

Consumo de bebidas alcoólicas - seja solução

As novas orientações a adotar em termos do consumo de álcool na população vão ao encontro de colocar barreiras ao consumo de bebidas alcoólicas por adolescentes, através do aumento da idade mínima de acesso e proibição da venda, e não tanto no sentido de penalizar ou sancionar comportamentos. São estas as diretrizes da Organização Mundial de Saúde e que a União Europeia tem vindo a seguir.

EM PORTUGAL

No último ano têm-se verificado alterações significativas nas medidas a implementar, por forma a baixar os padrões de consumo de alto risco de bebidas alcoólicas (como por exemplo a embriaguez e o consumo ocasional excessivo), em especial em adolescentes e jovens adultos. O motivo pelo qual se pretende atuar sobre estas faixas etárias prende-se com o facto de a experimentação do álcool ser cada vez em idades mais precoces, o que aumenta a probabilidade de dependência alcoólica nestes casos.

PLANO NACIONAL PARA A REDUÇÃO DOS COMPORTAMENTOS ADITIVOS E DAS DEPENDÊNCIAS (PNRCAD)

Segundo o PNRCAD, pretende-se que, até 2020, se retarde o início do consumo de bebidas alcoólicas com 13 anos ou menos em 30% e se retarde o início dos padrões de consumo nocivo com 13 anos ou menos (de que acima se falava) em 50%.

Dois outros objetivos que fazem parte da Carta de Compromisso são o de diminuir em 30 % (2020) a facilidade percebida de acesso nos mercados para os diferentes tipos de bebidas alcoólicas, e, diminuir em 20% (2020) a prevalência de estados de embriaguez, nos últimos 12 meses, em estudantes de 16 anos. Estas metas, embora audaciosas, são de todo importantes para promover uma sociedade responsável e não indutora de consumos de risco e nocivos.

Para atingir os objetivos propostos, há que implementar um conjunto de medidas educativas e preventivas, bem como de regulação e fiscalização.

NOVAS REGRAS LEGISLATIVAS

O novo diploma, que entrou em vigor a 1 de maio de 2013, aumenta para os 18 anos a proibição da venda e consumo de bebidas espirituosas. As bebidas espirituosas são as que possuem um título alcoométrico mínimo de 15 % vol., obtidas quer por destilação de produtos fermentados (com ou sem adição de aromas), quer por mistura com outras bebidas. Exemplos disso são as vodkas, os whiskeys, a tequila.

Mantém-se nos 16 anos a idade mínima legal para a compra de vinho e cerveja. Por forma a dissuadir o consumo de bebidas alcoólicas passou a ser proibida a venda de bebidas alcoólicas entre as 0 e as 8 horas em postos de abastecimento de combustível localizados nas auto-estradas ou fora das localidades. O consumo de bebidas alcoólicas por menores é notificado ao seu representante legal (normalmente aos pais), nos casos em que os menores evidenciem intoxicação alcoólica e aos núcleos de apoio a crianças e jovens em risco, caso não se consiga contactar os representantes legais.

ALTERAÇÕES CÓDIGO DA ESTRADA

Desde 1 de janeiro de 2014 entraram em vigor algumas alterações no código da estrada, das quais se destaca a relacionada com o álcool. Há uma redução da taxa de alcoolémia a partir da qual se considera contra-ordenação, passando de 0,5g/l para 0,2g/l para os condutores em regime probatório (recém encartados), condutores de veículos de socorro ou serviço urgente, de transporte coletivo de crianças, de táxis, de veículos pesados de mercadorias ou passageiros e de veículos de transporte de mercadorias perigosos.

ÚLTIMOS DADOS DA SINISTRALIDADE

A Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária, no último relatório anual (2012), refere um total de 38823 vítimas em acidentes, das quais 718 são vítimas mortais. A maioria dos acidentes com estas vítimas ocorre ao fim de semana (sextas, sábados e domingos).

Embora haja um decréscimo em relação ao ano de 2011, continuam a ser números que requerem toda a atenção da população e especiais cuidados por parte das entidades competentes.

Daí a importância das medidas como a introdução e aplicação sistemática de testes aleatórios no ar expirado (ex. operações STOP), apoiados por campanhas educativas e de sensibilização envolvendo todas as partes interessadas.

MEDIDAS PREVENTIVAS

O Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM, através da Unidade Operacional de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências (UCAD) realiza ao longo de cada ano diversas atividades por forma a contribuir para uma sociedade responsável e não indutora de consumos de risco e nocivos.

Destacam-se as atividades dirigidas em especial aos adolescentes e jovens adultos, quer sob a forma de sessões

.....▼.....
ATUALMENTE ESTÃO EM FASE DE PLANEAMENTO UM CONJUNTO DE ATIVIDADES INCLUÍDAS NO PROJETO "ORIENTA-TE SEM DROGAS".



de sensibilização sobre os riscos do consumo de bebidas alcoólicas, como também com a disponibilização de material informativo (flyers) e de projetos que ofereçam e promovam alternativas saudáveis ao consumo de substâncias psicoativas (ex. promoção do desporto, através do projeto "Bike 4 Life"). Atualmente estão em fase de planeamento um conjunto de atividades incluídas no projeto "Orienta-te Sem Drogas", em meio recreativo noturno, por forma a intervir in loco nos contextos onde existe disponibilidade de bebidas alcoólicas, com o objetivo de educar e sensibilizar a população. Ao longo do ano de 2014 diversas iniciativas irão ser lançadas neste âmbito. Estejam atentos!

Um contexto igualmente preponderante no que se refere à prevenção do uso/abuso de bebidas alcoólicas é o laboral. A UCAD está a implementar o projeto "Uma Pausa para a Prevenção" em diversas empresas e instituições públicas e privadas, quer dirigidas aos quadros dirigentes, quer dirigidas aos colaboradores, por forma a sensibilizar para os riscos do abuso do consumo de bebidas alcoólicas e outras substâncias psicoativas no desempenho laboral.

A UCAD disponibiliza ainda o Gabinete de Apoio e Aconselhamento (GIP), com o objetivo de prestar atendimento a jovens, famílias e população em geral; facultar informação no âmbito da prevenção do álcool, tabaco e outras drogas; informar sobre recursos terapêuticos existentes na RAM e encaminhar os utentes para serviços ou instituições que possam dar resposta às suas necessidades. Caso necessite de ajuda em alguma destas questões pode contactar-nos diretamente nas nossas instalações, na Rua da Alegria, nº 31, 2ºF, Funchal. A par da UCAD, pode igualmente recorrer a qualquer serviço de saúde (centros de saúde da sua área de residência, Hospital Dr. Nélcio Mendonça) da RAM.

Lembre-se que cada um de nós é um agente preventivo e pode ser parte da solução para diminuir o uso nocivo das substâncias psicoativas, em especial o abuso de bebidas alcoólicas.

Bebiana Ribeiro – Psicóloga
Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM
Unidade Operacional de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências