



## ESTAR “DE BEM COM A VIDA”: PREVENÇÃO AO USO DE DROGAS E DESENVOLVIMENTO DE POSTURAS SAUDÁVEIS COM ADOLESCENTES

### Área Temática: Saúde

Cristiane Barros Marcos<sup>1</sup> (Coordenador da Ação de Extensão)

Cristiane Barros Marcos, Hadã Wellington Lima de Lima<sup>2</sup>, Letícia Alves<sup>3</sup>,  
Fernando Amarante Silva<sup>4</sup>, Eli Sinnott Silva<sup>5</sup>

**Palavras-chave:** saúde, prevenção, adolescência, drogas

### Resumo

---

<sup>1</sup> Mestre em Psicologia; Docente do Instituto de Ciências Biológicas – ICB/CENPRE/FURG – [cristianemarcos@gmail.com](mailto:cristianemarcos@gmail.com)

<sup>2</sup> Discente do curso de Enfermagem e bolsista no CENPRE/FURG – [hada\\_lima@hotmail.com](mailto:hada_lima@hotmail.com)

<sup>3</sup> Discente do curso de Psicologia e bolsista no CENPRE/FURG – [lectcalves@hotmail.com](mailto:lectcalves@hotmail.com)

<sup>4</sup> Mestre em Farmacologia; Docente do Instituto de Ciências Biológicas – ICB/CENPRE/FURG – [dcffas@furg.br](mailto:dcffas@furg.br)

<sup>5</sup> Mestre em Farmacologia; Docente do Instituto de Ciências Biológicas – ICB/CENPRE/FURG – [esinnottsilva@gmail.com](mailto:esinnottsilva@gmail.com)

O Centro Regional de Estudos, Prevenção e Recuperação de Dependentes Químicos (CENPRE/CRR) é um programa permanente da Universidade Federal do Rio Grande – FURG e desenvolve suas atividades há 24 anos. Desde 1998 vem realizando um projeto de formação de multiplicadores prevencionistas quanto ao uso de drogas, capacitando crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social através de atividades interativas que propiciam o conhecimento e a valorização do corpo humano, a compreensão sobre os efeitos das drogas e o desenvolvimento de posturas saudáveis vinculadas ao esporte, lazer e relações familiares, por exemplo. Portanto, propõe-se a realização de uma oficina com duração de 2 horas, baseada no método utilizado no CENPRE.

## **Introdução**

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) "um estado de completo bem-estar físico, mental e social" corresponde ao conceito de saúde e não somente a "ausência de afecções e enfermidades". Baseado nessa perspectiva considera-se relevante que todas as pessoas possam desenvolver atitudes, habilidades e competências que os permita enfrentar as situações adversas, com posturas saudáveis que propiciem seu bem-estar e facilitem as relações sociais. Falar em saúde, portanto, pressupõe um diálogo entre conhecimento e valorização do corpo humano, prevenção, envolvimento com esportes, autoestima, relacionamento familiar e social, dentre outros. Cada indivíduo se relaciona com diversas esferas da sociedade, logo o bem estar de cada um interferirá no andamento da comunidade em que vive, assim a capacitação de pequenos grupos gerará melhoraria nas condições de vida de todos.

No processo de transição da infância para a adolescência, em especial, os sujeitos podem vivenciar uma etapa de maior vulnerabilidade em razão das modificações psíquicas e do corpo, das pressões sociais em relação ao estudo, namoro e grupo de amigos, por exemplo. Porém trata-se também de um público que ao adquirir novas informações sobre determinada situação podem transformar-se em multiplicadores desses dados e colaborar para o fortalecimento de posturas saudáveis no lugar em que vive.

