

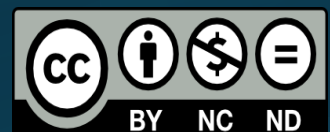
# Prevenção do consumo de substâncias psicoativas em contexto escolar



Oficina de promoção da saúde

Outubro 2025

Prevenção do consumo de substâncias psicoativas em contexto escolar de Susana Henriques é disponibilizado sob a Licença Creative Commons-Atribuição - NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional



# Roteiro

- **Parte I – Conceitos**
  - Promoção da Saúde
  - Ciência da Prevenção
  - Dependências com e sem substância
  - Evidências
- **Parte II – Problemáticas**
  - Prevenção em meio escolar
  - O que (não) resulta
  - Perspetivas de desenvolvimento





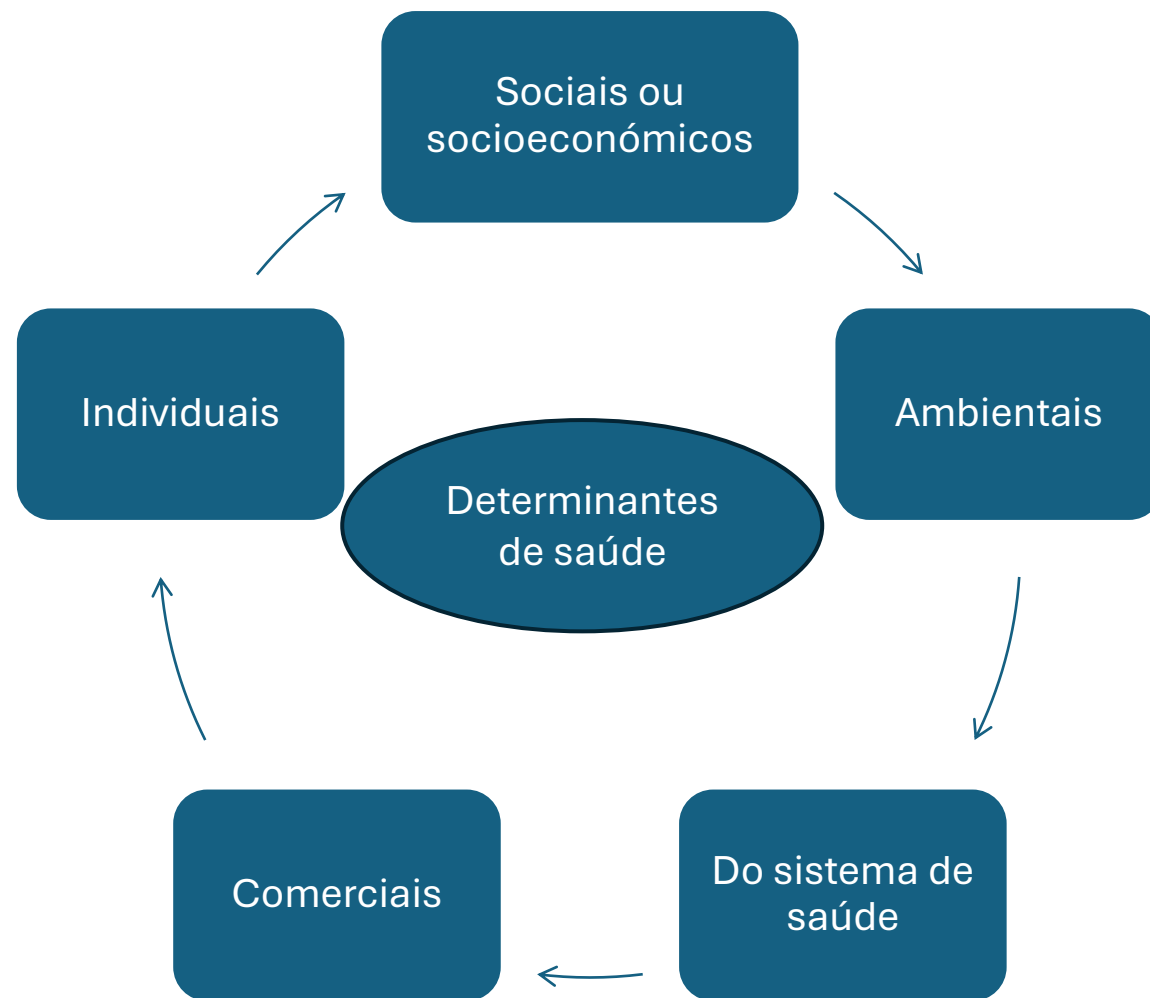
## Parte I



# Da Promoção da Saúde à Prevenção

## Promoção da Saúde

- Assenta no valor da saúde como um direito humano fundamental.
- Tem como eixos centrais: equidade, participação, capacitação individual e coletiva



