

EVOLUÇÃO DO CONSUMO DE ÁLCOOL EM ADOLESCENTES PORTUGUESES ESCOLARIZADOS: BEBER ÁLCOOL AINDA ESTARÁ NA MODA?

José Precioso

Universidade do Minho, Instituto de Educação - Centro de Investigação em Educação
precioso@ie.uminho.pt

Cláudia Correia

Universidade do Minho, Instituto de Educação - Centro de Investigação em Educação
c.gomescorreia@gmail.com

Isabel Sousa

Universidade do Minho, Instituto de Educação - Centro de Investigação em Educação
ismariaisabelsousa@gmail.com

Catarina Samorinha

Universidade do Porto – Instituto de Saúde Pública
catarinasamorinha@gmail.com

Resumo

Introdução: O consumo de álcool entre os jovens é um problema grave e muito prevalente, associando-se a comportamentos de risco, danos cerebrais, problemas de aprendizagem e dependência na idade adulta. Têm sido desenhadas e implementadas medidas preventivas, no entanto é necessário avaliar a sua eficácia. Nesse contexto, efetuamos este estudo que tem como objetivo: descrever a evolução do consumo de bebidas alcoólicas em adolescentes portugueses escolarizados entre 1995 e 2011 e avaliar a eficácia das medidas preventivas implementadas.

Materiais e Métodos: Trata-se de um estudo descritivo, com recurso a dados de fontes secundárias. Para caracterizar a evolução do consumo de álcool em adolescentes portugueses recorreu-se aos dados dos relatórios do Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC), efetuados entre 1998 e 2010, para os 11, 13 e 15 anos de idade, e aos relatórios do European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD), efetuados entre 1995 e 2011, com jovens com idade média de 16 anos.

Resultados: Os dados dos relatórios do HBSC demonstram que entre 1998 e 2010, o consumo semanal, aos 15 anos, decresceu de 29% para 12% nos rapazes e



de 9% para 6% nas raparigas. A análise dos relatórios do ESPAD demonstra que a prevalência do consumo, nos 30 dias que precederam o inquérito, aumentou dois pontos percentuais no sexo masculino entre 1995 (54%) e 2011 (56%) e, no sexo feminino, aumentou de 45% em 1995 para 50% em 2011. Entre 1995 e 2011, a prevalência de "binge drinking", nos últimos 30 dias, aumentou de 11% para 19% nas raparigas e de 18% para 27% nos rapazes.

Conclusão: Parece existir uma tendência decrescente na prevalência do consumo de álcool em ambos os sexos, aos 15 anos, mas um aumento em adolescentes do sexo feminino de 16 anos. À semelhança de outros países da União Europeia, o consumo de várias bebidas alcoólicas na mesma ocasião ("binge drinking") está a aumentar de forma apreciável em ambos os sexos. Face à gravidade deste comportamento é urgente tomar medidas preventivas, sobretudo na escola, com vista ao seu controlo.

Palavras-chave: Consumo de álcool; Prevalência; Adolescência; Prevenção.

Abstract

Background: Alcohol consumption among youth is a serious and very prevalent problem associated with risk behaviors, brain damages, learning problems and substance dependence in adulthood. Preventive measures have been developed and implemented, although the evaluation of their effectiveness is needed. This study aims to describe alcohol consumption trends in Portuguese school-aged adolescents between 1995-2011 and to evaluate the effectiveness of the implemented preventive measures.

Methods and Materials: This is a descriptive study, with data from secondary sources. To characterize trends in alcohol consumption prevalence among Portuguese adolescents data was retrieved from Health Behaviour in School-Aged Children's Reports (HBSC), between 1998 and 2010, for 11, 13 and 15 years old, and from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs' Reports, between 1995 and 2011, with teenagers aged 16 years old on average.

Results: Data from the HBSC reports show that between 1998 and 2010, alcohol consumption, in 15 years old teenagers, decreased from 29% to 12% in boys and from 9% to 6% in girls. Data from the ESPAD reports show that alcohol consumption prevalence, in the last 30 days, increased 2 percentage points in males, between 1995 (54%) and 2011 (56%), and in females increased from 45% in 1995 to 50% in 2011.