Considerando essa perspectiva, o Centro Regional de Estudos, Prevenção e Recuperação de Dependentes Químicos (CENPRE/CRR) - programa permanente da Universidade Federal do Rio Grande – FURG que há 24 anos realiza projetos de extensão para benefício da comunidade e experiência acadêmica – vem realizando formações de multiplicadores prevencionistas quanto ao uso de drogas. Composto por setor de Prevenção, desenvolvido em três níveis; setor de tratamento multidisciplinar ambulatorial da dependência química e banco de dados, o CENPRE está instalado no Hospital Universitário "Dr Miguel Riet Correa Jr" e desde 1998 realizada o projeto "De Bem com a Vida" (DBV). Dedicado a crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social e seus familiares, o DBV busca a formação educativa e preventiva para o segmento social, objetivando desenvolver conhecimento científico, espírito crítico, participativo, atuante e criativo na sociedade para o

estabelecimento de rede de multiplicadores e de política social sobre drogas (AMARANTE-SILVA e cols., 2013). Mais de mil adolescentes já participaram desse projeto, além de todos aqueles que foram atingidos indiretamente através da informação repassada pelos amigos ou familiares que tenham participado. Portanto, propõe-se a realização de uma oficina com duração de 2 horas, baseada no método utilizado no CENPRE.

## **Metodologia**

Gigliotti (2010) afirma que frequentemente são apresentados dados que comprovam a precocidade com que as crianças e adolescentes têm iniciado suas relações com as drogas e, muitas vezes a experimentação evolui para o abuso e dependência, comprometendo as expectativas de desenvolvimento físico, mental, cultural, profissional e social. A fim de evitar essa situação serão construídas atividades para meninos e meninas dos anos finais do Ensino Fundamental, divididas em quatro etapas:

Primeira etapa) Dinâmica de apresentação, criação de vínculo entre os ministrantes e os participantes a fim de propiciar melhores condições de diálogo e ampliar o interesse na oficina (20 minutos).

Segunda etapa) Atividades lúdicas, mediadas por vídeos e sons, de caráter interativo para que os participantes compreendam o funcionamento dos sistemas corporais humanos. Objetiva familiarizar os participantes com seu próprio corpo, fomentando a valorização e o respeito com o seu corpo e o dos demais. E exposição dialogada acerca dos principais efeitos das drogas, lícitas e ilícitas, para evidenciar as possíveis consequências físicas e psíquicas responsáveis por danos ao organismo (50 minutos).

Terceira etapa) Roda de conversa sobre os fatores de riscos e proteção. Momento de conscientização acerca das formas de enfrentar as dificuldades cotidianas, como conflitos familiares e a oferta de drogas, por exemplo – destacando o envolvimento em atividades esportivas, o fortalecimento de grupos saudáveis e a construção de um projeto de vida como meios de proteção e desenvolvimento. (30 minutos).

Quarta etapa) Fechamento. Momento de compartilhamento acerca das vivências da oficina e finalização da atividade. Jogo de perguntas temáticas com premiação – aqueles que responderem as questões ganharão um brinde. Apresentação de vídeo motivacional, entrega de folders para todos os alunos e de um livro para a escola sede da oficina, ambos relativos à temática em questão (20 minutos).

## **Considerações Finais**

Um dos pontos de preocupação em destaque no que tange a saúde pública e as questões sociais, o uso abusivo de drogas gera consequências para os sujeitos usuários e, conseqüentemente, para a sociedade. Preveni-lo é um meio para colaborar com o desenvolvimento saudável das crianças e adolescentes e, conseqüentemente, para a redução dos gastos públicos com o tratamento da dependência química e a violência muitas vezes gerada nesse contexto. O envolvimento da universidade nesse assunto promove uma troca

de saberes entre a teoria desenvolvida na academia e a comunidade, podendo contribuir também na formação de novas políticas públicas.

