

SOFRIMENTO PSICOLÓGICO, CONSUMO DE TABACO, ÁLCOOL E OUTROS FATORES PSICOSSOCIAIS EM ADOLESCENTES PORTUGUESES

Ana Cerqueira

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação / Universidade Lusíada de Lisboa / CLISSIS

Tânia Gaspar

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação / Universidade Lusíada de Lisboa / CLISSIS

Fábio Botelho Guedes

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação / Universidade Lusíada de Lisboa / CLISSIS

Sara Madeira

Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)

Margarida Gaspar de Matos

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)

Resumo: O presente estudo teve como objetivo analisar a influência que o consumo de tabaco, de álcool e os fatores sociais (comunicação com os pais, relação com os amigos e gostar da escola) exercem ao nível dos fatores psicológicos, bem como as diferenças de género e ano de escolaridade. A amostra é constituída por jovens que participaram no estudo Health Behaviour in School-aged Children (HBCS), em 2018, em Portugal continental e contou com a participação de 8215 jovens do 6º, 8º, 10º e 12º ano, sendo 52,7% do género feminino, com idade média de 14,36 anos ($DP=2,28$). Os resultados revelaram que os jovens que têm uma boa comunicação com os pais e que gostam da escola revelam menos sintomas psicológicos. Por outro lado, uma má relação com os amigos surge relacionada com um aumento de sintomas psicológicos. O consumo de tabaco e álcool não apresentaram diferenças de género, no entanto variam consoante o ano de escolaridade e relacionam-se de forma negativa com os sintomas psicológicos. Os resultados encontrados reforçam a importância da comunicação e do relacionamento com os pais enquanto fatores protetores e demonstram que a relação com os amigos pode ser um fator de protecção para o bem-estar psicológico. É fundamental simultaneamente ajudar os jovens a desenvolver estratégias para minimizar potenciais efeitos adversos desta relação, nomeadamente no que diz respeito à pressão exercida pelos pares e, conseqüentemente, reduzir o seu impacto ao nível da sua saúde física e mental.

Palavras-Chave: Consumo de substâncias, Pais, Amigos, Escola, Sintomas psicológicos.

Abstract: The purpose of this study was to analyze the influence of tobacco, alcohol and social factors (communication with parents, relationships with friends and liking school) on psychological factors as well as differences in gender and school years. The sample consisted of adolescents who participated in the Health Behaviour in School-aged Children (HBCS) study, in 2018, in Portugal and had the participation of 8215 adolescents of the 6th, 8th, 10th and 12th grades, being 52,7% females, with a mean age of 14.36 years ($SD=2,18$). The results showed that adolescents who have good communication with parents and who like school show fewer psychological symptoms. On the other hand, a bad relationship with friends arises related to an increase in psychological symptoms. The consumption of tobacco and alcohol did not present differences of gender, however they vary according to the school year and relate negatively to psychological symptoms. The results found reinforce the importance of communication and relationship with parents as protective factors and demonstrate that the relationship with friends can be a protective factor for wellbeing. It is therefore crucial to simultaneously help young people to develop strategies to minimize potential adverse effects of this relationship, in particular as regards peer pressure and consequently reduce their impact on their physical and mental health.

Keywords: Substance use, Parents, Friends, School, Psychological symptoms.

Introdução

A adolescência é uma fase de exploração frequentemente associada ao envolvimento em comportamentos de risco, como o consumo de álcool, tabaco ou outras substâncias ilícitas. Estes comportamentos trazem consequências negativas para a saúde dos adolescentes (MacArthur et al., 2016).

Para se ajustar a todas as mudanças características desta fase, os adolescentes necessitam desenvolver competências e aprender estratégias para lidar com as adversidades e dificuldades. Assim, os mecanismos de coping são um determinante importante do bem-estar e o estilo de enfrentamento adotado pelos jovens pode influenciar o comportamento positivo ou negativo em relação à sua saúde. Existem evidências de que quanto mais estratégias de coping os adolescentes têm, menor é o consumo de substâncias psicotrópicas e menor a intenção de vir a consumir (McConnell et al., 2014).