Between 1995 and 2011, binge drinking prevalence increased from 11% to 19% in girls and from 18% to 27% in boys.

Conclusions: A decreasing trend in alcohol consumption prevalence in both boys and girls, with 15 years old, seems to be registered, but among females with 16 years old an increasing trend is observed. As in other countries in the European Union, the consumption of several alcoholic beverages in the same occasion (“binge drinking”) is increasing in both sexes. Due to the severity of this behavior, preventive measures aiming its control are essential, especially in school.

Keywords: Alcohol consumption; Prevalence; Adolescence; Prevention.

Introdução

O consumo de álcool é uma das principais causas de morte e de invalidez, sendo o terceiro fator de risco de morbilidade, depois da hipertensão e do tabagismo (OMS, 2011). Na UE, a prevalência mais elevada de mortes verifica-se em idades compreendidas entre os 15 e os 29 anos e no sexo masculino (cerca de 35%), (OMS, 2011).

Em Portugal, o álcool é causador de 8% a 10% das mortes de indivíduos com idades compreendidas entre os 16 e os 74 anos (Mello, Barrias & Breda, 2001). Estimou-se que cerca de 10% da população portuguesa apresentava graves incapacidades ligadas ao álcool, e que, no entanto, apenas 15% a 25% dos indivíduos se abstinham ou consumiam esporadicamente bebidas alcoólicas (Mello, Barrias & Breda, 2001).

Nos últimos anos tem-se verificado uma alteração dos hábitos de consumo de álcool, sobretudo nas faixas etárias mais jovens, em que a ingestão de bebidas alcoólicas às refeições é substituída por um consumo ao fim de semana (Calafat, 2002). Este comportamento, cada vez mais usual nos jovens de muitos países Europeus, é designado por “consumo esporádico excessivo” ou “*binge drinking*” e está diretamente associado, na UE, a 2000 homicídios, 27 000 mortes acidentais e 10 000 suicídios, (German Centre for Addiction Issues, 2008).

Na adolescência, o consumo de álcool associa-se frequentemente a comportamentos de risco, entre os quais se incluem as relações sexuais desprotegidas, o contágio de doenças sexualmente transmissíveis e gravidez



indesejada (OMS, 2011); acidentes de viação (Calafat, 2002); danos cerebrais, alterações estruturais do cérebro e défices cognitivos (Guerra & Pascual, 2010); baixo rendimento escolar: problemas de atenção, aprendizagem, memória (Brown, Tapert, Granholm & Delis, 2000) e dependência na idade adulta (Pitkänen, Kokko, Lyyra & Pulkkinen, 2008).

Em 2006, a Comissão Europeia adotou uma Estratégia da União Europeia para apoiar os Estados-Membros na minimização dos efeitos nocivos do álcool onde é defendida a importância de intervir previamente e no decurso da fase de experimentação com reforço da intervenção na fase de instalação de um padrão de consumo mais frequente (Fórum Nacional Álcool e Saúde, 2012).

Em Portugal, nos últimos anos, têm sido adotadas algumas medidas legislativas com vista à redução dos problemas ligados ao consumo de álcool em jovens e adultos. Neste sentido, a monitorização do consumo de álcool é necessária como forma de avaliar a eficácia das medidas preventivas desenvolvidas. Este estudo tem como objetivos: descrever a evolução do consumo de bebidas alcoólicas em jovens escolarizados, em Portugal, e compará-la com a média de consumo de bebidas alcoólicas nos países da União Europeia.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo descritivo com recurso a dados de fontes secundárias, nomeadamente os estudos do Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC), efetuados em 1993/1994, 1997/1998, 2001/2002, 2005/2006, 2009/2010, que estudaram a faixa etária dos 11, 13 e 15 anos de idade; e estudos do ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) efetuados em 1995, 1999, 2003, 2007 e 2011, que incluíram jovens com uma média de idades de 15,8 anos. Para descrever a evolução do consumo de álcool no nosso país, em adolescentes escolarizados, procedemos à comparação dos dados de 1998 com os de 2010, no caso do HBSC, e à comparação dos dados de 1995 com os de 2011, no caso do ESPAD.