# Da Promoção da Saúde à Prevenção

## Ciência da Prevenção

(*European Society for Prevention Research*)

- Intervenção baseada em evidência (em vez de tradição, reações instintivas ou observações únicas como base da tomada de decisão) a prática baseada em evidências depende de dados recolhidos através de investigação, pesquisas experimentais e contribui para o desenvolvimento do conhecimento nessa área de intervenção.
- Melhores práticas: refere-se à melhor aplicação das evidências disponíveis para o desenvolvimento de intervenções na área de drogas e outros CAD
- **Campo multidisciplinar** – etiologia, epidemiologia, desenho de intervenção, avaliação da eficácia da implementação – aplicado à prevenção de uma variedade de problemas sociais e de saúde (uso de substâncias, saúde sexual e gravidez na adolescência, HIV/SIDA e outras doenças infetocontagiosas, violência, acidentes, suicídio, doença mental, delinquência, obesidade e nutrição, exercício físico, doenças crónicas...).
- Em **contextos diferenciados** (famílias, escolas, comunidade, locais de trabalho, contextos recreativos e meios de comunicação social e em rede) e ao longo do ciclo de vida (crianças, adolescentes, adultos, idosos)...

# Prevenção

- Porque é que a prevenção do consumo de spa é importante?
- para evitar ou adiar a iniciação do uso de substâncias ou, nos casos em que já tenham iniciado, evitar que desenvolvam dependência;
- para promover o desenvolvimento saudável das crianças e jovens, permitindo que realizem todo o seu potencial e se tornem membros ativos da sua comunidade e sociedade



# Matriz de formas e funções de Prevenção

## Formas

<u>Funções</u>		<b>Universal</b>	<b>Seletiva</b>	<b>Indicada</b>
	<b>Ambiental</b>	Legislação Impostos	Regulamentação específica para determinados contextos	Limitação do tempo de jogo em videojogos online
	<b>Desenvolvimental</b>	Programas de desenvolvimento de habilidades para a vida	Programas de competências parentais	Programas de aconselhamento individual
	<b>Informacional</b>	Campanha nos mídia	Campanhas informacionais dirigidas a um grupo específico	Feedback normativo individualizado

# Dependências com e sem substância

## Comportamentos Aditivos e Dependências (CAD)



Comportamentos aditivos ou adições, conhecidos correntemente também por vícios ou dependências, envolvem o **consumo de substâncias ou a prática de ações, de forma repetida e compulsiva.**



