



## FÓRUM NACIONAL ÁLCOOL E SAÚDE

### FORMULÁRIO DE SUBMISSÃO

TÍTULO DO CAMPO	
Data de submissão	06.05.2014
NOME DA ORGANIZAÇÃO AUTORA DO COMPROMISSO	Conselho Nacional de Juventude
TÍTULO DO COMPROMISSO	ComSUMOS Académicos
SUMÁRIO DO COMPROMISSO	<p>O compromisso com o FNAS - ComSUMOS Académicos - é um projeto de responsabilidade social do CNJ e das associações de estudantes do ensino superior na área dos estilos de vida saudáveis, especificamente na área da prevenção do consumo nocivo de álcool e promoção do desporto e exercício físico no ensino superior.</p> <p><b>Promotores do projeto:</b> Conselho Nacional de Juventude (CNJ), Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM); Federação Nacional de Associações de Estudantes do Ensino Superior Politécnico (FNAEESP); Federação Nacional do Ensino Superior Privado e Cooperativo (FNESPC); Associação Académica da Universidade do Minho (AAUM); Associação Académica da Universidade de Aveiro (AAUAv); Associação Académica de Coimbra (AAC); Associação Académica de Évora (AAUE); Federação Académica do Porto (FAP), Federação Académica do Desporto Universitário (FADU) e Associação Académica de Lisboa (AAL).</p> <p><b>Parceiros do projeto:</b> Serviço de Intervenção no Comportamento Aditivos e Dependências (SICAD); Instituto Português do Desporto e da Juventude (IPDJ, IP); Alcohol Policy Youth Network (APYN).</p> <p>O CNJ tem desenvolvido várias ações no âmbito da saúde e promoção dos estilos de vida saudáveis dos jovens. Em parceria com a plataforma europeia Alcohol Policy Youth Network (APYN), o Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAD, o Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ, I.P) e com algumas das suas organizações membro. Desde 2009 organizou e acompanhou várias iniciativas relacionadas com os jovens e os problemas ligados ao álcool ao nível nacional e europeu.</p> <p>Desta forma, como Interlocutor da Juventude, reconhecido pelo Estado enquanto parceiro em matéria de políticas de juventude, o CNJ tem um papel fundamental na criação de espaços de sensibilização e capacitação dos jovens portugueses e da sua estrutura juvenil nos mais diversos temas de interesse.</p> <p>Desde 2011, apostou-se numa ação estratégica no ensino superior através do</p>

envolvimento das associações académicas e de estudantes e plataformas representativas como agentes de mobilização, de forma, a alcançar com sucesso o compromisso com o FNAS. O compromisso em 2011 teve como objetivo geral promover e capacitar as associações académicas/estudantes e plataformas representativas destas, com uma estratégia global de prevenção do consumo nocivo de álcool em festividades; dotar os jovens líderes destas associações com competências na área do “álcool e os jovens”; promover o desporto do ensino superior como veículo para a adoção de estilos de vida saudáveis, que se traduziu na aposta no envolvimento de 12 atletas de alta competição e olímpicos escolhidos pelas diferentes academias representadas. Estes atletas foram embaixadores do ComSUMOS Académicos e foram parte integrante de uma estratégia de comunicação como promotores e exemplos reais de um estilo de vida saudável que concilia a vida pessoal, desportiva, académica e saúde.

Foram ainda reunidas todas as partes interessadas, parceiros nacionais e europeus para a elaboração e construção de um guia eletrónico de boas práticas (e-GBP). Este Guia cujo objetivo é inovar / complementar as iniciativas e campanhas que já são desenvolvidas por estas associações na sensibilização para o consumo nocivo de álcool, bem como, dar a conhecer ao público a que se dirige (estudantes do ensino superior) os malefícios do consumo nocivo do álcool, alternativas ao consumo em noites e festividades académicas, realçando outras atividades que sejam desenvolvidas nestes espaços que contribuam para estilos de vida saudáveis dos estudantes. Por outro lado, pretende também passar a mensagem de responsabilidade social que cada associação tem perante esta temática junto da comunidade que representa, e ainda a apresentação de medidas globais que serão tomadas nas atividades que organizam. O eGBP é uma ferramenta que se dirige fundamentalmente aos dirigentes das associações académicas e de estudantes do Ensino Superior e líderes estudantis para capacitar para as prioridades nacionais e europeias neste âmbito de intervenção.