Nos diversos contextos em que as crianças se inserem, existem diversas fontes de influência para a sua saúde mental e bem-estar, tais como a família, os pares e o contexto escolar. O estabelecimento de um bom relacionamento com os pares, pais e professores, constituiu-se como um fator essencial para melhorar o desenvolvimento psicossocial e o bem-estar emocional dos jovens (Choi, 2018; Gaspar et al., 2018; Tomé et al., 2012). Os pais ocupam um lugar de destaque na vida dos adolescentes e constituem-se, muitas vezes, como fator atenuante da influência negativa que possa advir dos pares. Os jovens que vivenciam relacionamentos negativos com os pares e com os pais tendem a experienciar mais sentimentos de solidão e infelicidade, o que se traduz num decréscimo do bem-estar psicológico (Tomé et al., 2015).

O presente estudo teve como objetivo analisar a influência que o consumo de tabaco, de álcool e os fatores sociais (comunicação com os pais, relação com os amigos e gostar da escola) exercem ao nível dos sintomas psicológicos, bem como as diferenças de género e ano de escolaridade.

Método

Este trabalho está integrado no Health Behaviour in School aged Children/HBSC (Inchley et al., 2016; Matos et al., 2018), que consiste num inquérito realizado de 4 em 4 anos, em 48 países, em colaboração com a Organização Mundial de Saúde (OMS), seguindo um protocolo internacional (Roberts et al., 2009). O mesmo pretende estudar os comportamentos dos adolescentes nos seus contextos de vida e a sua influência na sua saúde/bem-estar. São apresentadas questões relacionadas com aspetos demográficos, família, escola, amigos, saúde, bem-estar, sexualidade, alimentação, lazer, sono, sedentarismo, atividade física, consumo de substâncias, uso de medicamentos, violência, uso de tecnologias, migrações e participação social. Portugal está incluído desde 1998 (www.aventurasocial.com). O estudo HBSC 2018 em Portugal teve a aprovação de Comissão de Ética e do MIME (Monitorização de Inquéritos em Meio Escolar). Os agrupamentos escolares aceitaram participar e foi obtido consentimento informado dos pais ou tutores legais. As respostas ao inquérito (online) foram voluntárias e anónimas.

Participantes

Neste trabalho específico serão incluídos alunos de 6º (30,7%), 8º (33,7%), 10º (20,8%) e 12º ano (14,8%), num total de 8215 alunos, sendo 4327 do género feminino (52,7%) de idade média de 14,36 anos ($DP=2,28$), de todo o continente.

Medidas e Variáveis

Tabela 1 - Medidas e variáveis em estudo

Variáveis	Medida
Género	1 – Masculino; 2 – Feminino;
Anos de escolaridade	1 – 6º ano; 2 – 8ºano; 3 – 10ºano; 4 – 12ª ano;
Consumo de Tabaco	1 – Não; 2 – Sim;
Consumo de Álcool	1 – Não; 2 – Sim;
Gostar da escola	1 – Gostar; 2 – Não gostar;
Comunicar com o pai	1 – Fácil; 2 – Difícil;

Variáveis	Medida
Comunicar com a mãe	1 – Fácil; 2 – Difícil;
Relação com os amigos	Escala adaptada de Cantril (1965). Pontuação mínima de 0 e máxima de 10 valores. (Valores mais elevados revelam uma melhor relação com os amigos).
Sintomas Psicológicos	Pontuação mínima de 1 e máxima de 5 valores. (Valores mais elevados correspondem a menos sintomas psicológicos– escala de sintomas do protocolo HBSC, 2018 (Matos & Equipa Aventura Social, 2018) $\alpha = 0,78$

Análise de dados

Procedeu-se à análise dos dados, através do programa estatístico SPSS, versão 24 para o Windows. Através da ANOVA pretendeu-se verificar se existiam diferenças de género e de escolaridade (6º, 8º, 10º e 12º) dos participantes no que diz respeito ao consumo de tabaco, álcool, gostar da escola, comunicar com o pai e com a mãe, sintomas psicológicos e relação com os amigos. Através do modelo de regressão linear pretendeu-se analisar essas mesmas variáveis como explicativas dos sintomas psicológicos..

