

Saídas



Abuso de álcool e drogas

Guia rápido, prático e de orientação clínica sobre as problemáticas associadas ao abuso de substâncias tóxicas. Actualmente na sua quarta edição, apresenta as mais recentes e relevantes informações sobre farmacologia, epidemiologia e formas de tratamento relacionadas com as diversas substâncias abordadas. Indispensável!

Autor: Marc A. Schuckit
1ª edição: Março de 1998
Climeps Editores

O universo do Ecstasy

O consumo de drogas tem vindo a massificar-se e a diversificar-se, sobretudo no que diz respeito às drogas sintéticas, cuja composição resulta de investigação laboratorial. Trata-se de uma pesquisa de carácter qualitativo realizada através de entrevistas e observação de contextos de práticas de lazer e da qual resultam os quadros que tipificam o perfil social dos jovens, suas práticas e representações relativas ao consumo de substâncias sintéticas e a relação entre esses consumos e os estilos de vida juvenis.

Autor: Susana Henriques
1ª edição: Outubro 2003
Autonomia 27



Cânhamo

Um projecto editorial é logo à partida um desafio cultural. A informação é um direito consagrado. No entanto, estas nobres invocações de cidadania, turvam-se a partir do momento em que o tema são as toxicomanias. Este é o desafio da revista "Cânhamo", revelar toda uma cultura de sociedade emergente, junta num pensamento diverso, plural, civilizacional e objectivamente implicado numa lógica e acção anti-proibicionista. Com um objecto editorial de expressão autónoma, a Cânhamo é bimestral e contrapõe ao absurdo da desinformação, um novo pensamento civilizacional, multi-cultural, aberto ao debate, à análise, ao pensamento crítico e anti-proibicionista. Escreveremos, então, para todos. Sobre e para a liberdade. O primeiro número saiu em Junho e mais informações podem ser obtidas em www.canhamo.net



Associação Dianova Portugal
Quinta das Lapas, 2565-517 Monte Redondo TVD
Tel.: +351 261 324 900 - Fax: +351 261 312 322
E-mail: dianova.comunicacao@clix.pt www.dianova.pt

Ficha Técnica

Propriedade:
Associação Dianova Portugal
Coordenação Editorial:
Rui Martins

Administração e Redacção:
Associação Dianova Portugal
Quinta das Lapas
2565-517 Monte Redondo TVD
Tel.: 261 324 900 - Fax: 261 312 322
E-mail: dianova.comunicacao@clix.pt

Design: Modlang Design e Comunicação, Lda.
Impressão: Escola de cor - Artes Gráficas, Lda.
ISSN: 214288/04
Depósito Legal: 214288/04

Distribuição: Grátis
Periodicidade: Trimestral
Tiragem: 1.500 exemplares



- Editorial
- Em Foco Nacional
- Entrevista com...
- Tema de actualidade
- Dianova Internacional
- Não há droga sem senão...
- Inter-gerações
- Drog@s
- Saídas

DIANOVA
ASSOCIAÇÃO DIANOVA PORTUGAL

intervenção
em Toxicodependências

Editorial: Mais Força, Mais União!

Enfrentando a nossa sociedade numerosos desafios sociais como a pobreza, carências educativas, violência e dependências, e tendo por missão a promoção perante o problema da toxicodependência de uma acção a nível de Investigação, Prevenção, Tratamento e Reinserção Social, surge assim a EXIT, um novo projecto que visa dar a conhecer o mundo Dianova e suas iniciativas nacionais e internacionais, assim como destacar referências do sector e descortinar tendências na área das toxicodependências. Focalizado na Prevenção Primária, esperamos que este #1 da EXIT possa contribuir de forma isenta e sem preconceitos para um Outro olhar sobre as drogas!

