



FÓRUM NACIONAL ÁLCOOL E SAÚDE

FORMULÁRIO DE SUBMISSÃO

TÍTULO DO CAMPO	
Data de submissão	14 de Março 2014
NOME DA ORGANIZAÇÃO AUTORA DO COMPROMISSO	Cruz Vermelha Portuguesa
TÍTULO DO COMPROMISSO	PREVENIR É AGIR
SUMÁRIO DO COMPROMISSO	<p>Na população portuguesa, o consumo de bebidas alcoólicas é socialmente aceitável, existindo uma elevada prevalência de consumo e de patologias directa ou indirectamente relacionadas com o mesmo.</p> <p>Tem-se verificado um aumento do nível de consumo de bebidas alcoólicas na população juvenil portuguesa, sendo que: por um lado verifica-se que os consumos se iniciam em idades progressivamente mais precoces; por outro lado, é evidente que a incidência de consumos abusivos na população jovem feminina tem vindo a aumentar.</p> <p>Os padrões de consumo dos adolescentes e jovens adultos estão cada vez mais ligados a contextos recreativos, com consumos abusivos de bebidas destiladas e outras, associados ao de outras substâncias psicoativas, que ocorrem sobretudo ao fim de semana.</p> <p>O consumo abusivo de bebidas alcoólicas tem consequências negativas ao nível do rendimento escolar e/ou profissional, das relações interpessoais e da própria integridade física.</p> <p>Os consumidores têm, de um modo geral, uma perceção distorcida dos riscos efetivos associados ao seu padrão de consumo.</p> <p>O projeto “Copos, quem decide és tu!” é direcionado para a prevenção do uso, com especial ênfase na prevenção do consumo abusivo, tendo em consideração os padrões atuais de consumo e os contextos em que ocorrem, na população juvenil portuguesa.</p> <p>O projeto “A brincar e a jogar descobre como te alimentar” visa, através de dinâmicas e materiais pedagógicos, explicar às crianças quais as diferentes componentes de hábitos alimentares mais adequados. Fomenta, o interesse dos jovens para a adoção de hábitos e comportamentos saudáveis como parte do seu desenvolvimento integral, modificando as atitudes que correspondam a costumes individuais e sociais prejudiciais e perigosos para a saúde.</p> <p>Tendo os jovens uma baixa perceção dos riscos associados ao consumo de bebidas alcoólicas, importa intervir de forma a tornar esta perceção mais ajustada ao risco efetivo do consumo. Daí que a intervenção, tanto do projeto “Copos, quem decide és tu!”, como do jogo “A brincar e a jogar descobre como te alimentar”, visam os propósitos de: prevenir o abuso, informar/sensibilizar, intervir em meio escolar, educar pelos pares, intervir de acordo com os contextos e os padrões de consumo e intervir ao nível da perceção do risco, disponibilizando de forma lúdica e não moralista informação cientificamente credível, contribuindo, assim, para o exercício de assertividade e cidadania por parte dos mais jovens.</p> <p>O alcoolismo é, portanto, um dos problemas sociais mais generalizados e para o qual todas as intervenções, em qualquer momento do ciclo de vida, são importantes para minimizar o impacto que terão na comunidade do futuro.</p>
PONTO DE CONTACTO PARA O COMPROMISSO*	
Último nome / Primeiro nome	Gouveia/Susana