Resultados

Através dos resultados obtidos (Tabela 2) pode observar-se que existem diferenças significativas no que diz respeito ao género, na dimensão gostar da escola, comunicar com o pai, comunicar com a mãe e sintomas psicológicos. Neste último, verifica-se que o género masculino apresenta valores mais elevados comparativamente ao feminino. O consumo de tabaco e álcool e a relação com os amigos não apresentaram diferenças significativas consoante o género.

Tabela 2 – ANOVA – Diferenças de médias entre género masculino e feminino

Dimensões	Masculino		Feminino		F/ χ^2
	M/%	DP	M/%	DP	
Tabaco (Sim)	17,1%		17,8%		(n.s.)a
Álcool (Sim)	42,2%		40,6%		(n.s.)a
Gostar da escola (Sim)	65,9%		72,9%		46,40***a)
Comunicar com o pai (Fácil)	77,3%		62,9%		177,85***a)
Comunicar com a mãe (Fácil)	86,7%		84,7%		6,16**a)

Dimensões	Masculino		Feminino		F/ χ^2
	M/%	DP	M/%	DP	
Sintomas psicológicos	4,07	0,93	3,59	1,09	450,31***b)
Relação com os amigos	8,50	1,83	8,50	1,75	(n.s.) b)

Nota: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$.

a) Diferenças entre géneros analisadas pela estatística descritiva – tabela de referência cruzada / χ^2

b) Diferenças entre géneros analisadas pela Análise de Variância/ F

Através da análise da Tabela 3 pode observar-se que existem diferenças significativas entre os grupos, em todas as variáveis. Verifica-se que o consumo de tabaco e álcool apresentam valores mais elevados para os jovens do 12º ano e a comunicação com o pai e com a mãe para os jovens do 6º ano, os sintomas psicológicos nos jovens do 6º ano (menos sintomas) e, por último, a relação com os amigos é melhor nos jovens do 8º ano (esta questão não foi incluída no 6ºano) .

Tabela 3 – ANOVA – Diferenças de médias entre anos de escolaridade

Dimensões	6º ano		8ª ano		10º ano		12ºano		F/ χ^2
	M/%	DP	M/%	DP	M/%	DP	M/%	DP	
Tabaco (Sim)	3,4%		13,0%		25,8%		43,8%		1028,28***a)
Álcool (Sim)	11,8%		36,9%		61,8%		81,5%		1971,20***a)
Gostar da escola (Sim)	81,5%		62,2%		67,7%		65,3%		237,359***a)
Comunicar com o pai (Fácil)	84,8%		69,8%		61,1%		51,7%		442,76***a)
Comunicar com a mãe (Fácil)	94,4%		85,0%		80,4%		77,8%		232,13***a)
Sintomas psicológicos	4,10	0,91	3,80	1,06	3,63	1,11	3,54	1,02	111,77***b)
Relação com os amigos	-	-	8,55	1,88	8,54	1,71	8,35	1,70	4,54**b)

Nota: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$.

a) Diferenças de escolaridade analisadas pela estatística descritiva – tabela de referência cruzada / χ^2

b) Diferenças de escolaridade analisadas pela Análise de Variância/ F

De acordo com a Tabela 4, pode observar-se que o género, o consumo de tabaco, o consumo de álcool, gostar da escola, comunicar com o pai, comunicar com a mãe e a relação com os amigos, surgem como variáveis explicativas dos sintomas psicológicos. Pode observar-se que a relação com os amigos se associa de forma positiva com os sintomas psicológicos (melhor relação menos sintomas). No seu conjunto, o total das variáveis deste modelo, explicam 20% da variância, $F(8,4011) = 126,70$; $p < 0,001$.

Tabela 4 - Regressão linear das variáveis para o estudo dos sintomas psicológicos

	B	Erro padrão	Beta	t
(Constante)	5,37	0,17		31,17
Idade	0,01	0,01	0,01	0,62
Gênero	-0,55	0,03	-0,26***	-17,86
Tabaco	-0,13	0,04	-0,05***	-3,24
Álcool	-0,19	0,03	-0,09***	-5,39
Gostar da escola	-0,25	0,03	-0,11***	-7,84
Comunicar com o pai	-0,31	0,03	-0,14***	-8,90
Comunicar com a mãe	-0,35	0,04	-0,12***	-8,08
Relação com os amigos	0,08	0,01	0,14***	9,60

Nota: *** $p < 0,001$.

