogan-Kaylor A. Alcohol consumption among Chilean adolescents: Examining individual, peer, parenting and environmental factors. *The international journal of alcohol and drug research*. 2013;2(1):89-97.
20. Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências: Direção de Serviços de Monitorização e Informação / Divisão de Estatística e Investigação. Relatório Anual • 2015 - A Situação do País em Matéria de Álcool. Lisboa: Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências; 2016 Accessed on 2017.
21. Wechsler H, Kuo M, Lee H, Dowdall GW. Environmental correlates of underage alcohol use and related problems of college students. *American journal of preventive medicine*. 2000;19(1):24-9.
22. Weitzman ER, Nelson TF, Wechsler H. Taking Up Binge Drinking in College: The Influences of Person, Social Group, and Environment. *Journal of adolescent health*. 2003(32):26-35.

23. World Health Organization. Adolescent health: World Health Organization; 2017 [Available from: http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/].
24. Anderson P, Møller L, Galea G. Alcohol in the European Union Consumption, harm and policy approaches: World Health Organization Regional Office for Europe; 2012.
25. Direção-Geral da Saúde. A Saúde dos Portugueses. Perspetiva 2015. Lisboa: Direção-Geral da Saúde; 2015 Accessed on 2017.
26. Giles LE, Brennan M. Trading between healthy food, alcohol and physical activity behaviours. BMC public health. 2014.
27. Morean ME, Kong G, Camenga DR, Cavallo DA, Connell C, Krishnan-Sarin S. First drink to first drunk: age of onset and delay to intoxication are associated with adolescent alcohol use and binge drinking. Alcoholism, clinical and experimental research. 2014;38(10):2615-21.
28. Morleo M, Cook PA, Elliott G, Phillips-Howard PA. Parental knowledge of alcohol consumption: a cross sectional survey of 11-17 year old schoolchildren and their parents. BMC public health. 2013;13:412.
29. World Health Organization. Global Status Report on noncommunicable diseases 2014 Accessed on 2017.
30. World Health Organization. Global status report on alcohol and health: World Health Organization 2014 Accessed on 2016.
31. World Health Organization. Alcohol: World Health Organization; 2015 [Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs349/en/>].

7. Anexos

Anexo 1: Questionário



Prevenir o consumo de álcool em adolescentes escolarizados: Melhorar o conhecimento para uma prevenção eficaz

Em primeiro lugar queremos agradecer-te por responderes a este questionário!

Com o seu preenchimento pretendemos obter dados para estudar o consumo de álcool em adolescentes portugueses.

Assinala com uma cruz o quadrado correspondente à resposta que está mais de acordo com a tua opinião ou escreve a tua resposta na linha que surge a seguir à pergunta. As questões em que podes escolher mais do que uma resposta estão assinaladas à frente da pergunta.

Se te enganares risca completamente o quadrado “errado” e assinala o quadrado que escolheste com uma cruz.

Este questionário é anónimo, as tuas respostas não serão vistas pelos teus pais nem pelos teus professores.

É muito importante que respondas a todas as perguntas! Lembra-te que isto não é um teste.

A resposta certa é a que corresponde à tua opinião.

1. Responde às seguintes perguntas sobre ti:

1.1 Qual é a tua idade? _____ anos

1.2 Ano de Escolaridade _____ Turma _____

1.3. És um rapaz ou uma rapariga? Rapaz ¹ Rapariga ²

1.4. Vives numa: Aldeia ¹ Vila ² Cidade ³

1.5. Quais das seguintes pessoas vivem na tua casa? Se os teus pais viverem em casas diferentes, pensa na casa onde vives na maior parte do tempo. (Podes escolher mais do que uma resposta)

- a) Pai..... ¹
- b) Padrasto ou companheiro da tua mãe ²
- c) Mãe ³
- d) Madrasta ou companheira do teu pai..... ⁴
- e) Irmão/s ⁵
- f) Irmãs/s ⁶
- g) Avós ⁷
- h) Outras pessoas..... ⁸ Quem?