É do conhecimento comum que o consumo de substâncias psicoactivas como cocaína, cannabis, heroína, ecstasy ou álcool, provocando modificações ao nível da percepção e do estado de consciência, gera transformações psíquicas e físicas que alteram o relacionamento do indivíduo com a realidade, originando problemas do foro psiquiátrico, problemas no meio laboral, delinquência induzida, causa de diversos acidentes mortais e indubitavelmente contribuem para o agravamento de diversos problemas de saúde

Com o objectivo de informar jovens e adultos sobre os riscos para a saúde e os problemas associados (segundo o Relatório 2002 do I.D.T. o consumo de drogas como cannabis é responsável por 13% de mortes relacionadas com drogas e 60% por processos de contra-ordenações; 44% por cocaína - 6% processos e 69% por heroína - 24% dos processos), a prevenção do uso ou abuso de substâncias psicoactivas passa não só pelo dotar e garantir o desenvolvimento saudável de qualquer pessoa, assegurando que esta detém a informação necessária acerca das substâncias psicoactivas, do seu uso e abuso, mas também pelo certificar-nos que a pessoa adquire e desenvolve as competências necessárias para fazer uma escolha saudável, mediante a promoção da auto-estima, capacidade de decisão, gestão de sentimentos, estimulação da motivação e criação de objectivos de vida.

Todavia, enquanto permanecer o elevado consumo de substâncias legais como álcool e tabaco; prescrições abusivas de psicofármacos; spots publicitários a marcas de álcool com claims como "100% Cool" ou perfumes como "Opium", recorrendo a cenários de sedução que incitam ao uso de estupefacientes; campanhas com mensagens que reforçam o ceticismo de personalidades mais frágeis, seguidas de filmes sobre histórias de delinquência e tráfico de droga como se tratasse da aventura mais emocionante, a credibilidade e a eficácia da prevenção continuarão seriamente afectadas.

Não sendo as drogas que agravam o problema mas sim os contextos relacionais e culturais em que os consumos são realizados, parece consensual a necessidade de endereçar o reforço de valores e comportamentos positivos face aos desafios que colocam a delinquência, a pobreza e as dependências à sociedade, fragmentada e centrada nas qualidades individuais. Importa, assim e em primeiro, reconstruir os laços sociais em torno da união e partilha de experiências que reforcem o indivíduo na busca de oportunidades, assegurando-lhe necessidades básicas como habitação, educação e segurança; e, segundo, focalizar a prevenção sem banalizações nem discriminações numa abordagem credível em associação com a promoção de mecanismos de controlo que tornem cada vez mais improvável a ocorrência de acidentes e evitem o máximo de incidentes.

Enfrentar o problema e não a sua negação ainda é a melhor solução na qual devem congregiar esforços e vontades entidades governamentais, instituições e a sociedade cívica em geral. Quanto maior for o investimento, maiores os benefícios a prazo: diminuição dos custos sociais e de saúde pública, maior estabilidade e segurança públicas, menor incidência de doenças infecciosas associadas aos consumos, incremento da defesa de valores sociais e familiares de promoção da saúde!

A Presidente
Christina Lizarza

Assinatura Protocolo PMPT Torres Vedras

No decorrer do II Encontro Nacional Planos Municipais de Prevenção das Toxicodependências, 1 e 2 de Julho - Viseu, um marco da intervenção em prevenção primária, centrado numa parceria entre o I.D.T., Autarquias e Associações-ONG's locais, realizou-se a cerimónia de assinatura do novo protocolo com a Câmara Municipal de Torres Vedras, do qual a Dianova é uma das entidades promotoras com o "Passa a Palavra".

O projecto será implementado nas Escolas Secundária e 3º Ciclo Madeira Torres e Henriques Nogueira, dirigindo-se a Jovens dos 15 aos 17 anos e Técnicos de Educação, Grupos de Pares e Comunidade local. Este projecto visa promover estilos e hábitos de vida saudáveis; reduzir e evitar o consumo de tabaco, álcool e outras substâncias psicoactivas; promover a auto-estima e a confiança; consciencializar acerca dos factores de risco; alertar e promover envolvimento da comunidade local e do público-alvo na resolução de problemas que os possam afectar.



