

**Resumo:** Apresenta-se o Projecto Unidades, uma experiência de intervenção em meio universitário para prevenir o abuso de substâncias psicoactivas em alunos do Ensino Superior. O projecto, da responsabilidade da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa, é implementado através de uma abordagem baseada no desenvolvimento de competências psicossociais, partindo de uma metodologia de intervenção através dos pares, numa perspectiva de desenvolvimento através do empenhamento e participação activa/envolvimento dos próprios jovens. Descrevem-se as principais etapas do projecto, que se encontra na sua fase piloto até ao final do ano lectivo de 2000/2001, com especial destaque para: a selecção das instituições a participar, o levantamento das preocupações e expectativas dos alunos face ao ensino superior, a criação de grupos de jovens mediadores e os momentos de formação. Finalmente apresentam-se algumas conclusões relativas a esta fase preliminar do Projecto Unidades.

**Résumé:** Le projet Unidades est présenté comme une expérience dans le contexte universitaire avec un objectif de prévention de l'abus des substances psychoactives parmi les étudiants universitaires. Le projet, développé par la Faculté de Motricidade Humana de l'Université Technique de Lisboa (Faculté de Motricité Humaine de la Université Technique de Lisbonne) est implémenté à travers une approche fondée dans le développement des compétences psychosociales que part d'une méthodologie d'intervention de pairs vers une perspective de développement par le engagement et la participation active des étudiants. Les principaux étapes du projet, qui est dans sa phase pilote jusqu'au bout de l'année scolaire 2000/2001, sont décrites surtout celles qui concernent: le processus de sélection des institutions qui participent, l'évaluation des préoccupations et des attentes des étudiants vis à vis l'Université, la création des groupes de jeunes médiateurs et les sessions de formation. Pour terminer, quelques conclusions de cette phase pilote du projet Unidades sont présentées.

**Abstract:** The project Unidades is presented as an experience in the University setting to prevent the abuse of psychoactive substances amongst University students. The project, developed by the Faculdade de Motricidade Humana from the Universidade Técnica de Lisboa (Faculty of Human Kinetics from the Technical University of Lisbon), is implemented through an approach based on the development of psychosocial skills which departs from a peer intervention methodology in a development perspective through the commitment and active participation of the students themselves. The main steps of the project, in its pilot phase until the end of the school year 2000/2001, are described with special emphasis on: the selection process of the participating institutions, the assessment of the concerns and expectations of the students regarding the University, the setting up of young mediators' groups and the training sessions. Finally, some conclusions are drawn regarding this preliminary phase of Unidades.

## O Projecto Unidades - a prevenção do abuso de substâncias psicoactivas em meio universitário

*Catalina Pestana, Maria Moreira, Miguel Montez, Raul Melo, Susana Coelho*

### Introdução

Apesar do meio escolar ser actualmente um dos contextos privilegiados para a implementação de programas de prevenção do abuso de substâncias psico-activas, o meio universitário tem-se mantido à margem deste tipo de iniciativas. No entanto, reconhece-se que os estudantes do ensino superior são um grupo especialmente vulnerável ao consumo de substâncias psico-activas e que é no meio universitário que muitos jovens contactam pela primeira vez com este tipo de substâncias, muitas vezes num processo considerado como um ritual de passagem<sup>(1)</sup>. Um estudo nacional realizado em 1998<sup>(2)</sup> numa amostra representativa dos Estabelecimentos do Ensino Superior de Portugal confirmou a expressão do consumo de substâncias psico-activas neste meio, sobretudo no que se refere à prevalência ao longo da vida de canabis. A cocaína, o ecstasy e a heroína são as outras substâncias referidas pelos próprios alunos e consumidas principalmente a título experimental. Reconhecendo a necessidade de intervenção nesta área, surge, em 1998 na Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa, o projecto Unidades<sup>(3)</sup> com a finalidade de prevenir o abuso de substâncias psico-activas através da formação pessoal e da intervenção na Faculdade e na comunidade. Este projecto aposta numa abordagem através do trabalho de pares a partir da qual se formam jovens universitários numa perspectiva de os capacitar para o desenvolvimento e implementação dos seus próprios projectos.

### Metodologia de intervenção

Tendo em conta a faixa etária do grupo alvo para esta intervenção e as suas características próprias, o projecto Unidades assenta numa metodologia de desenvolvimento de competências psicossociais partindo de uma metodologia

de intervenção através dos pares para garantir uma melhor implementação junto dos jovens, uma maior aceitação das mensagens a passar e sobretudo, a potencialidade do projecto ser dos jovens, com os jovens e para os jovens, numa perspectiva de replicação do projecto através do empenhamento e participação activa/envolvimento dos próprios jovens.