Discussão

O estudo HBSC tem algumas limitações relacionadas com ser de auto-reporte e ter um desenho transversal. Tem, no entanto, a vantagem de ser um estudo em larga escala, com uma metodologia rigorosa que permite comparar resultados em cada série e posteriormente nos vários países incluídos.

O consumo de substâncias, tal como outros comportamentos que prejudicam a saúde dos adolescentes, muitas vezes surgem como forma de lidar com situações de stress (Park, 2013), existindo evidências que apontam no sentido de quanto mais ajustadas foram as estratégias de coping, mais baixos são os níveis de consumo de álcool e drogas (McConnell et al., 2014).

O relacionamento com a família e com o grupo de pares surge associado a níveis mais elevados de bem-estar e de ajustamento na adolescência e a uma diminuição do envolvimento em comportamentos de risco (Camacho et al., 2013; Gaspar et al., 2018), tais como o consumo de substâncias. A relação dos jovens com a escola surge, também, como um elemento de importância e como um fator protetor, no que diz respeito aos comportamentos de risco, nomeadamente os relacionados com os consumos de substâncias (Camacho et al., 2013; Gaspar et al., 2018). A relação com os pais, nomeadamente ao nível da comunicação, é um fator que exerce influência no bem-estar físico e psicológico dos jovens (Choi, 2018).

Tanto os pais como os pares podem desempenhar um papel protetor ou de risco para o desenvolvimento das crianças e dos adolescentes. (Camacho et al., 2013). A relação dos adolescentes com os pares revelou ter, também, uma componente positiva, surgindo associada à diminuição dos sintomas psicológicos. Assim, é importante levar em consideração o tipo de amigos que fazem parte do grupo de pares no qual os jovens se inserem, sendo esta uma variável fundamental para a compreensão da influência que é exercida nos adolescentes e que pode contribuir para os resultados obtidos (Tomé et al., 2012).

Em relação às diferenças de género, verificou-se que o consumo de tabaco e de álcool e a relação com os amigos não apresentam diferenças significativas consoante o género. No que diz respeito ao ano de escolaridade, foi possível observar que o consumo de tabaco e álcool apresentam valores mais elevados para os jovens do 12º ano, o que vai de encontro aos resultados obtidos por Booker et al. (2014).

No estudo das variáveis associadas aos sintomas psicológicos (maior valor significando menos sintomas) a idade não foi significativamente associada, ser do género feminino está associado a mais sintomas psicológicos.

Consumir tabaco, consumir álcool, não gostar da escola, ter dificuldades de comunicação com o pai e com a mãe, e ter uma relação menos boa com os amigos foram significativamente associados a mais sintomas psicológicos.

Conclusões e Recomendações para Profissionais e Políticas Públicas

Os ambientes familiares em que existe maior proximidade, mais comunicação e um melhor relacionamento e que, por isso, são promotores de apoio e suporte emocional, podem traduzir-se em comportamentos sociais mais adequados, por parte das crianças e adolescentes (Sussman et al., 2016). Para além disso, na mesma linha dos resultados obtidos por McConnell et al. (2014), os resultados deste estudo sugerem que se deve ter em conta os mecanismos de coping dos adolescentes, de modo a desenvolver programas psicoeducacionais que promovam a capacidade dos jovens de enfrentar as dificuldades utilizando outros recursos que não o consumo de substâncias como veículo atenuador

dos sintomas psicológicos como o medo, a ansiedade, a tristeza ou a irritação.

Os resultados sugerem a necessidade de existir um foco ao nível da promoção de competências pessoais e sociais e, também, realçam a importância da existência de uma rede de suporte, demonstrando a relevância da mesma para o bem-estar dos adolescentes. É também necessário criar estratégias para aumentar a participação e envolvimento dos pares, da família e da escola, funcionando como fatores protetores do envolvimento dos jovens em comportamentos de risco e como facilitadores do aumento dos comportamentos promotores de saúde física e mental. Também em termos clínicos, a abordagem do adolescente deve contemplar fatores biológicos, familiares e da sua rede social, nomeadamente a escola e os amigos. Nesta população o sofrimento psicológico pode manifestar-se em comportamentos desviantes como o consumo de substâncias, comportamentos disruptivos, falta de atenção e concentração, com consequências mais evidentes em contexto escolar (Cartaxo et al., 2014). Estas manifestações também podem ser influenciadas pelo género, p.ex. maior consumo de álcool nos rapazes. Adolescentes que sentem maior facilidade em comunicar com os seus pais podem, não só superar melhor as dificuldades inerentes à adolescência mas também possibilitar uma identificação mais precoce de situações de risco. Estes resultados vêm reforçar a necessidade do envolvimento dos vários eixos sociais, para possibilitar a promoção da saúde e do bem-estar dos jovens bem como uma identificação precoce e uma gestão eficaz das situações de risco.