Para caracterizar a prevalência atual de adolescentes que consomem bebidas alcoólicas, europeus e portugueses, recorreremos aos dados do relatório do HBSC, efetuado em 2009/2010, e aos dados do relatório do ESPAD, efetuado em 2011, por se tratarem dos estudos mais recentes disponíveis. Estes dados foram, igualmente, comparados com as prevalências médias dos restantes países participantes no HBSC e no ESPAD. O relatório do HBSC 2009/2010 integrou uma amostra de 4036

<http://www.eses.pt/interaccoes>



adolescentes portugueses (1878 rapazes e 2158 raparigas) com 11 anos (n=1183), 13 anos (n=1300) e 15 anos de idade (n=1553); o relatório do ESPAD (2011) incluiu uma amostra de 1965 adolescentes portugueses (825 rapazes e 1140 raparigas).

Variáveis utilizadas pelo ESPAD

As variáveis utilizadas foram algumas das disponibilizadas pelos relatórios supra-identificados, nomeadamente: “consumo de álcool nos últimos 30 dias”, definido como o consumo de pelo menos uma bebida alcoólica nos 30 dias que precederam o inquérito, avaliado com a questão “*Em quantas ocasiões, se alguma, bebeste uma bebida alcoólica durante os últimos 30 dias?*” e o “binge drinking” nos últimos 30 dias é definido como o consumo de cinco ou mais bebidas alcoólicas na mesma ocasião, nos 30 dias que precederam o inquérito e foi avaliado com a questão “*Pensa nos últimos 30 dias. Quantas vezes (se alguma) bebeste cinco ou mais bebidas numa ocasião?*”

Variáveis utilizadas pelo HBSC

O “consumo semanal de álcool”, definido como o consumo de qualquer tipo de bebida alcoólica pelo menos uma vez por semana, foi avaliado com a questão “*Quantas vezes bebeste qualquer tipo de bebida alcoólica?*”. As percentagens descritas referem-se aos jovens que relataram consumir bebidas alcoólicas pelo menos uma vez por semana. O “consumo semanal de álcool por bebida consumida” continha uma lista de bebidas que os jovens assinalavam de acordo com a frequência de consumo das mesmas. O “consumo excessivo (embriaguez)” foi descrito com base nas respostas à questão “*Alguma vez bebeste tanto álcool que ficaste realmente bêbado/a?*” correspondendo a prevalência descrita aos jovens que reportaram já terem ficado pelo menos duas vezes bêbados, ao longo da vida.

Resultados

Consumo de álcool nos últimos 30 dias

Constata-se que 56% dos rapazes e 50% das raparigas portuguesas referiram ter consumido bebidas alcoólicas nos últimos 30 dias (que antecederam o inquérito do ESPAD). Destaca-se que mais de metade dos jovens de ambos os sexos têm um consumo regular de álcool, sendo este consumo ligeiramente superior nos rapazes do que nas raparigas (Fig. 1). Contudo, apesar de se registar uma prevalência elevada de consumidores de álcool entre adolescentes portugueses, a prevalência média



registada no ano de 2011 (52%) é mais baixa do que a prevalência média registada nos restantes países participantes no ESPAD (56%). Comparativamente com o ano de 2007 registou-se, em Portugal, um decréscimo no consumo de álcool nos últimos 30 dias, cuja prevalência situava-se então em 62% no sexo masculino e 58% no sexo feminino. Contudo uma análise da evolução do consumo de álcool, desde o ano de 1995, demonstra uma tendência para um ligeiro aumento da prevalência de jovens, do sexo feminino, que declaram ter consumido bebidas alcoólicas nos últimos 30 dias.