"Prevenir requer proximidade, principalmente daqueles que ainda em fase de crescimento levam a cabo o seu processo de aprendizagem. Neste caminho é fundamental uma educação para estilos de vida que impliquem preocupação com a saúde, de forma a evitar a doença, seja ela sob a forma de dependência de substâncias estupefacientes, ou de vítima de doenças infecto-contagiosas (Sida, Hepatite ou Tuberculose). Para o respectivo sucesso, é fundamental a participação das autarquias por constituírem a parte do "poder" mais próximo do cidadão e, dessa forma, permitirem um efectivo envolvimento da comunidade na prevenção de um fenómeno tão complexo e grave como é o das drogas e das toxicodependências." Fernando Negrão, Presidente do I.D.T.

A sua tónica é colocada na informação e formação de Jovens Mediadores - Promotores de Saúde, actuando como agentes de saúde na comunidade. As acções decorrerão ainda nas instalações da C.T. Quinta das Lapas, onde os jovens irão receber formação de carácter educativo, formativo e lúdico. No final do projecto, será organizado um stand na Feira de São Pedro, a decorrer em Junho 2005, e que visa precisamente envolver toda a comunidade torriense em geral.

Espera-se, assim, que o público-alvo e a comunidade local em que se insere despertem para esta problemática, mobilizando-se de forma construtiva e pró-activa na minoração dos seus efeitos, tornando-se cada vez mais consciente de que a Droga é um problema da responsabilidade de toda a sociedade.

Congresso Internacional da Cannabis

Decorreu a 7 e 8 de Junho o Congresso Internacional da Cannabis, organizado pelo I.D.T., inserido num contexto de reflexões europeias e nacionais, envolvendo cerca de 700 congressistas investigadores, cientistas, técnicos multidisciplinares. Segundo Fernando Negrão, Presidente do I.D.T., sendo a cannabis a droga mais cultivada, traficada e consumida em todo o mundo, representa um problema muito sério e gerador de sofrimento, que tem feito aumentar a procura de tratamento. Em Portugal, 10% dos jovens entre os 12 e 15 anos experimentaram-na pelo menos uma vez na vida, percentagem que sobe para os 12% entre os jovens dos 15 aos 24 anos. Luís Filipe Pereira, Ministro da Saúde, insurgiu-se contra a passividade da sociedade civil, entre outros aspectos preocupantes, que vê a cannabis como uma droga menos grave que as chamadas drogas duras, alertando para a neces-



sidade de conciliação de vontades e acções transversais a toda a sociedade e instituições. A nível do ensino a proposta de David Justino, Ministro da Educação, em criar uma área curricular para capacitar os jovens para que possam fazer escolhas livres e responsáveis face aos consumos, práticas e condutas, tarda em materializar-se face à gravidade e proporção que esta problemática atinge.

Workshop "Educar para Prevenir"



No âmbito da parceria estabelecida a nível de Formação de Prevenção das Toxicodependências em Meio Escolar entre a Dianova e a Associação Sindical de Professores Licenciados - A.S.P.L., realizaram-se em Maio os primeiros Workshops de formação "Educar para Prevenir", cujo objectivo é colmatar uma lacuna sobre como e para quê prevenir sentida pelos próprios professores, aperfeiçoando as suas competências nas áreas da personalidade, factores de risco e das fragilidades sócio-psicológicas; incrementando os seus conhecimentos relacionados com a psicologia dos jovens e adolescentes; e favorecendo uma pedagogia de escuta, diálogo e orientação, prevenindo-se assim os problemas associados aos consumos.



Contando com cerca de 60 Docentes dos 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico e Secundário das regiões Oeste e Beja, foram abordadas temáticas como Introduções genéricas sobre toxicod dependência, Consumo de Droga e a Escola, Prevenção de Riscos e Gestão de tempos livres, Como estimular hábitos de vida saudáveis e Simulação de Casos práticos. Cerca de 98% dos professores reiteraram o seu interesse em participar em outras acções relacionadas com a temática, dado que os jovens passam a maior parte de tempo na escola.