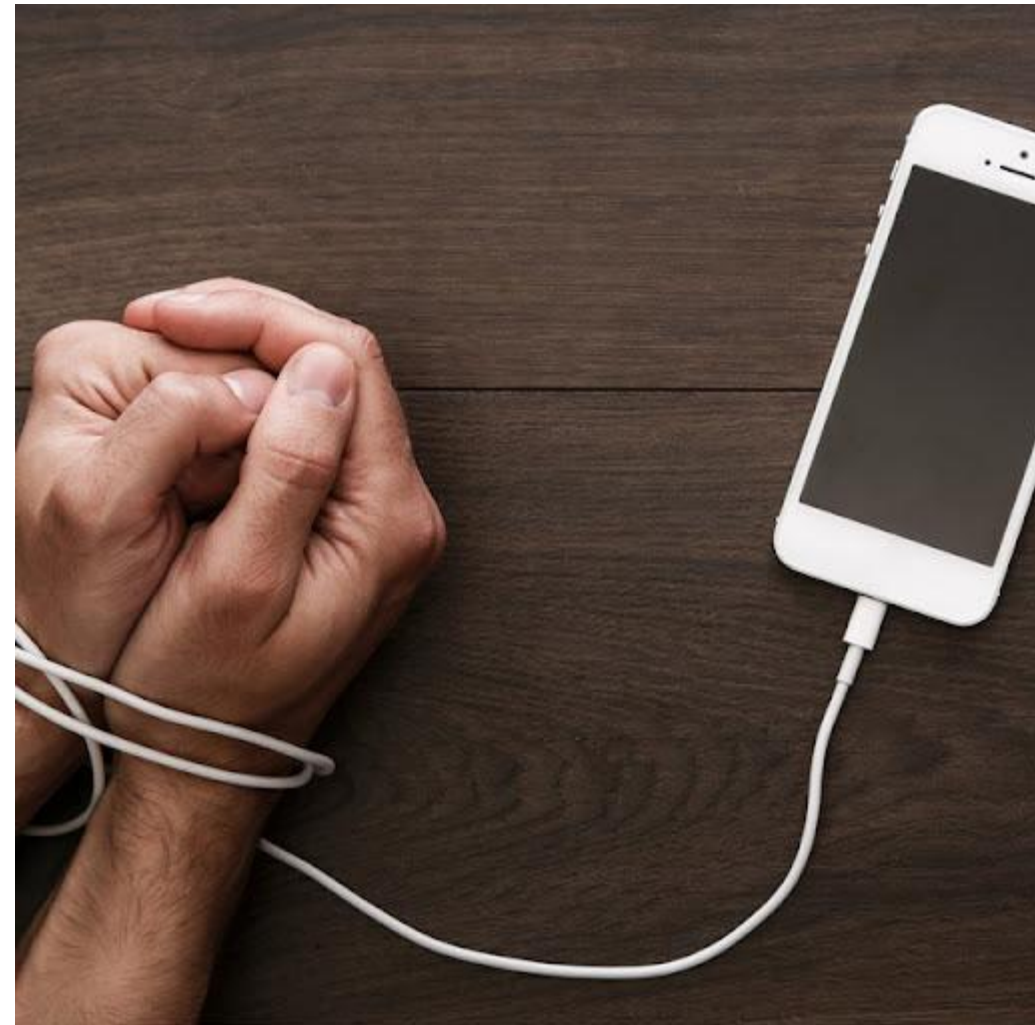
Resultam em alguma forma no valor ou prazer imediato para o próprio, mas a curto ou longo prazo podem ter consequências graves.



Apesar desses efeitos, têm tendência a manter-se; podem tornar-se crônicos.



Não têm uma causa única, mas sabe-se que estão relacionados com alterações químicas ao nível do sistema nervoso central;



# Evidências

## Dados sobre o consumo de Substâncias psicoativas ilícitas - UE

- Relatório *European Drug Report 2025: Trends and Developments*, EUDA ([https://www.euda.europa.eu/publications/european-drug-report/2025\\_en](https://www.euda.europa.eu/publications/european-drug-report/2025_en))
- **Infografia interativa** – [https://www.euda.europa.eu/media-library/prevalence-cannabis-use-europe-2023-or-most-recent-data\\_en](https://www.euda.europa.eu/media-library/prevalence-cannabis-use-europe-2023-or-most-recent-data_en)
- Mais dados estatísticos no Statistical Bulletin 2025 – prevalence of drug use ([https://www.euda.europa.eu/data/stats2025/gps\\_en](https://www.euda.europa.eu/data/stats2025/gps_en))

## Dados sobre o consumo de Substâncias psicoativas ilícitas - Pt

- ICAD: Relatórios anuais <https://www.icad.pt/DocumentList/Index/61?languageId=0>
- ICAD: CAD <https://www.icad.pt/DocumentList/Index/94?languageId=0>
- ESPAD - The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs: Relatório 2024 <https://www.espad.org/espad-report-2024>
- ESPAD: BD interativa <https://data.espad.org/search-questions/?field-text=cannabis>  
<https://data.espad.org/>

# Na sua comunidade, quais são as substâncias que os jovens usam?



Produtos domésticos tóxicos



Uso indevido de substâncias controladas  
prescritas



Uso de substâncias ilegal para a idade



Uso de substâncias ilegais

# Evidências – Fatores de risco

- medidas de comportamento ou de funcionamento psicossocial (incluindo atitudes, crenças e personalidade) que se considera estarem associadas a um risco acrescido de consumo de substâncias – incluem: fatores contextuais | fatores individuais



# Evidências – Fatores de proteção

- fatores que reduzem a vulnerabilidade das pessoas; características que compensam ou atenuam o impacto dos fatores de risco existentes.