O compromisso inicial impulsionou também a criação de um grupo de trabalho (Conselho Nacional de Juventude, Observatório Permanente da Juventude do Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa (OPJ/ICS-UL), e o Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAD), para a realização de um Estudo sobre “ Consumos e Estilos de Vida no Ensino Superior”. O estudo visa a caracterização das práticas de bem-estar, saúde e estilos de vida entre os estudantes do 1º ciclo do Ensino Superior Politécnico e Universitário, público e privado, bem como das prevalências e padrões de consumo de substâncias psicoativas (álcool, tabaco, drogas e alguns medicamentos). A

	<p>metodologia desenvolvida envolveu um estudo exploratório a aplicado entre Novembro/Dezembro de 2012 na Universidade Técnica de Lisboa e Universidade de Lisboa, tendo por base um questionário de aplicação e resposta online. A recolha de dados e mobilização dos estudantes contou essencialmente com o apoio das duas Reitorias, das Associações Académicas e das Instituições do Ensino Superior envolvidas. Com este estudo pretende-se fazer um retrato fidedigno dos estilos de vida dos estudantes do Ensino Superior, em áreas como a saúde e bem-estar, práticas desportivas e de lazer, alimentação, consumo de bebidas alcoólicas e outras substâncias. A apresentação pública do estudo teve lugar no dia 24 de setembro pelas 18:30 no Salão nobre da Reitoria da Universidade de Lisboa</p> <p>O Compromisso de 2014-2015 dará continuidade ao trabalhado iniciado em 2011 mas contará com novas atividades, de forma a garantir uma maior visibilidade nacional não só através da introdução de novos parceiros como também através da nova estratégia delineada por todos os promotores. O EGB será renovado com uma checklist de boas práticas de aplicação às festividades e comunicação, e será divulgado e implementado pelos promotores do projeto. Serão aplicadas as estratégias desenvolvidas pelos três grupos de trabalho do projeto: grupo das festividades, grupo da comunicação e grupo da formação no âmbito do projeto. Trabalharemos ainda para a angariação de novos parceiros e na constante monitorização e avaliação da utilização dos conteúdos do eGBP.</p> <p>É desta forma, que atletas/estudantes de alta competição dão a cara pelo projeto e demonstram que “É fruto de uma Vida Saudável” que se vence! (<a href="http://www.comsumos.org/">http://www.comsumos.org/</a>).</p>
<b>PONTO DE CONTACTO PARA O COMPROMISSO*</b>	
<b>Último nome / Primeiro nome</b>	Lopes/Sara Borrego/ Rute Silvestre/Sara
<b>Função na organização</b>	Membro da Direção do CNJ Ex-membro da Direção do CNJ Técnica responsável pela área de Ambiente, Saúde e Qualidade de Vida
<b>Endereço/ Número /Código Postal/ Cidade</b>	Rua dos Douradores, n.º 118 4. Piso 1000-207 Lisboa
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:Sara.lopes@cnj.pt">Sara.lopes@cnj.pt</a> <a href="mailto:Rute.borrego@cnj.pt">Rute.borrego@cnj.pt</a> <a href="mailto:Sara.silvestre@cnj.pt">Sara.silvestre@cnj.pt</a>
<b>INFORMAÇÃO RESPEITANTE AO CO-RESPONSÁVEL DO COMPROMISSO NO FÓRUM - assinalar com (X) as que não forem membros do Fórum</b>	
<b>Nome da(s) Instituição(ões) :</b>	<b>Promotores do projeto:</b> Conselho Nacional de Juventude (CNJ), Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM); Federação Nacional de Associações de Estudantes do Ensino Superior Politécnico (FNAEESP) X; Federação Nacional do Ensino Superior Privado e Cooperativo (FNESPC) X; Associação Académica da Universidade do Minho (AAUM) X; Associação Académica da Universidade de