O abuso de drogas surge em decorrência de uma multiplicidade de fatores e nenhuma pessoa está, por nenhuma circunstância, fadada a se tornar usuária de qualquer substância (MINISTÉRIO DA JUSTIÇA, 2011), afinal existem fatores biológicos, psíquicos e sociais que podem facilitar a determinados indivíduos tornarem-se dependentes químicos, porém existem também fatores que podem diminuir a probabilidade dessa situação. E é fortalecendo esses fatores protetivos que o CENPRE vem contribuindo para que os jovens tenham conhecimento sobre os possíveis danos relacionados ao uso de drogas e atitudes não saudáveis, e também fomentando a busca por atividades de esporte, cultura e lazer que contribuem para a criação de vínculos positivos e afastam os jovens dos atos ilícitos e prejudiciais. A prática esportiva, quando orientada, pode gerar não só benefícios físicos, mas também elevar a autoestima dos praticantes, evidenciar suas capacidades e seu poder de superação, ser uma maneira de obtenção de prazer além de propiciar a formação de um grupo de amigos com um hábito positivo em comum – afastando-os dos grupos de risco e contribuindo para elevação de sua autoestima.

### **Resultados esperados**

Pretende-se, através do desenvolvimento da oficina proposta, sensibilizar os participantes para estudar e discutir sobre o enfrentamento ao uso de drogas e o desenvolvimento de posturas saudáveis. Espera-se que tornem-se aptos a reconhecer os riscos para sua saúde e as possibilidades de obtenção de prazer através de hábitos saudáveis como a prática esportiva. Uma vez sensibilizados e instrumentados saberão onde recorrer para buscar mais informações e se perceberão enquanto multiplicadores preventivistas capazes de passar as novas informações para seus familiares e amigos.

Aproveitando o tema do 31º SEURS “Sociedade, esporte e educação” e o fato de que as escolas participantes serão do entorno da Universidade Federal de Santa Catarina, se buscará despertar a valorização do esporte e da educação como saída possível e ao alcance de cada um.

Por fim, preocupados com a difícil realidade de riscos e dificuldades que assola os jovens brasileiros, e reafirmando a tese de que a universidade deve ser uma instituição construída por princípios de democracia, liberdade, fraternidade, justiça, moral, desenvolvimento científico, tecnológico e cultural, ética e ciência para o bem, é que admitimos que ela é uma entidade onde a ciência, a educação e a cultura se entrelaçam no desenvolvimento da igualdade social. A universidade deve interagir estreitamente com as comunidades local e regional, fazendo-as beneficiárias dos avanços científicos que produz, ao mesmo tempo em que se nutre das informações que obtém nas ações de extensão.

## Referências

AMARANTE SILVA, F.; SINNOTT SILVA, E.; MEDINA, J. Uso de Drogas Psicoativas – teorias e métodos para multiplicador prevencionista. Assis (SP): Triunfal Gráfica e Editora, 2012.

AMARANTE-SILVA, F.; SINNOTT-SILVA, E. et al. Levantamentos: Álcool e Tabaco; Anfetamínicos; Psicotrópicos 1 e Psicotrópicos 2. Disponível em: [www.cenpre.furg.br](http://www.cenpre.furg.br) . Acesso em: 27 mai. 2013.

BRASIL. Lei nº 11.343, de 23 de agosto de 2006. Institui o Sistema Nacional de Políticas Públicas sobre Drogas - Sisnad; prescreve medidas para prevenção do uso indevido, atenção e reinserção social de usuários e dependentes de drogas; estabelece normas para repressão à produção não autorizada e ao tráfico ilícito de drogas; define crimes e dá outras providências. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2004-2006/2006/lei/l11343.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11343.htm)>. Acesso em: 06 jun. 2013.

GIGLIOTTI, A. Diretrizes gerais para tratamento da dependência química. - Rio de Janeiro (RJ): Editora Rubio, 2010.

PULCHERIO, G.; BICCA, C.; AMARANTE SILVA, F. Álcool, outras drogas, informação: o que cada profissional precisa saber. 2ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011. 390p.

Prevenção ao uso indevido de drogas: Capacitação para Conselheiros e Lideranças Comunitárias. – 4. ed. – Brasília : Ministério da Justiça. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas – SENAD, 2011.