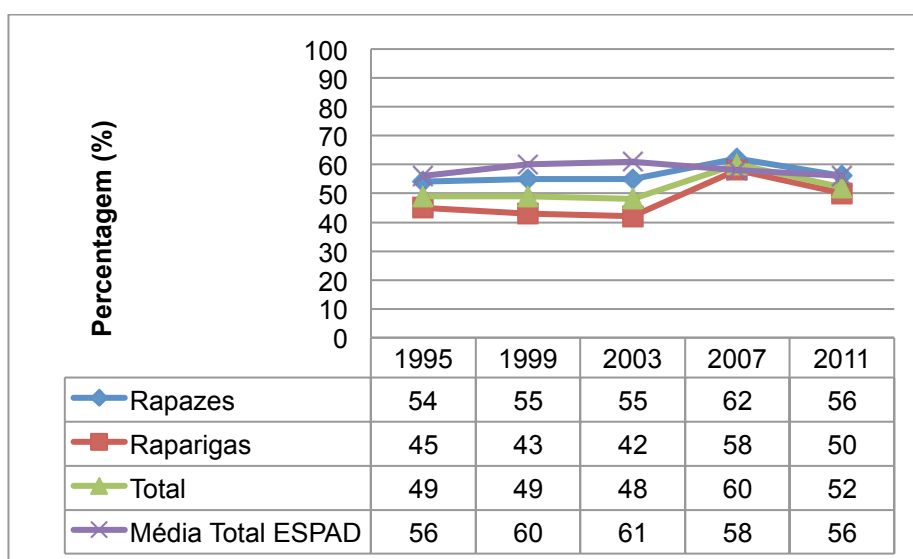


Figura 1 - Evolução da prevalência do consumo de álcool, nos últimos 30 dias, em jovens portugueses, por sexos, e dos restantes países que integram o ESPAD

Consumo semanal de álcool (pelo menos uma vez por semana)

Os resultados do HBSC revelam que, em Portugal, em 2010, 12% dos rapazes e 6% das raparigas, com 15 anos de idade, eram consumidores semanais de álcool (bebiam, pelo menos, uma vez por semana), registando-se, então, o dobro de consumidores do sexo masculino, comparativamente com o feminino (Fig. 2). A prevalência em Portugal é inferior à média registada no total dos países participantes do estudo HBSC (25% no sexo masculino e 17% no sexo feminino). Comparativamente com os dados relativos ao ano de 2006 registou-se um decréscimo no consumo semanal de álcool em adolescentes do sexo masculino e feminino, cujas prevalências se situavam, em 19% e 8%, respetivamente.

De acordo com os dados publicados pelo HBSC desde 1998, a tendência de consumo semanal dos adolescentes portugueses, até aos 15 anos de idade, parece

estar a decrescer em todas as faixas etárias e em ambos os sexos, particularmente na faixa etária dos 15 anos. Exclui-se desta tendência o ano de 2002, onde se registou um ligeiro aumento no consumo semanal de álcool em adolescentes do sexo masculino com 13 anos de idade e adolescentes do sexo feminino com 15 anos.

