



O importante é dotar as crianças e os jovens de competências para lidarem com as mais diversas situações com que se poderão deparar, incluindo o consumo de substâncias. Por isto a prevenção pode ser realizada nas escolas mas em todos os âmbitos da vida da criança. Desde cedo a família transmite regras e valores que serão a base do crescimento.

# Prevenir... Quando?

Esta é uma questão que muitos poderão colocar, mas para obter uma resposta devemos ter em atenção que previne-se antes que algo aconteça. No caso da prevenção do consumo de substâncias psicoativas, de preferência, antes que se iniciem os consumos.

A prevenção da toxicodependência é um processo que deve incidir ao longo do desenvolvimento pessoal e social do indivíduo.

A maior parte dos programas de prevenção incidem nos estabelecimentos de 3º ciclo do ensino básico e de secundário, em quase todos os países europeus.

Dando um maior ênfase à prevenção na adolescência, porque é nesta fase do desenvolvimento que, na maior parte dos casos, se dá os primeiros contactos com as substâncias psicoativas e que poderão levar ao consumo. Apesar de terem elementos específicos relacionados com as substâncias psicoativas, esta não constitui uma abordagem única ao problema da droga.

## Dotar as crianças de competências

A literatura mostra que os programas de prevenção escolar, centrados nas crenças normativas e nas capacidades essenciais para a vida, são eficazes (OEDT, 2006). O importante é dotar as crianças e os jovens de competências para lidarem com as mais diversas situações com que se poderão deparar, incluindo o consumo de substâncias. Por isto a prevenção pode ser realizada nas escolas mas em todos os âmbitos da vida da criança. Desde cedo a família transmite regras e valores que serão a base do crescimento.

A intervenção preventiva pode classificar-se específica, quando esta se agrupa em várias de estratégias que têm, como abordagem direta e clara, a informação objetiva sobre a questão das drogas, ou inespecífica quando os programas preventivos são mais gerais, com uma intervenção generalizada da promoção da saúde, em que as atividades são organizadas de modo a promover as alternativas saudáveis, para os tempos livres, e que potenciam as atitudes positivas e contribuem para a diminuição, ou mesmo inexistência, das negativas.



## Programas para manter alunos longe das drogas

A Prevenção, não especificamente relacionada com as substâncias psicoativas, pode e deve começar desde cedo, isto é, antes de terem possibilidade de contactar com as substâncias psicoativas, pois é importante fomentar a realização de atividades que promovam comportamentos saudáveis e para isso não há limite, mínimo ou máximo de idade. Alguns países europeus, nos quais se inclui Portugal, já têm programas em escolas de 1º Ciclo, do ensino básico, ou jardins-de-infância que pretendem capacitar as crianças de modo a que estes desenvolvam comportamentos que as manterão mais distantes dos problemas associados ao consumo de droga.

A abordagem, feita pelos programas de prevenção, vai de encontro aos resultados que os estudos desta área indicam. A prevenção deve ser realizada de

modo inclusivo influenciando atitudes, conhecimentos, competências e comportamentos dos indivíduos ao mesmo tempo que virada para uma mudança global dos contextos onde ocorrem os consumos de droga, diminuindo os fatores de risco, as vulnerabilidades internas ou externas do indivíduo, e potenciando os fatores de proteção, as competências que ensinam a lidar com as vulnerabilidades de modo a diminuí-las ou mesmo eliminá-las ajudando o indivíduo.

Para combater estes comportamentos e atitudes, face aos consumos de substâncias psicoativas, os programas de prevenção devem incidir desde logo nos níveis educativos mais precoces. O papel da prevenção é ensinar o indivíduo a lidar com as possíveis situações problemáticas sem recorrer a substâncias. Daí a importância de se trabalhar a prevenção da toxicodependência antes do possível início dos consumos. Por conseguinte é fundamental agir por

forma a reduzir os fatores, presentes na comunidade, na família, no indivíduo e em todos os meios onde se relaciona que que poderão levar ao consumo de substâncias.

## Intervenção das escolas

Desde o seu nascimento é pertinente a ação pedagógica e preventiva dos pais de modo a transmitir as competências e os valores fundamentais que ensinarão a ter uma atitude de não consumirem de drogas, mesmo sem abordá-las especificamente.

Por seu lado a escola proporciona programas, adequados às fases do desenvolvimento, que fortalecem competências pessoais, como a capacidade de tomar decisões, competências sociais, por exemplo a resistência à pressão do grupo de pares, os conhecimentos sobre as drogas, as consequências do uso e do abuso, as atitudes, e o combate às ideias falsas que muitas

vezes os

jovens têm acerca das drogas.

Na prática desportiva, na ocupação dos tempos livres, as competências transmitidas pelos orientadores são transmitidas de modo a que possam ser transportadas para as outras situações da vida das crianças e jovens, ensinando-lhes a ultrapassarem situações problemáticas que ocorram nos diversos círculos que frequentam

Tudo isto para dizer que a prevenção é um processo contínuo que deverá acompanhar o indivíduo da infância até à idade adulta, nos vários contextos em que está inserido: na sociedade, na família, na escola, no desporto, e outros.

Nazaré Freitas – Animadora Educativa e Socio-cultural da UCAD – Unidade Operacional de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências do Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM

\*Artigo escrito com o novo acordo ortográfico