Função na organização	Psicóloga	
Endereço/ Número /Código Postal/ Cidade	Jardim 9 de Abril, 1 a 5, 1249-083 Lisboa	
E-mail	sgouveia@cruzvermelha.org.pt	
INFORMAÇÃO RESPEITANTE AO CO-RESPONSÁVEL DO COMPROMISSO NO FÓRUM - assinalar com (X) as que não forem membros do Fórum		
Nome da(s) Instituição(ões) :	Câmara Municipal de Loures	
INFORMAÇÃO SOBRE O COMPROMISSO*		
Data de início	Setembro de 2014	
Data do final	Junho de 2015	
Data prevista para o relatório intermédio	Janeiro de 2015	
Data prevista para o relatório final	Julho de 2015	
Atividades do compromisso	Atividade 1: Disseminação do Projeto “Copos, Quem decide és tu!” (projeto que visa a prevenção do consumo abusivo do álcool), em escolas do concelho de Loures que lecionem o 7º, 8º e 9º anos de escolaridade.	
	Atividade 2: Disseminação do Projeto “A jogar e a brincar descobre como te alimentar” (projeto que visa a promoção de hábitos alimentares saudáveis através da sensibilização das crianças para os benefícios de uma alimentação correta e que deve ser mantida até à idade adulta; contribui para um melhor esclarecimento através da componente lúdico-pedagógica na passagem de informação que visa a manutenção de crianças e adultos saudáveis; apela à prática de atividade física e psíquica diária, bem como ao fornecimento de alimentos necessários para o normal funcionamento do organismo, evitando substâncias psicoativas e preferindo produtos alimentares saudáveis, sejam naturais ou transformados), pelo menos nas escolas do 1º ciclo do ensino básico do concelho de Évora.	
	Atividade 3: Formação específica dos voluntários que dinamizarão a intervenção inter pares que consta das Atividades 1 e 2. Estes voluntários serão, sempre, jovens, de preferência universitários (para a atividade 1), podendo ser estudantes do ensino secundário (no caso dos que dinamizarão a atividade 2).	
Tipo de atividades do compromisso:	- Informação ao consumidor	<input type="checkbox"/>
	- Atividades no âmbito dos <i>media</i>	<input type="checkbox"/>
	- Sessões de Sensibilização	<input checked="" type="checkbox"/>
	- Programas de Intervenção Continuada	<input type="checkbox"/>
	- Formação	<input checked="" type="checkbox"/>
	- Investigação/Produção Científica	<input type="checkbox"/>
	- Comunicação comercial	<input type="checkbox"/>
	- Aconselhamento	<input type="checkbox"/>
	- Tratamento	<input type="checkbox"/>
	- Fiscalização	<input type="checkbox"/>
- Outros (dinâmicas de grupo, lúdico-pedagógicas, que visam a sensibilização e o esclarecimento – Jogo da glória)	<input checked="" type="checkbox"/>	

Grupo Alvo (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? _____	Atividades Atividade 2 Atividade 1 e 3 Atividade 3
	Ambiental	
	Comercial	
	Comunitário	
	Desportivo	
	Escolar	x
	Familiar	
	Laboral	
	Recreativo	
	Rodoviário	
	Saúde	
	Universitário	x
Virtual		
Outro. Qual _____		
Âmbito do compromisso *	Nacional e local – dado que se pretende uma maior cobertura possível por parte das diferentes atividades, ainda que, inicialmente, estejam mencionados apenas dois concelhos. Haverá, por parte dos serviços centrais da CVP, investimento no sentido de que esse alargamento à rede das estruturas locais da CVP seja uma realidade, progressivamente, ao longo do tempo.	
INFORMAÇÃO E MONITORIZAÇÃO*		
Objetivos *	1. Através da metodologia de intervenção interpares, sensibilizar, durante o próximo ano letivo, os jovens com idades compreendidas entre os 13 e os 19 anos, das escolas que aderirem ao projeto, para a problemática do consumo abusivo de bebidas alcoólicas, envolvendo-os na dinâmica “Copos, Quem decide és tu!” através de sessões de sensibilização ou do desenvolvimento do processo completo que constitui o projeto (sensibilização e dinamização de atividades interpares). 2. Recorrendo à metodologia de intervenção interpares mas com jovens um pouco mais velhos que os beneficiários da atividade, sensibilizar, durante o próximo ano letivo, as crianças, das escolas do 1º ciclo do ensino básico que aderirem ao projeto, para que tenham hábitos alimentares saudáveis, envolvendo-os na dinâmica “A brincar e a jogar descobre como te alimentar” através da realização do jogo da glória em tamanho gigante, permitindo que as crianças sejam peões e respondam a questões sobre hábitos alimentares saudáveis – esclarecendo que até aos 17 anos o organismo não tem capacidade para destruir as moléculas de álcool, havendo repercussões no desenvolvimento de cada criança/jovem que faz consumos desta natureza; abordando a	

	<p>importância de ingerir água; ensinando a criança a comer de todos os grupos alimentares (o que exclui o álcool) ou reforçando comportamentos que ajudem a manter-se saudáveis, como por exemplo a prática de exercício físico (versus comportamento autodestrutivos).</p> <p>3. Promover o exercício de uma cidadania ativa, responsabilização e o envolvimento de pares no processo preventivo por parte dos voluntários envolvidos, através da disseminação dos conteúdos junto dos pares.</p> <p>4. Informar, sensibilizar e contribuir para a educação das crianças e jovens que frequentem as escolas de Portugal continental, para as consequências dos padrões de consumo nocivo e perigoso, de bebidas alcoólicas, promovendo hábitos saudáveis e responsáveis de alimentação e consumo.</p> <p>5. Reduzir os comportamentos de risco associados ao consumo de álcool, disponibilizando às crianças e jovens as competências e informação necessárias para evitar ou retardar a iniciação ao consumo de substâncias.</p> <p>6. Promover competências socio-emocionais nas crianças e jovens envolvidos nos projetos, para que se treine assertividade, de forma lúdica e esclarecida.</p> <p>7. Promover uma comunidade saudável e criativa, para que seja protetora, possua mais capacitação para lidar com fatores de risco e seja potenciadora de qualidade, bem-estar e saúde da população no futuro</p>				
Relevância *	<p>1. Aumentar a perceção do risco percebido do consumo de 1-2 bebidas alcoólicas quase todos os dias, em estudantes de 16 anos.</p> <p>2. Retardar o início do consumo de bebidas alcoólicas com 13 anos ou menos.</p> <p>3. Retardar o início dos padrões de consumo nocivo com 13 anos ou menos.</p> <p>4. Reduzir os estados de embriaguez em jovens abaixo dos 16 anos.</p> <p>5. Aumentar a idade média do início de consumos para os 17 e 18 anos.</p> <p>6. Promover o espírito crítico e o exercício do livre arbítrio de forma esclarecida.</p>				
Indicadores de Input (recursos disponíveis para o compromisso) *					
Número de interventores	Envolvimento de cerca de 35 voluntários/técnicos/pares em todo o país				
Tempo	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="550 1227 758 1391">De Intervenção</td> <td data-bbox="758 1227 1479 1391"> <p>Atividades 1 e 2: Vamos trabalhar ambos os projetos nas escolas aderentes, durante o próximo ano letivo (2014/2015).</p> <p>Atividade 3 – Vamos promover formação específica, por projeto, junto dos pares que implementarão as atividades 1 e 2.</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="550 1391 758 2038">Por ação</td> <td data-bbox="758 1391 1479 2038"> <p>Atividade 1: vamos trabalhar em todas as turmas aderentes, através da passagem de questionários para levantamento de preconceitos e de uma sessão de sensibilização pontual – o qual poderá despoletar (ou não) o desenvolvimento do restante processo. Caso avancem para as restantes fases: vamos acompanhar, até ao final do ano letivo, a elaboração de materiais subordinados ao tema “Os jovens e o álcool” (podem ser trabalhos científicos, dinâmicas diversas, artes plásticas e de performance). Cada sessão de sensibilização tem a duração de cerca de hora e meia – dependendo da disponibilidade/contingência das escolas, mas também, dos conhecimentos, participação e envolvimento dos alunos.</p> <p>Atividade 2: vamos trabalhar em todas as turmas aderentes, numa ação pontual e que se operacionaliza através do envolvimento das crianças na dinâmica do jogo da glória gigante, contemplando questões sobre hábitos alimentares saudáveis. O jogo tem uma duração aproximada de 2 horas, porém, o tempo efetivo dependerá da disponibilidade/contingência das escolas, mas também, dos conhecimentos, participação e envolvimento dos alunos.</p> </td> </tr> </table>	De Intervenção	<p>Atividades 1 e 2: Vamos trabalhar ambos os projetos nas escolas aderentes, durante o próximo ano letivo (2014/2015).</p> <p>Atividade 3 – Vamos promover formação específica, por projeto, junto dos pares que implementarão as atividades 1 e 2.</p>	Por ação	<p>Atividade 1: vamos trabalhar em todas as turmas aderentes, através da passagem de questionários para levantamento de preconceitos e de uma sessão de sensibilização pontual – o qual poderá despoletar (ou não) o desenvolvimento do restante processo. Caso avancem para as restantes fases: vamos acompanhar, até ao final do ano letivo, a elaboração de materiais subordinados ao tema “Os jovens e o álcool” (podem ser trabalhos científicos, dinâmicas diversas, artes plásticas e de performance). Cada sessão de sensibilização tem a duração de cerca de hora e meia – dependendo da disponibilidade/contingência das escolas, mas também, dos conhecimentos, participação e envolvimento dos alunos.</p> <p>Atividade 2: vamos trabalhar em todas as turmas aderentes, numa ação pontual e que se operacionaliza através do envolvimento das crianças na dinâmica do jogo da glória gigante, contemplando questões sobre hábitos alimentares saudáveis. O jogo tem uma duração aproximada de 2 horas, porém, o tempo efetivo dependerá da disponibilidade/contingência das escolas, mas também, dos conhecimentos, participação e envolvimento dos alunos.</p>
De Intervenção	<p>Atividades 1 e 2: Vamos trabalhar ambos os projetos nas escolas aderentes, durante o próximo ano letivo (2014/2015).</p> <p>Atividade 3 – Vamos promover formação específica, por projeto, junto dos pares que implementarão as atividades 1 e 2.</p>				
Por ação	<p>Atividade 1: vamos trabalhar em todas as turmas aderentes, através da passagem de questionários para levantamento de preconceitos e de uma sessão de sensibilização pontual – o qual poderá despoletar (ou não) o desenvolvimento do restante processo. Caso avancem para as restantes fases: vamos acompanhar, até ao final do ano letivo, a elaboração de materiais subordinados ao tema “Os jovens e o álcool” (podem ser trabalhos científicos, dinâmicas diversas, artes plásticas e de performance). Cada sessão de sensibilização tem a duração de cerca de hora e meia – dependendo da disponibilidade/contingência das escolas, mas também, dos conhecimentos, participação e envolvimento dos alunos.</p> <p>Atividade 2: vamos trabalhar em todas as turmas aderentes, numa ação pontual e que se operacionaliza através do envolvimento das crianças na dinâmica do jogo da glória gigante, contemplando questões sobre hábitos alimentares saudáveis. O jogo tem uma duração aproximada de 2 horas, porém, o tempo efetivo dependerá da disponibilidade/contingência das escolas, mas também, dos conhecimentos, participação e envolvimento dos alunos.</p>				

		Atividade 3: vamos proporcionar formação específica a todos os voluntários da Juventude Cruz Vermelha que irão para o terreno dinamizar as atividades 1 e 2. Esta formação terá a duração de 4 horas para cada projeto – dado que se aproveita o momento para fazer o enquadramento institucional dos voluntários (através de informação base sobre o Movimento Internacional da Cruz Vermelha e a Cruz Vermelha Portuguesa).
	Regularidade	A regularidade das ações dependerá da liberdade que as escolas permitirem e quiserem imprimir na concretização dos objetivos dos projetos. As atividades 2 e 3 são pontuais, sendo uma de sensibilização (atividade 2) e a outra de natureza formativa (atividade 3), ocorrem uma vez para cada grupo de indivíduos. Quanto à atividade 1 , podem acontecer duas situações: 1) a turma só assiste à sessão de sensibilização (primeira abordagem aos jovens, com cerca de hora e meia de duração); 2) a turma, depois de assistir à sessão de sensibilização, decide avançar no projeto e construir o “Espaço Copos”. Este espaço é o culminar, no tempo e no espaço, de todas as atividades (expressão plástica, dramática, escrita, desportiva, etc.) que os jovens pretenderem realizar sob o tema “Os jovens e o álcool” – em contexto de aula, ou fora dele; com a monitorização de um dos professores e a colaboração, pontual (uma vez por mês), do voluntário da CVP.
Custos		
Outros. Quais?		
Indicadores de <i>Output</i> alcançados / esperados *		
Número de pessoas abrangidas		No mínimo, contamos abranger cerca de 2000 crianças e jovens que frequentem as escolas portuguesas, enquanto beneficiários das atividades. Esse número inclui os voluntários que receberão formação para dinamizar as atividades 1 e 2 (de acordo com a metodologia de intervenção inter pares). De acrescentar que o número é uma estimativa, considerando o conhecimento que temos das pequenas bolsas de material produzido, ao tempo, para implementação destes projetos. O número poderá ser maior, caso exista alguma possibilidade de co-financiamento para manter a produção do material.
Número de pessoas no grupo alvo		Informação não disponível
Número de participantes nas diferentes atividades		
Visitantes do website		
Número de produtos		Dossiers dos projetos, folhetos informativos, tabuleiros gigantes do jogo da glória (com os respetivos dados)
Número de panfletos		
Outros. Quais?		
Indicadores de resultado e de impacto *		
Curto/médio/longo prazo/outros		.Número de distritos envolvidos nas 3 atividades. Número de escolas envolvidas nas atividades 1 e 2. Número de voluntários formados pela atividade 3. Número de pré-adolescentes e adolescentes envolvidos nas atividades 1 e 3. Número de crianças participantes na atividade 2. Grau de avaliação recebido na avaliação das atividades junto dos participantes. Grau de avaliação recebido na avaliação das atividades por parte dos parceiros envolvidos. Número de solicitações para prolongamento da realização das atividades além do tempo designado previamente.
Detalhes de avaliação, ferramentas e métodos a usar		

Questionários	De avaliação de processo	Atividade 1: passagem de questionários de avaliação do interesse e utilidade desta intervenção em contexto escolar. Atividade 2: passagem de questionários de avaliação da satisfação, interesse e utilidade da intervenção em contexto escolar.	
	De avaliação de resultados	Atividade 1: passagem de questionários para a levantamento dos preconceitos dos jovens em relação ao álcool – no início e no fim da ação.	
Avaliação pré e pós intervenção	SIM	<input checked="" type="checkbox"/>	Não <input type="checkbox"/>
Existência de Grupo Controlo	SIM	<input type="checkbox"/>	Não <input checked="" type="checkbox"/>
Estudos aleatórios			
Entrevistas estruturadas			
Questionários/sondagens nos media			
Outros. Quais?			
Uso de avaliadores externos			
Uso de avaliadores internos	Gabinete de Estudos e Projetos da Sede Nacional da CVP.		

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