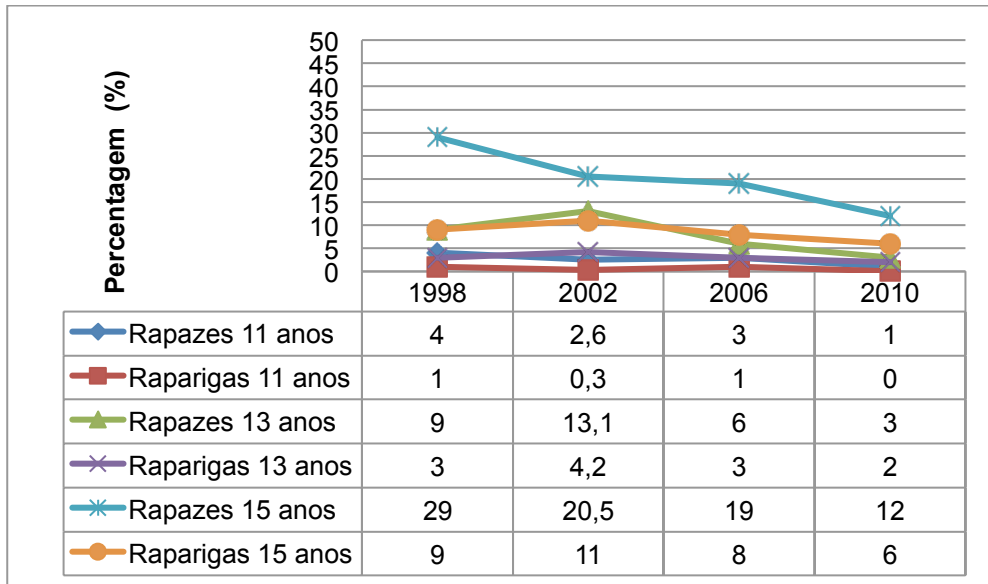


Figura 2 - Evolução da prevalência do consumo semanal de álcool, pelo menos uma vez por semana, em adolescentes portugueses, por sexos e grupo etário

“Binge drinking” nos últimos 30 dias

A prevalência de “*binge drinking*” nos últimos 30 dias é superior nos rapazes portugueses (27% vs 19% nas raparigas). Apesar de se registar uma prevalência elevada de “*binge drinking*” entre adolescentes portugueses, a prevalência média registada no ano de 2011 (22%) é mais baixa do que a prevalência média registada nos restantes países participantes no ESPAD (41%), (Fig. 3).

Entre os anos de 2007 e 2011, registou-se um decréscimo apreciável na prevalência de “*binge drinking*”, em ambos os sexos, tendo passado de 58% para 27% no sexo masculino e de 53% para 19% no sexo feminino. Apesar disto, a evolução do consumo nos últimos 16 anos parece apontar para uma tendência crescente desta forma de consumo no sexo feminino e masculino, tal como tendencialmente se regista para a média dos países europeus.

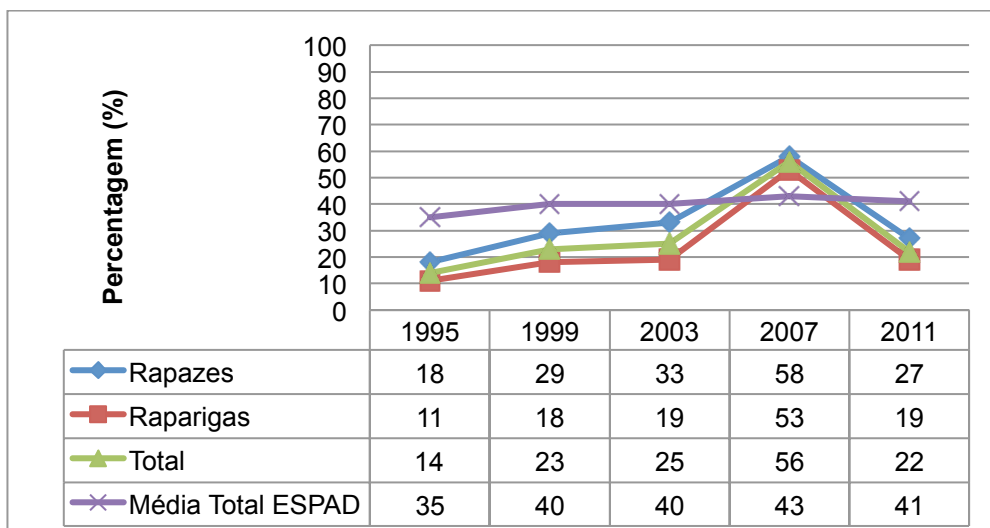


Figura 3 - Evolução da prevalência de “*binge drinking*” em jovens portugueses, por sexos, e dos restantes países que integram o ESPAD

Consumo semanal de álcool (pelo menos uma vez por semana) e tipo de bebidas consumidas

Os resultados do estudo HBSC demonstram que, em Portugal, no ano de 2010, a bebida mais consumida, semanalmente, por rapazes de 15 anos de idade foi a cerveja (8%), seguindo-se as bebidas brancas (5%), os *alcopops* (4%) e o vinho (3%). No que respeita às raparigas do mesmo grupo etário, as bebidas preferencialmente consumidas, semanalmente, foram as bebidas brancas (4%), seguindo-se a cerveja (3%), os *alcopops* (2%) e o vinho (1%). Comparativamente com a média dos restantes países participantes no estudo HBSC, Portugal regista prevalências mais baixas de consumo semanal em todos os tipos de bebidas e em ambos os sexos.