1.6. Qual o grau de escolaridade dos teus pais?

	Nunca estudou	Até ao 4º ano (1º ciclo)	Até ao 6º ano (2º ciclo)	Até ao 9º ano (3º ciclo)	Até ao 12º ano (Ensino Secundário)	Concluiu o Ensino Superior (Universidade)	Não sei
Pai	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵	<input type="checkbox"/> ⁶	<input type="checkbox"/> ⁷
Mãe	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵	<input type="checkbox"/> ⁶	<input type="checkbox"/> ⁷

1.7. Qual a profissão dos teus pais? (se não souberes escreve "Não sei")

1.7.1. Pai: _____

1.7.2. Mãe: _____

1.8. Qual é a origem da tua família?

	Portugal	Outro país.... Qual?	Não sei
Pai	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Mãe	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3

2. Experiências com bebidas alcoólicas

2.1. O que achas que pode acontecer a quem bebe bebidas alcoólicas?

	Muito provável	Provável	Não sei	Pouco provável	Muito pouco provável
Sentir-se relaxado/a	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Ter problemas com a polícia	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Prejudicar a saúde	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Sentir-se feliz	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Esquecer os problemas	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Não ser capaz de parar de beber	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Ter uma ressaca (ficar maldisposto/a, com dores de cabeça, cansado/a, etc.)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Sentir-se mais simpático/a e descontrai-do/a	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Fazer algo de que se arrependa depois	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Divertir-se muito	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Sentir-se doente	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Sentir-se mais confiante na relação com os outros	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Ser aceite num grupo	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

2.2. Costumas ver as seguintes pessoas beber bebidas alcoólicas?

	Todos os dias	Pelo menos uma vez por semana	Pelo menos uma vez por mês	Algumas vezes por ano	Nunca	Não se aplica ao meu caso
A tua mãe (ou mulher responsável por ti)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
O teu pai (ou homem responsável por ti)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
O(s) teu(s) irmão(s) ou irmã(s)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
O teu/tua melhor amigo(a)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
O/A teu/tua namorado/a	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

3. Consumo de bebidas com álcool

3.1. Já experimentaste bebidas alcoólicas (mesmo que tenha sido apenas um gole)?

- a) Sim 1
- b) Não 2

3.2. Com que idade experimentaste pela primeira vez:

	Nunca	9 anos ou menos	10 anos	11 anos	12 anos	13 anos	14 anos	15 anos	16 anos ou mais
Beber cerveja	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 9
Beber vinho ou champanhe	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 9
Beber bebidas alcoólicas misturadas com sumo ou refrigerante	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 9
Beber bebidas destiladas (ex. shots, whisky, vodka, água-ardente, licores)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 9
Ficar bêbado/a	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 9

3.3. Onde estavas quando experimentaste uma bebida alcoólica pela primeira vez (mesmo que tenha sido só um gole)?

- a) Em tua casa 1
- b) Em casa de um/a amigo/a 2
- c) Na escola 3
- d) Num café 4
- e) Num local exterior (rua, parque, praia, etc) 5
- f) Outro local 6 Qual?
- g) Nunca experimentei uma bebida alcoólica 7

3.4. Com quem estavas quando experimentaste uma bebida alcoólica pela primeira vez, mesmo que tenha sido só um gole? (podes escolher mais do que uma opção)

- a) Sozinho/a 1
- b) Com amigos/as 2
- c) Com os teus pais 3
- d) Com outros familiares 4
- e) Com outra pessoa 5 Quem?
- f) Nunca experimentei uma bebida alcoólica 6

3.5. Por que razão experimentaste bebidas alcoólicas? (podes escolher mais do que uma opção)

- a) Curiosidade (queria saber/ver como era) 1
- b) Porque os meus pais deram-me 2
- c) Porque queria divertir-me com os meus amigos 3
- d) Porque via os meus pais beberem 4
- e) Porque via os/as meus/minhas irmãos/irmãs beberem 5
- f) Porque via os meus/minhas amigos/as beberem 6
- g) Porque queria pertencer a um grupo 7
- h) Porque todos bebem 8
- i) Outra razão 9 Qual?
- j) Nunca experimentei uma bebida alcoólica 10