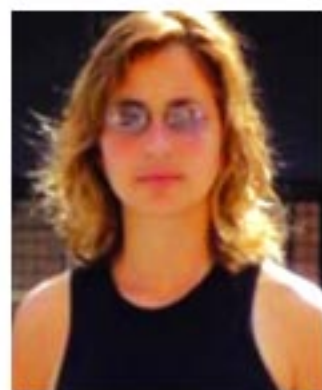


Professores e Encarregados de Educação têm muitas oportunidades para preparar os jovens contra o uso e abuso de drogas, como:

- Respeitar os alunos, tendo em conta as opiniões e gostos, e considerá-los como pessoas importantes
- Ensinar-lhes a exprimirem-se com segurança, sinceridade e alegria.
- Orientá-los e apoiá-los para que aprendam a aceitar as suas responsabilidades
- Escutá-los, prestar-lhes atenção. Mostrar interesse pelas suas ideias, inquietudes e preocupações
- Criticá-los de forma construtiva sem ridicularizá-los, desqualificá-los ou compará-los a outros
- Valorizá-los, reconhecendo o que fazem e quem são.

Os nossos agradecimentos aos Patrocinadores: Hotel Vila Galé Ericeira e Clube de Campo Vila Galé; Oculista Central Torreense, Tórtoras Automóveis, Instituto da Droga e Toxicod dependência e Comissão Nacional de Luta Contra a SIDA

Susana Henriques "As drogas sintéticas e os jovens"



Susana Henriques, socióloga e mestre em Comunicação, Cultura e Tecnologias da Informação, é investigadora do Centro de Investigação e Estudos de Sociologia (CIES) do ISCTE e docente da Escola Superior de Educação de Leiria. Entre os diversos trabalhos desenvolvidos sobre temas relacionados com a toxicod dependência, encontra-se o recém-publicado livro "O Universo do Ecstasy - Contributos para uma análise dos consumidores e ambientes", em que através de testemunhos directos os jovens consumidores exprimem as experiências que vivem, caracterizando os contextos numa análise sobre a sociedade actual e respectivas dinâmicas.

É pelo facto das drogas sintéticas constituírem um crescente alvo de preocupação pública e social, pelo aumento do seu consumo particularmente entre adolescentes e jovens, com consequências graves a nível do foro psicológico a prazo, que entrevistámos a Dr. Susana Henriques de forma a podermos retirar algumas ilações e tendências para uma intervenção célere e adequada a esta problemática.

Dianova: Quais as determinantes sociais que "empurram" os jovens para trajetórias de risco?

Susana Henriques: Não existem determinantes sociais. A imagem dos consumidores não corresponde ao estereótipo do sujeito que é vítima (da substância, dos traficantes, da família, da sociedade). Antes se trata de sujeitos-agentes, capazes de atribuir sentido às suas acções e opções. E a percepção que estes consumidores têm das suas vidas e das significações que guiam as suas práticas de consumo, traduzem o conjunto de razões para a acção e são uma parte integrante da reflexividade exercida sobre essa acção. Esse significado é um produto social que deriva das actividades dos indivíduos em interacção e da forma como interage com esse símbolo. Não se trata, pois, de uma entidade passiva, determinada por influências externas. Ao forjarem as suas identidades pessoais, e independentemente do carácter dos seus contextos de acção específicos, os indivíduos também contribuem para promover influências sociais com consequências e implicações globais.

Dianova: O que são estas novas drogas consumidas pelos jovens?