De forma geral, nos últimos oito anos, tem-se assinalado um decréscimo no consumo de bebidas alcoólicas, em ambos os sexos, contudo, em comparação com o ano de 2006 registou-se em 2010 um ligeiro aumento no consumo de vinho em rapazes de 15 anos. As bebidas preferencialmente consumidas por rapazes portugueses seguem as tendências dos jovens europeus, contudo, o mesmo não se regista no sexo feminino já que a bebida mais consumida pela média de jovens participantes no estudo HBSC são os *alcopops* (8%), seguindo-se a cerveja (7%), as bebidas brancas (6%) e o vinho (4%).

Consumo excessivo (embriaguez)

No que respeita ao consumo abusivo de álcool, 23% dos rapazes e 18% das raparigas portuguesas, de 15 anos de idade, afirmam já se ter embriagado pelo menos 2 vezes durante a vida (Fig. 4).

Em comparação com o ano de 2006, no ano de 2010 registou-se um ligeiro aumento do consumo excessivo de bebidas alcoólicas em raparigas de 11 anos e em rapazes de 13 anos de idade. No que concerne à evolução do consumo entre 1998 e 2010, o consumo excessivo de álcool desceu 12 pontos percentuais em rapazes de 15 anos. Contudo a partir de 2002 as prevalências tendem a manter-se embora se registre uma ligeira diminuição nas mesmas entre 2002 e 2010 (25,5% no ano de 2002 e 25% no ano de 2006). Relativamente ao sexo feminino, as prevalências aos 15 anos registaram um ligeiro aumento entre 1998 e 2002 (16% e 18,9% respetivamente), mantendo-se constantes desde então.

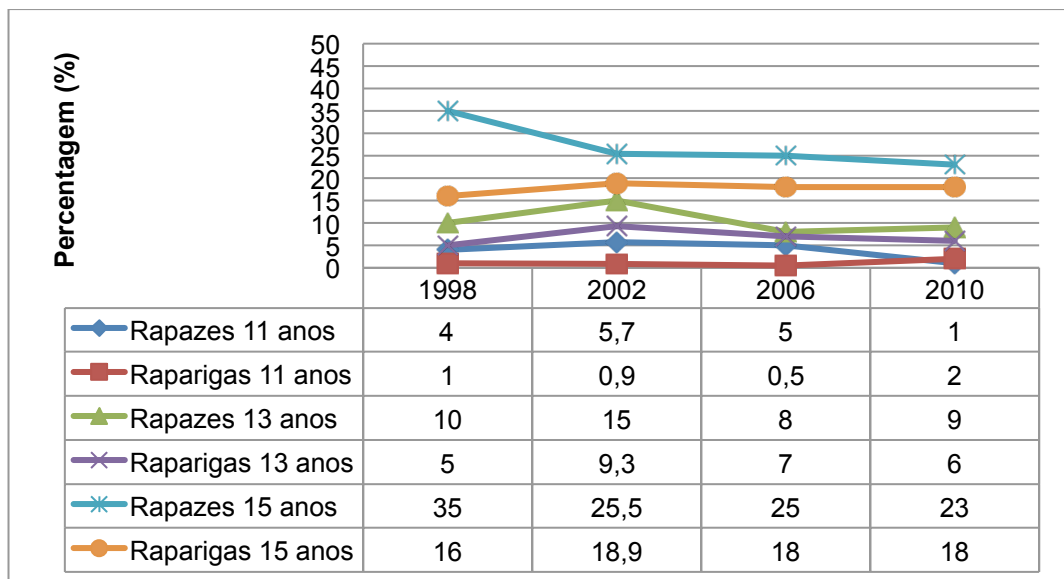


Figura 4. Evolução da prevalência do consumo excessivo de álcool, pelo menos duas vezes ao longo da vida, em adolescentes portugueses, por sexos e grupo etário.