	Aveiro (AAUAv) X; Associação Académica de Coimbra (AAC) X; Associação Académica de Évora (AAUE) X; Federação Académica do Porto (FAP) X; Federação Académica do Desporto Universitário (FADU) X e Associação Académica de Lisboa (AAL) X.	
	<b>Parceiros do projeto:</b> Serviço de Intervenção no Comportamento Aditivos e Dependências (SICAD); Instituto Português do Desporto e da Juventude (IPDJ, IP); Alcohol Policy Youth Network (APYN) X.	
<b>INFORMAÇÃO SOBRE O COMPROMISSO*</b>		
<b>Data de início</b>	Maio 2014	
<b>Data do final</b>	Outubro 2015	
<b>Data prevista para o relatório intermédio</b>	Setembro 2014	
<b>Data prevista para o relatório final</b>	Dezembro 2015	
<b>Atividades do compromisso</b>	Atividade 1 Finalização, apresentação e disseminação do eGBP aos parceiros	
	Atividade 2 Introdução de novos parceiros no projeto.	
	Atividade 3 Construção e aplicação da estratégia de comunicação 2014-2015 do ComSUMOS Académicos	
	Atividade 4 Construção e aplicação da estratégia de formação 2014-2015 do ConSUMOS Académicos	
	Atividade 5 Monitorização e avaliação da utilização dos conteúdos do eGBP;	
<b>Tipo de atividades do compromisso:</b>	- Informação ao consumidor	X
	- Atividades no âmbito dos <i>media</i>	X
	- Sessões de Sensibilização	X
	- Programas de Intervenção Continuada	<input type="checkbox"/>
	- Formação	X
	- Investigação/Produção Científica	<input type="checkbox"/>
	- Comunicação comercial	<input type="checkbox"/>
	- Aconselhamento	<input type="checkbox"/>
	- Tratamento	<input type="checkbox"/>
	- Fiscalização	<input type="checkbox"/>
- Outros	Introdução de novos parceiros ao projeto; construção e aplicação de estratégia de comunicação; monitorização e avaliação da utilização dos conteúdos do EGBP	X
<b>Grupo Alvo</b> (colocar uma cruz no grupo alvo e clarificar as ações que lhe são dirigidas colocando o numero das mesmas à frente do grupo)	Sem Grupo Alvo definido	
	Mulheres Gravidas	
	Crianças até aos 9 anos	
	Pré-adolescência e Adolescência	

	Universitários Adultos 25 e os 64 Adultos acima dos 65 Trabalhadores (contexto laboral) Técnicos (profissionais de diferentes áreas) Pessoas com PLA Outros. Quais? _Associações de estudantes	Atv 4       Atv 1, 2, 3, 4, 5
<b>Contexto de Intervenção</b>	Ambiental	
	Comercial	
	Comunitário	
	Desportivo	
	Escolar	
	Familiar	
	Laboral	
	Recreativo	X
	Rodoviário	
	Saúde	
	Universitário	X
	Virtual	X
Outro. Qual _____		
<b>Âmbito do compromisso *</b>	Nacional	
<b>INFORMAÇÃO E MONITORIZAÇÃO*</b>		
<b>Objetivos *</b>	<p><u>Objectivo Geral:</u>          Promover, capacitar e empoderar as associações de estudantes e académicas de uma estratégia global para a prevenção do consumo nocivo de álcool em meio académico. Dotar os jovens líderes destas associações de boas práticas na área do “álcool e os jovens”.</p> <p><u>Objetivos específicos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover sinergias de cooperação entre as associações de estudantes para uma cultura organizacional assente na sensibilização e prevenção do consumo nocivo de álcool;</li> <li>• Empoderar as associações académicas e de estudantes sobre a estratégia nacional e europeia na área da saúde, com ênfase no álcool;</li> <li>• Fomentar e incentivar à multiplicação do conhecimento e de boas práticas no âmbito da prevenção do consumo nocivo do álcool em meio académico;</li> <li>• Promoção do desporto e exercício físico como parte integrante de um estilo de vida saudável;</li> <li>• Disseminar as boas práticas deste projeto através da comunicação social, dando a conhecer a nível nacional o trabalho desenvolvido por todos os interlocutores do projeto;</li> <li>• Implementação das estratégias definidas para as festividades, comunicação e formação (previstas 3 formações)</li> <li>• Finalização e disseminação do eGBP por todos os parceiros envolvido;</li> <li>• Monitorização da implementação do eGBP;</li> <li>• Promover o eGBP nas redes sociais das 9 entidades académicas promotoras do projeto ComSUMOs Académicos;</li> </ul>	
<b>Relevância *</b>	O consumo nocivo de álcool continua a ser um dos principais determinantes da	

	<p>saúde e uma das principais causas de morte prematura e de doenças evitáveis, sendo responsável por 6,5% de todos os problemas de saúde e morte precoce na União Europeia. Na zona Sul da Europa, que apresenta uma menor taxa de incidência de mortes devidas ao álcool, mais de 1 em cada 11 mortes para os homens e 1 em cada 16 para as mulheres são devidas a esta substância.</p> <p>O consumo médio de bebidas alcoólicas tem decrescido na União Europeia, mas a proporção de crianças, adolescentes e jovens adultos que evidenciam padrões de consumo de risco e nocivos tem aumentado nos últimos dez anos em muitos Estados-Membros. Em muitas regiões da UE, os padrões de consumo perniciosos, incluindo as tendências crescentes para o consumo esporádico excessivo (binge-drinking) e a frequência cada vez mais acentuada no consumo de bebidas alcoólicas por menores, têm efeitos adversos a longo prazo sobre a saúde e aumentam o risco de malefícios sociais.</p> <p>Os jovens encontram-se particularmente em risco, sendo, o consumo nocivo de bebidas alcoólicas, em 2010 ao nível da EU, responsável por cerca de 14.5% da mortalidade masculina e de 2.61% da mortalidade feminina no grupo etário dos 15 aos 34 anos<sup>2</sup>. (OMS, 2013)</p> <p>Deste modo, O CNJ, enquanto plataforma representativa do movimento associativo e dos jovens, considera prioritário a intervenção nesta faixa etária e nos espaços de festividades e eventos académicos em que o consumo nocivo do álcool se apresenta em grande escala.</p> <p>A prevenção, formação, comunicação e educação são áreas fundamentais do plano até 2020 para a redução do consumo nocivo de álcool e é neste sentido que o CNJ pretende também intervir através da capacitação, envolvimento e construção em conjunto com os seus parceiros de boas práticas neste âmbito de intervenção. É necessário dotar os líderes juvenis de ferramentas de sensibilização que possam utilizar nas suas ações com o público-alvo que representam. Promovendo a consciencialização quer para os estilos de vida saudáveis, entre jovens, quer para a prevenção do consumo nocivo de álcool.</p> <p>Este tipo de formação tem, também, o objetivo da aprendizagem entre pares, ou seja, que sejam as próprias estruturas de estudantes e os próprios estudantes a promoverem uma consciência e sensibilização num tema comum.</p> <p>Por fim, também toda a parte da comunicação e disseminação da informação que acompanhará este projeto tem como finalidade chegar ao máximo número de jovens e de organizações, bem como a facilitação do trabalho conjunto entre associações académicas e de estudantes/, o CNJ, as instituições públicas e o setor da indústria e comércio de bebidas alcoólicas.</p> <p><b>O projeto dá resposta às seguintes metas do plano a atingir até 2020:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminuir a prevalência na população portuguesa do padrão de consumo binge</li> <li>• Diminuir a prevalência de estados de embriaguez na população portuguesa</li> <li>• Garantir que a disponibilização, venda e consumo de substâncias psicoativas lícitas no mercado, seja feita de forma segura e não indutora de uso/consumo nocivo, através da introdução de legislação, regulamentação e fiscalização adequadas</li> <li>• Reduzir a prevalência do consumo de risco e dependência na população portuguesa</li> </ul>
<b>Indicadores de Input (recursos disponíveis para o compromisso) *</b>	
<b>Número de interventores</b>	<p><b>Promotores:</b> 12 Recursos humanos diretamente ligados ao projeto - 2 CNJ (membro de Direção e técnica responsáveis pela área de Ambiente Saúde e Qualidade de Vida) e um membro por cada associação académica e de estudantes/: Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM); Federação Nacional de Associações de Estudantes do Ensino Superior Politécnico (FNAEESP); Federação Nacional do Ensino Superior Privado e Cooperativo (FNESPC); Associação Académica da Universidade do Minho (AAUM); Associação Académica</p>

	da Universidade de Aveiro (AAUAv); Associação Académica de Coimbra (AAC); Associação Académica de Évora (AAUE); Federação Académica do Porto (FAP), Federação Académica do Desporto Universitário (FADU) e Associação Académica de Lisboa (AAL).	
<b>Tempo</b>	De Intervenção	16 Meses
	Por ação	A definir
	Regularidade	A definir
<b>Custos</b>	15.000. 00€ (valor estimativo) Projeto sem programa de apoio financeiro, recorrendo aos recursos humanos e materiais que cada entidade promotora pode disponibilizar para desenvolver todas as iniciativas, ferramentas, boas práticas, canais de comunicação, etc	
<b>Outros. Quais?</b>		
<b>Indicadores de Output alcançados / esperados *</b>		
<b>Número de pessoas abrangidas</b>	150.000 Pessoas (valor indicativo) - 75%	
<b>Número de pessoas no grupo alvo</b>	200.000 Pessoas (valor indicativo)	
<b>Número de participantes nas diferentes atividades</b>	A definir	
<b>Visitantes do website</b>	10.000 Visitantes (contando, para já, o website do CNJ)	
<b>Número de produtos</b>	e-GBP	
<b>Número de panfletos</b>	A definir	
<b>Outros. Quais?</b>		
<b>Indicadores de resultado e de impacto *</b>		
<b>Curto/médio/longo prazo/outros</b>	N.º de novos parceiros N.º de parceiros que difundiram o eGBP nas suas redes de comunicação; N.º de pessoas abrangidas pela estratégia de formação; Grau de aplicação do eGBP com base no processo de monitorização; Grau de satisfação dos promotores do projeto;	
<b>Detalhes de avaliação, ferramentas e métodos a usar</b>		
<b>Questionários</b>	De avaliação de processo	Satisfação e utilidade
	De avaliação de resultados	Espectativas, conhecimentos, atitudes
<b>Avaliação pré e pós intervenção</b>	<b>SIM</b> <input checked="" type="checkbox"/>	<b>Não</b> <input type="checkbox"/>
<b>Existência de Grupo Controlo</b>	<b>SIM</b> <input type="checkbox"/>	<b>Não</b> <input checked="" type="checkbox"/>
<b>Estudos aleatórios</b>		
<b>Entrevistas semi- estruturadas</b>	Serão aplicadas entrevistas semiestruturas aos líderes das associações de estudantes/académicas para avaliar a perceção da importância do projeto na sua comunidade académica e também para avaliar qualitativamente o processo.	
<b>Questionários/sondagens nos media</b>	Serão aplicados inquéritos por questionário aos responsáveis do projeto em cada associação de estudantes/académicas de forma a avaliar o processo quantitativamente e qualitativamente de aplicação das boas práticas na sua comunidade académica.  & Será disponibilizado um questionário <i>online</i> para ser respondido por jovens que participem nas atividades inerentes ao projeto ComSUMOS Académicos dinamizadas pelos parceiros. Este formulário deverá ser facultado/divulgado pelos parceiros nas suas atividades.	
<b>Outros. Quais?</b>	Recolha de todas as informações de imprensa - <i>Clipping</i>	
<b>Uso de avaliadores externos</b>	Participantes nas iniciativas académicas promovidas pelos parceiros.	
<b>Uso de avaliadores internos</b>	Equipa envolvida no Projecto (CNJ e Parceiros)	

Nota final: Toda a informação prestada é verdadeira e da inteira responsabilidade da entidade que inscreve o respectivo compromisso.