3.6. Quantas vezes bebeste pelo menos uma bebida alcoólica:

	0 vezes	1-2 vezes	3-5 vezes	6-9 vezes	10-19 vezes	20-39 vezes	40 vezes ou mais
Ao longo da tua vida	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
No último ano	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
Nos últimos 30 dias	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
Na última semana	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7

3.7. Hoje em dia, com que frequência bebes bebidas com álcool, incluindo as vezes em que bebes pequenas quantidades?

	Todos os dias ou quase todos	Pelo menos uma vez por semana	Pelo menos uma vez por mês	Algumas vezes por ano	Nunca
Cerveja	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Vinho ou champanhe	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Bebidas alcoólicas misturadas com sumo ou refrigerante	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Bebidas destiladas (shots, whisky, vodka, água-ardente, licores)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

3.8. Como costumava arranjar as bebidas alcoólicas que bebes? (podes escolher mais do que uma opção)

- a) Compro num supermercado/café 1
- b) Os/As meus/minhas amigos/as mais velhos/as compram para mim. 2
- c) Em minha casa com o conhecimento dos meus pais..... 3
- d) Em minha casa sem o conhecimento dos meus pais..... 4
- e) Oferecem-me (amigos, colegas) 5
- f) Em casa de amigos 6
- g) Outra 7 Como? _____
- h) Eu não bebo bebidas alcoólicas 8

3.9. Pensa nos últimos 30 dias. Quantas vezes bebeste 5 ou mais bebidas alcoólicas na mesma ocasião (numa tarde ou numa noite)?

- a) Nenhuma vez 1
- b) 1 vez 2
- c) 2 vezes 3
- d) 3-5 vezes 4
- e) 6-9 vezes 5
- f) 10 ou mais vezes 6

3.10. Quantas vezes já ficaste bêbado/a por teres bebido bebidas com álcool (por exemplo, sentir dificuldade em andar, ter dificuldade em falar, vomitar, não te lembrares do que aconteceu)?

	0 vezes	1-2 vezes	3-5 vezes	6-9 vezes	10-19 vezes	20-39 vezes	40 vezes ou mais
Ao longo da tua vida	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
Nos últimos 12 meses	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
Nos últimos 30 dias	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
Na última semana	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7

4.4. Normalmente, quanto dinheiro gastas por semana nas tuas coisas pessoais, sem o controlo dos teus pais?
..... euros

4.5. Na tua opinião, o que é que os teus professores pensam acerca do teu desempenho escolar?

- a) Muito bom..... 1
- b) Bom..... 2
- c) Médio..... 3
- d) Abaixo da média 4

4.6. Atualmente fumas?

- a) Todos os dias 1
- b) Pelo menos um cigarro por semana, mas não todos os dias 2
- c) Menos de um cigarro por semana 3
- d) Já fumei mas deixei de fumar 4
- e) Não fumo 5

4.7. Com que frequência comes frutas ou vegetais?

- a) Mais do que uma vez por dia 1
- b) Pelo menos uma vez por dia 2
- c) Pelo menos uma vez por semana mas não todos os dias 3
- d) Raramente 4
- e) Nunca..... 5

4.8. Fora da escola, com que frequência fazes exercício físico (desporto)?

- a) Todos os dias 1
- b) 4 a 6 vezes por semana 2
- c) 2 a 3 vezes por semana 3
- d) Uma vez por semana 4
- e) Pelo menos uma vez por mês 5
- f) Menos de uma vez por mês 6
- g) Nunca..... 7

4.9. As pessoas que moram contigo fumam dentro de casa?

- a) Sim, em todas as divisões da casa 1
- b) Sim, mas apenas em algumas divisões 2
- c) Sim, mas apenas em dias especiais (ex. festas)..... 3
- d) As pessoas que moram comigo não fumam mas as visitas podem fumar 4
- e) Não..... 5
- e) As pessoas que moram comigo não fumam 6

Muito obrigado(a) pela tua colaboração! ☺