Conclusões

Os dados dos relatórios analisados revelam que mais de metade dos jovens portugueses de 16 anos de idade, de ambos os sexos, têm um consumo regular de álcool, sendo este consumo ligeiramente superior nos rapazes do que nas raparigas. Porém, a análise da evolução do consumo de álcool, entre 1995 e 2011, revela uma



tendência para um ligeiro aumento da prevalência de jovens, do sexo feminino, no que respeita ao consumo nos últimos 30 dias (ESPAD, 2012).

Entre os anos de 2007 e 2011, registou-se um decréscimo apreciável na prevalência de "*binge drinking*", em ambos os sexos. Apesar disto, a evolução do consumo ao longo de 16 anos parece apontar para uma tendência crescente desta forma de consumo no sexo feminino e masculino, tal como tendencialmente se regista para a média dos países europeus.

No que concerne ao consumo semanal de álcool, em Portugal, em 2010, registava-se o dobro de consumidores semanais do sexo masculino, comparativamente ao feminino. A tendência de consumo semanal dos adolescentes portugueses, até aos 15 anos de idade, parece estar a decrescer em todas as faixas etárias e em ambos os sexos, particularmente na faixa etária dos 15 anos.

Em comparação com o ano de 2006, no ano de 2010 registou-se um ligeiro aumento do consumo excessivo de bebidas alcoólicas em raparigas de 11 anos e em rapazes de 13 anos de idade. Porém, os dados revelam uma tendência decrescente da prevalência de consumo excessivo em todas as idades, particularmente acentuada em rapazes de 15 anos, com exceção das raparigas de 15 anos, cujas prevalências, nos últimos 12 anos, mantêm-se constantes. As bebidas mais consumidas semanalmente, por rapazes de 15 anos, acompanham as tendências europeias para o sexo masculino, mas não para o sexo feminino.

As prevalências médias do consumo de bebidas alcoólicas registadas em Portugal são inferiores à média das prevalências registadas nos restantes países da União Europeia, para todos os tipos de consumo e em ambos os sexos.

As medidas preventivas parecem estar a contribuir para uma diminuição do consumo de álcool em adolescentes portugueses. Contudo, é importante manter os esforços preventivos por forma a reforçar a tendência decrescente do consumo de bebidas alcoólicas. Dada a elevada prevalência de alunos que são consumidores e sendo a escola o local onde os jovens passam grande parte do seu tempo, este deve ser o lugar ideal para se intervir em educação e promoção para a saúde, em geral, e em prevenção dos consumos, em particular.

Sugere-se, assim, um programa integrado de educação para a saúde, sendo essencial a inclusão de educação sobre consumos de substâncias no sistema educativo, desde o pré-escolar (OMS, 2000). Diferentes estudos têm demonstrado a forte relação entre os comportamentos de risco dos pais tais como fumar e consumir



bebidas alcoólicas e os dos filhos (Magalhães e Precioso, 2010). Devem, por este motivo, ser implementados programas de educação para a saúde para adultos, principalmente dirigidos aos pais e encarregados de educação dos alunos (Magalhães e Precioso, 2010). Concomitantemente é importante atender à formação dos professores, enquanto facilitadores destes programas (Calafat & Munar, 1999).

De acordo com Precioso (2004), a via mais promissora para a promoção da saúde é a criação de escolas promotoras de saúde, as quais devem envolver toda a comunidade educativa e promover estilos de vida saudáveis.