Susana Henriques: As "novas drogas" correspondem a um conjunto de substâncias sintéticas (anfetaminas, alucinogénios e outras) cuja composição resulta da investigação laboratorial. Uma das mais conhecidas é o Ecstasy, nome pelo qual é mais conhecida a substância química MDMA (metileno-dioximetanfetamina), apresentada sob a forma de um comprimido geralmente com um símbolo gravado. Entre outras, refira-se a Ketamina apresentada sob a forma de um líquido ou de um pó branco, um poderoso anestésico tradicionalmente de uso veterinário; o GHB (gama-hidroxibutirato) utilizado legalmente como anestésico no tratamento dos sintomas de abstinência do álcool; e o MDA - 3,4 metilenedioxianfetamina. Embora a pesquisa tenha revelado um número praticamente infinito de substâncias, os indivíduos entrevistados referiram-se simplesmente a "pastilhas" ou "ecstasy" com efeitos diferentes.

Dianova: Quais os seus efeitos?

Susana Henriques: Aqui há algumas considerações importantes a reter. Primeiro, a neurotoxicidade destas substâncias não está ainda completamente determinada. Além disso, alguns dos comprimidos vendidos como ecstasy podem conter adulterantes. Finalmente, os efeitos resultam da interacção entre a substância (em termos químicos), o indivíduo (no seu sistema biopsicossocial) e o contexto (ambiente, expectativas...). No entanto, há já alguns dados relativamente ao MDMA. O Ecstasy (MDMA) actua sobre as células nervosas que produzem serotonina, substância responsável pelas sensações de empatia e de bem-estar. Normalmente, estes neurotransmissores reagem a um sinal eléctrico para a libertação da serotonina sendo o excedente

reabsorvido. Ao provocar uma libertação repentina e intensa de toda a serotonina armazenada, o MDMA impede a reabsorção, podendo causar danos irreversíveis nos terminais nervosos. Em termos físicos, esta substância, associada a contextos de dança intensiva, em lugares superlotados e mal ventilados, acentua o ritmo cardíaco e a temperatura do corpo levando à ingestão excessiva de água, podendo provocar desidratação e taquicardia, estragos nos dentes devido ao ranger, dificuldades nas articulações dos joelhos devido à rigidez muscular, exaustão como resultado de dança excessiva e do efeito do ecstasy no controlo da temperatura do corpo. Surge ainda associada a outras complicações como inflamação, problemas de ossos ou respiratórios; perda de apetite, boca seca, aumento da pressão sanguínea, variações na temperatura do corpo, aumento da frequência respiratória e do nível de açúcar no sangue, dilatação das pupilas, aumento dos níveis de energia e da conversação. Ao nível das consequências psicológicas, o MDMA provoca confusão, desorientação, ansiedade, paranóia e fenómenos psicológicos raros. O consumo forte e continuado desta substância aumenta a possibilidade de ocorrerem lesões neurológicas, a prazo. Estudos realizados sugerem que a exposição crónica ao ecstasy origina alterações funcionais e morfológicas nas partes do cérebro que regulam certas funções fisiológicas e psicológicas como o sono, o apetite, a agressividade e a cognição. Para além disto, o ecstasy pode produzir um come down (conjunto de sensações que correspondem ao decrescendo dos efeitos associados à substância consumida) muito desagradável, levando ao consumo de outras substâncias para o aliviar.

Dianova: O que leva certos jovens ao consumo de drogas?

Susana Henriques: De acordo com as informações recolhidas no estudo que realizei, as motivações apontadas para o início dos consumos são: a curiosidade; a procura de uma alternativa à rotina quotidiana; estratégias de afirmação e de integração; tentativas de desinibição e de melhoria de comunicação; o hedonismo.

Dianova: Quais os factores protectores que impedem outros jovens de consumir?

Susana Henriques: Existem, de facto, alguns autores que falam de "factores protectores"; no entanto, como já referi, a relação nunca é de causalidade directa. Por exemplo, Pollard (1997) distingue os seguintes factores de protecção: domínio da comunidade (integração e oportunidades de integração na comunidade); domínio escolar (envolvimento na escola); domínio familiar (proximidade e afecto familiar); domínio individual (competências sociais, crença na ordem moral, religiosidade).