# Roteiro

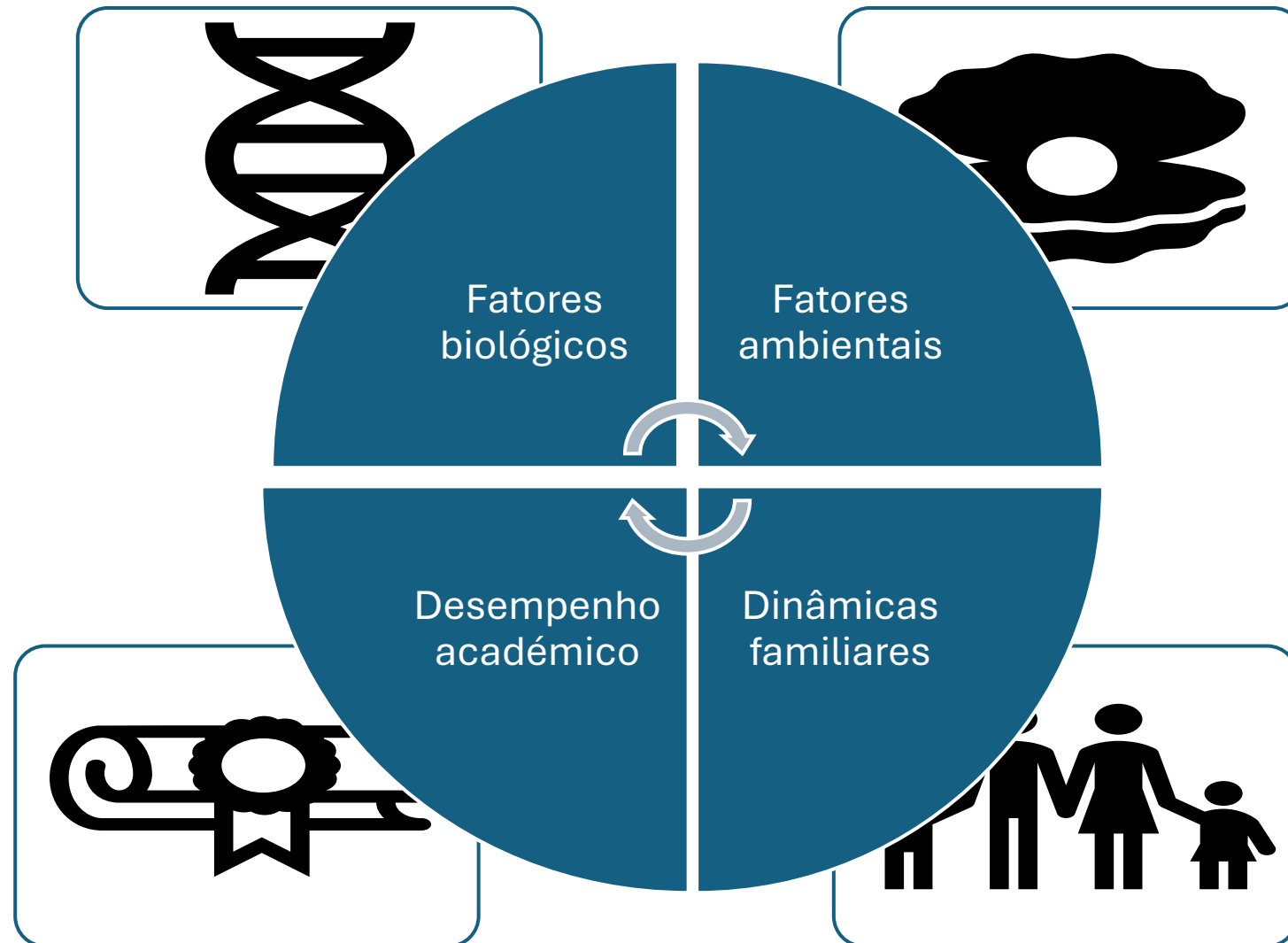
- **Parte I – Conceitos**
  - Promoção da Saúde
  - Ciência da Prevenção
  - Dependências com e sem substância
  - Evidências
- **Parte II – Problemáticas**
  - Prevenção em meio escolar
  - O que (não) resulta
  - Perspetivas de desenvolvimento