Referências Bibliográficas

- Brown, S., Tapert, S., Granholm, E., & Delis, D. (2000). Neurocognitive functioning of adolescents: Effects of protracted alcohol use. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 24 (2), 164-171.
- Calafat, A. (2002). Estrategias preventivas del abuso de alcohol. *Adicciones*, 14 (Supl. 1), 317-335.
- Calafat, A., & Munar, M. A. (1999). *Actuar es posible: Educación sobre el alcohol*. Madrid: Ministério do Interior.
- Currie, C., Hurrelmann, K., Settertobulte, W., Smith, R., & Todd, J. (Eds.) (2000). *Health and health behaviour among young people (Health Policy for Children and Adolescents, No.1)*. Copenhaga: Organização Mundial de Saúde.
- Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Settertobulte, W, Samdal, O. et al. (Eds.) (2004). *Young people's health in context. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: International report from the 2001/2002 survey*. Copenhaga: Organização Mundial de Saúde.
- Currie, C. Gabhainn, S., Godeau, E., Roberts, C., Smith, R., Currie, D. et al. (Eds.) (2008). *Inequalities in young people's health. Health behaviour in school-aged children (HBSC): International report from the 2005/2006 survey*. Edimburgo: Organização Mundial de Saúde.
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., Looze, M., Roberts, C. et al. (Eds.) (2012). *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: International report from the 2009/2010 survey*. Copenhaga: Organização Mundial de Saúde.
- Fórum Nacional Álcool e Saúde (2012). Fórum nacional álcool e saúde: Relatório 2010-2012 [em linha]. *Diretório do álcool*. Acedido Março, 27, 2014, em



<http://www.diretorioalcool.pt/noticias/Paginas/default.aspx?IdRegisto=1&IdNoticia=26>

- German Centre for Addiction Issues (2008). *Binge drinking and Europe: Report*. Alemanha: DHS
- Guerri, C., & Pascual, M. (2010). Mechanisms involved in the neurotoxic, cognitive, and neurobehavioral effects of alcohol consumption during adolescence. *Alcohol*, 44 (1), 15-26.
- Hibell, B., Andersson, B., Bjarnason, T., Kokkevi, A., Morgan, M. & Narusk, A. (Eds.) (1997). *The 1995 ESPAD Report*. Suécia: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN).
- Hibell, B., Andersson, B., Ahlström, S., Balakireva, O., Bjarnason, T., Kokkevi, A. et al. (Eds.) (2000). *The 1999 ESPAD Report*. Suécia: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN).
- Hibell, B., Andersson, B., Bjarnason, T., Ahlström, S., Balakireva, O., Kokkevi, A. et al. (Eds.) (2004). *The ESPAD Report 2003*. Suécia: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN).
- Hibell, B., Guttormsson, U., Ahlström, S., Balakireva, O., Bjarnason, T., Kokkevi, A., et al. (Eds.) (2009). *The 2007 ESPAD Report*. Suécia: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN).
- Hibell, B., Guttormsson, U., Ahlström, S., Balakireva, O., Bjarnason, T., Kokkevi, A., et al. (Eds.) (2012). *The 2011 ESPAD Report*. Suécia: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN).
- Magalhães, J. & Precioso, J. (2010). *Prevalência e determinantes do consumo de bebidas alcoólicas em alunos do 3º ciclo do ensino básico e secundário: Implicação para a construção de um programa preventivo*. Tese de Mestrado, Instituto de Educação, Universidade do Minho, Braga, Portugal.
- Mello, M., Barrias, J. & Breda, J. (2001). *Álcool e problemas ligados ao álcool em Portugal*. Lisboa: Direção-Geral de Saúde.
- Organização Mundial de Saúde (2000). *Plano europeu de acção sobre o álcool 2000-2005*. Copenhaga: Organização Mundial de Saúde.
- Organização Mundial de Saúde (2011). *Global status report on alcohol and health*. Suíça: Organização Mundial de Saúde.
- Pitkänen, T., Kokko, K., Lyyra, A. L. & Pulkkinen, L. (2008). A developmental approach to alcohol drinking behaviour in adulthood: A follow-up study from age 8 to age 42. *Addiction*, 103 (1), 48-68.



Precioso, J. (2004). Educação para a saúde na universidade: Um estudo realizado em alunos da Universidade do Minho. *Revista Electrónica de Enseñanza de las Ciencias*, 3 (2). Acedido em Janeiro, 10, 2014, em <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/3986>