Referências

- Booker, C. L., Skew, A. J., Sacker, A. & Kelly, Y. (2014). Well-being in adolescence-an association with health-related behaviors: Findings from understanding society, the UK household longitudinal study. *Journal of Early Adolescence*, 34(4), 518-538. doi: 10.1177/0272431613501082
- Camacho, I., Matos, M. G., Simões, C., Tomé, G. & Diniz, J. (2013). Risk behaviors in portuguese adolescents: an explanatory model. *Pakistan Journal of Clinical Psychology*, 12(1), 3-15.
- Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Cardoso, L. R. D., & Malbergier, A. (2013). Habilidades sociais e uso de álcool, tabaco e

- drogas ilícitas em adolescentes. *Psicologia Argumento*, 31(75).
- Cartaxo T, Pedroso S. & Cerejeira J. (2014) *Psiquiatria da infância e adolescência*. LIDEL, editor. Psiquiatria fundamental.
- Choi, A. (2018). *Emotional well-being of children and adolescents: Recent trends and relevant factors*. OECD Education Working Papers, 169. OECD Publishing, Paris.
- Gaspar, T., Cerqueira, A., Branquinho, C. & Matos, M. G. (2018). The effect of a social-emotional school-based intervention upon social and personal skills in children and adolescents. *Journal of Education and Learning*, 7(6), 57-66. doi:10.5539/jel.v7n6p57
- Inchley, J. C., Currie, D. B., Young, T., Samdal, O., Torsheim, T., Augustson, L., ... Barnekow, V. (Eds.) (2016). *Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being: Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2013/2014 survey*. Denmark: WHO Regional Office for Europe.
- MacArthur, G. J., Harrison, S., Caldwell, D. M., Hickman, M., & Campbell, R. (2016). Peer-led interventions to prevent tobacco, alcohol and/or drug use among young people aged 11–21 years: a systematic review and meta-analysis. *Addiction*, 111(3), 391-407.
- Matos, M. G., & Equipa Aventura Social (2018). *A Saúde dos Adolescentes após a Recessão - Dados nacionais do estudo HBSC de 2018 ebook*, (www.aventurasocial.com)
- McConnell, M. M., Memetovic, J., & Richardson, C. G. (2014). Coping style and substance use intention and behaviour patterns in a cohort of BC adolescents. *Addictive Behaviors*, 39, 1394-1397.
- Park, C. L., & Iacocca, M. O. (2014). A stress and coping perspective on health behaviors: theoretical and methodological considerations. *Anxiety, Stress & Coping*, 27(2), 123-137.
- Roberts, C., Freeman J., Samdal, O., Schnohr C., Looze, M., Nic Gabhainn S., Iannotti, I., Rasmussen M., & Matos, M. G. in the International HBSC study group (2009). The Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: methodological developments and current tensions. *International Journal of Public Health*, 54(2), 140-150.
- Sussman, S., Liao, Y., Tsai, J. & Fishbein, D. (2016). Parameters of preventing substance misuse in adolescents. In M.R Korin (Ed.). *Health Promotion for Children and Adolescents* (pp. 215-234). NY: Springer.
- Tomé, G., Camacho, I., Matos, M. G. & Simões, C. (2015). Influência da família e amigos no bem-estar e comportamento de risco - Modelo explicativo. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 16(1), 23-34.
- Tomé, G., de Matos, M. G., Simões, C., Camacho, I., & Alves Diniz, J. (2012). How can peer group influence the behavior of adolescents: Explanatory model. *Global journal of health science*, 4(2), 26-35. doi:10.5539/gjhs.v4n2p2