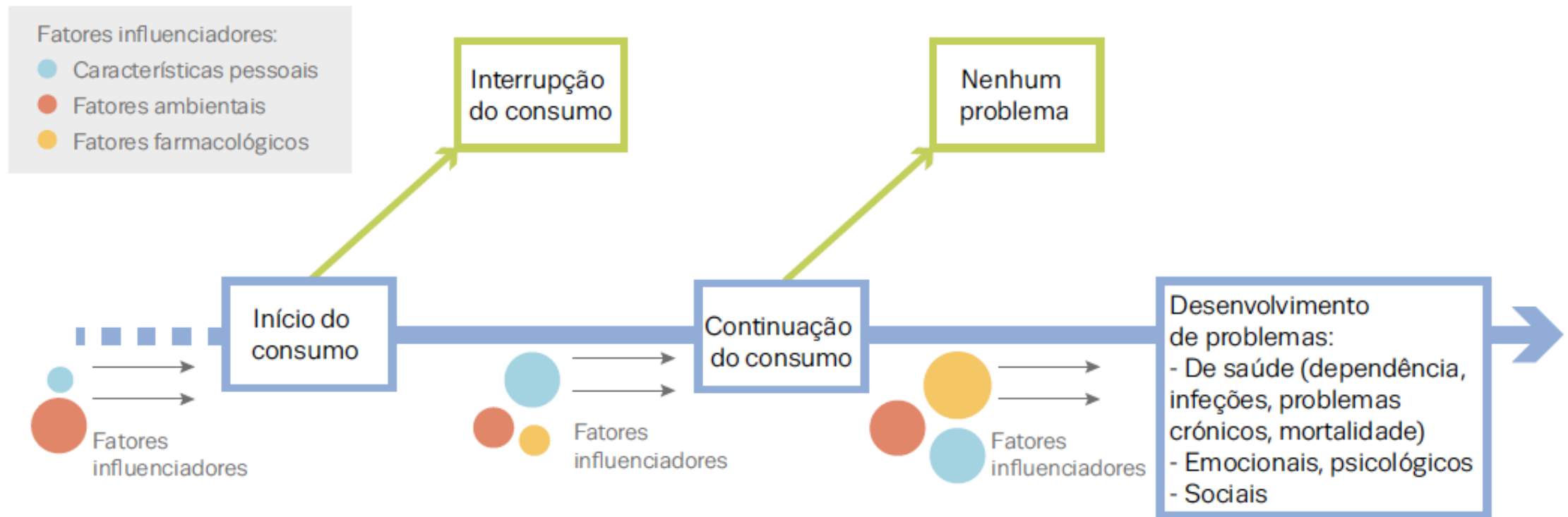


## Parte II

Porque é que nem todas as pessoas que experimentam spa continuam a usar e desenvolvem dependência?



# Diferentes influências nos percursos de consumos



# Prevenção em meio escolar – Porquê?

- São o agente de socialização mais importante fora da família.
- Moldam atitudes de comportamento responsável em geral, com implicações no uso de spa em particular
- Ensinam papéis e comportamentos pró sociais adequados, reforçando as aprendizagens em família e na comunidade
- Proporcionam oportunidades para a prática de tais papeis e comportamentos com supervisão de adultos



# A escola como um sistema



# Componentes da Prevenção em Meio Escolar



## Política escolar

- Projeto Educativo
- Regulamento Interno



## Clima de escola

- Vida escolar
- Qualidade da interação



## Promoção da saúde

- Atividades saudáveis
- Integrada, continuada, intencional



## Prevenção em meio escolar – que não resulta

- Zero tolerância; suspensão / expulsão por delitos menores
- Testes de consumo obrigatórios
- Informação – ex. sobre substâncias
- Ações isoladas
- Abordagens baseadas em táticas de terror
- Testemunhos de ex-consumidores

# Prevenção em meio escolar – o que resulta

- Clima de segurança
- Ligação à escola
- O poder das relações, dos laços



# Prevenção em meio escolar – o que resulta

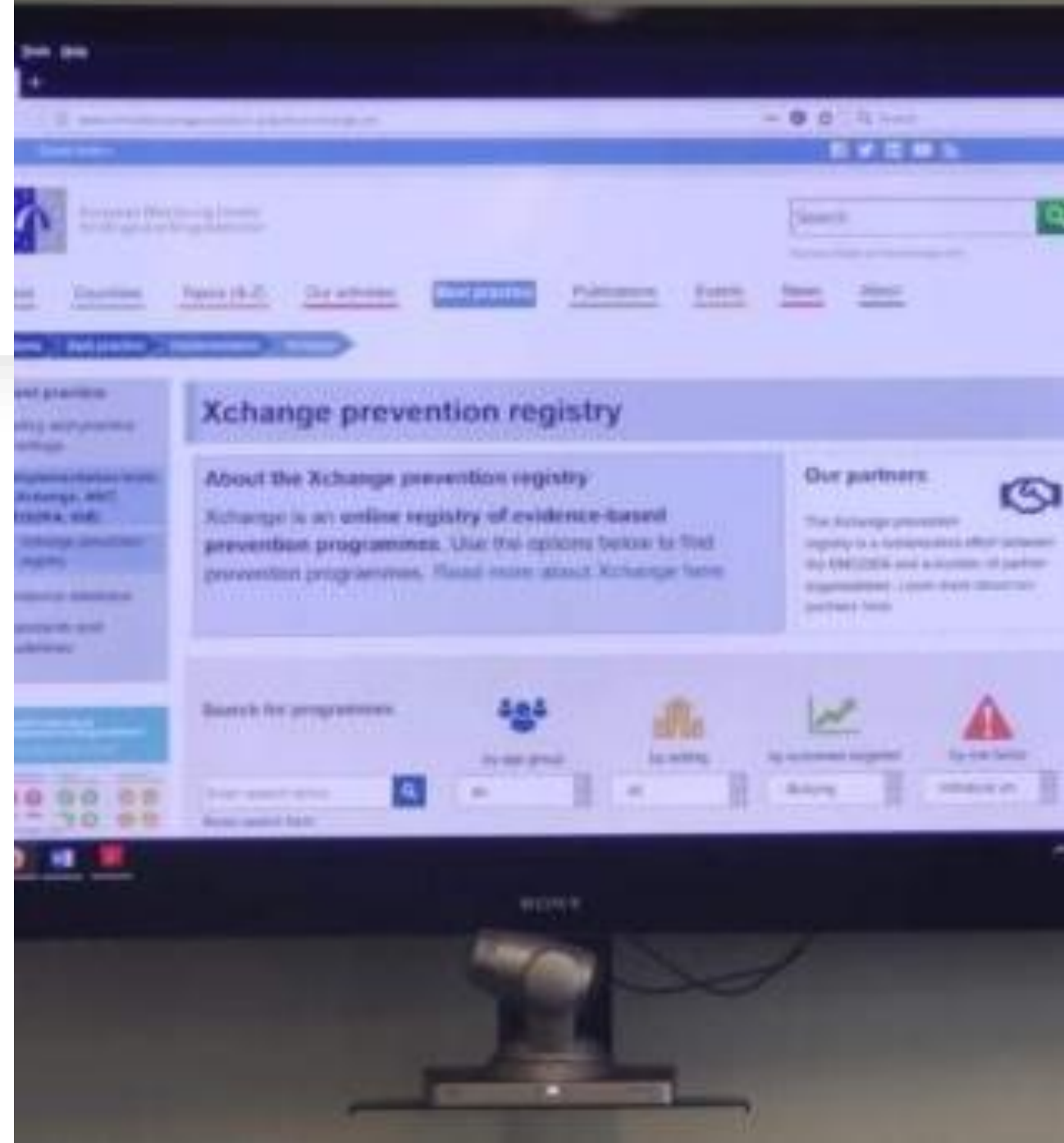
Programas focados em:

- Desenvolvimento de competências pessoais e sociais - auto-controlo; atenção emocional; comunicação, pensamento crítico...
- Tomada de decisão e resolução de problemas em situações sociais
- Apoio académico para o desenvolvimento das competências
- Articulação com as famílias e a comunidade
- Programas multicomponentes - atenção às vulnerabilidades individuais



# Xchange prevention registry

- [https://www.euda.europa.eu/best-practice/xchange\\_en](https://www.euda.europa.eu/best-practice/xchange_en)

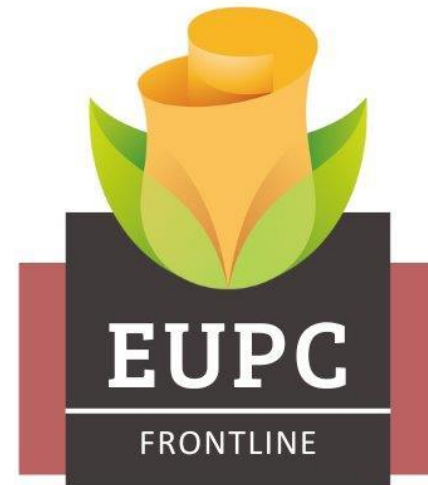


# Perspetivas de desenvolvimento - formação especializada

- EUPC-DOP – Formação para Decisores, Líderes de Opinião e Responsáveis Políticos



- EUPC-Frontline Capacitação para Profissionais de Prevenção com base no Currículo Europeu de Prevenção



# Prevenção eficaz



Complementam a promoção da Saúde



MUITO  
*Obrigada* 

[Susana.Henriques@uab.pt](mailto:Susana.Henriques@uab.pt)