Esta abordagem baseia-se na corrente da promoção da saúde enquanto suporte do desenvolvimento pessoal e social, e utiliza como instrumentos a informação, a educação para a saúde e o aperfeiçoamento das aptidões que permitem ao indivíduo uma maior capacidade de gestão da sua própria saúde e meio ambiente<sup>(4)</sup>. Neste contexto, o desenvolvimento das competências psicossociais enquanto capacidade individual de responder eficazmente às exigências da vida quotidiana, é um elemento importante de prevenção, particularmente nas situações em que os problemas de saúde se encontram estreitamente relacionados com comportamentos que advêm da incapacidade de responder às pressões e exigências das fases mais complicadas da vida<sup>(5)</sup>.

O projecto Unicidade foi conceptualizado numa perspectiva de investigação-acção enquanto metodologia cíclica e iterativa para abordar de forma simultânea a acção/mudança e a reflexão crítica sobre o trabalho que se vai realizando, contribuindo dessa forma para melhorar a qualidade da intervenção. Assim, procedeu-se ao levantamento das percepções que os estudantes universitários têm acerca do consumo das substâncias psico-activas, por um lado, e das suas próprias inquietações expectativas e preocupações, por outro. Esta abordagem permite reconhecer as áreas de mal-estar sentidas orientando a formação do grupo-alvo e a conceptualização dos seus projectos de intervenção para áreas em que é reconhecida a necessidades de mudança.

## A primeira fase de implementação

Para testar a metodologia de intervenção e as potencialidades do projecto, foi desenhado um projecto piloto, com a duração de 3 anos lectivos a ser implementado em 4 faculdades/institutos superiores da área da grande Lisboa. Os critérios de selecção das instituições participantes teve em conta aspectos como os conteúdos dos cursos e

futura orientação profissional dos estudantes bem como a necessidade de dar resposta às preocupações dos Serviços de Acção Social da Universidade Técnica de que o projecto pudesse ser testado nas suas faculdades.

Assim, foram seleccionadas: a Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação (FPCE) da Universidade de Lisboa, o Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas (ISCSP), a Faculdade de Motricidade Humana (FMH) e o Instituto Superior de Agronomia (ISA) da Universidade Técnica de Lisboa.

Em Setembro de 1998, o Unicidade deu início à implementação da primeira fase do projecto piloto nas instituições seleccionadas. As fases de intervenção, num primeiro momento, contemplavam os seguintes passos:

1. Identificação e contacto com potenciais parceiros nas instituições seleccionadas;

Em cada instituição foram abordados professores de referência, mencionados por alguns alunos como mais disponíveis e abertos às suas preocupações e expectativas. Paralelamente foram contactadas as associações de estudantes como representantes do corpo de alunos de cada faculdade. Os contactos estabelecidos permitiram identificar professores e alunos ou grupos de alunos de referência em cada uma das instituições seleccionadas.

2. Levantamento de preocupações e expectativas dos alunos das instituições seleccionadas

Realizou-se um inquérito numa amostra aleatória de alunos do primeiro ano das 4 instituições. O questionário elaborado solicitava apenas que os alunos indicassem as suas principais preocupações e expectativas relativamente à sua vida de alunos do ensino superior. Obteve-se um total de 831 respostas: 196 da FPCE, 188 do ISCSP, 255 do ISA e 192 da FMH. A análise deste inquérito permitiu identificar seis grandes áreas de inquietações e expectativas dos alunos: o futuro, o seu percurso enquanto aluno universitário, as infra-estruturas, questões de ordem curricular, questões de ordem pessoal e questões de ordem social. As seis categorias definidas serviram de base para a elaboração do questionário a passar na segunda fase deste estudo exploratório que se encontra neste momento a decorrer e serão

ainda trabalhadas num momento posterior perto do final do projecto-piloto no primeiro semestre de 2000/2001.

### 3. Organização dos debates e apresentação do Projecto Unidades

Com base nos resultados obtidos no inquérito acima referido organizaram-se 4 debates, um em cada Instituição a participar no projecto-piloto. Na primeira parte dos debates apresentaram-se os resultados obtidos por instituição que foram comentados por um convidado seleccionado pelos alunos e/ou professores de cada Faculdade/Instituto, seguidamente estimulou-se o debate e finalmente apresentou-se o Projecto Unidades. Na FPCE o debate “Inquietações em meio universitário” contou com a participação de 170 alunos e professores. Na FMH o tema “O doping de todos os dias... uma vida de alto rendimento” foi discutido por 20 alunos e professores. No ISCSP optou-se por apresentar o projecto aos 23 estudantes e professores que aderiram à iniciativa e estimular o debate a partir daí que aderiram à iniciativa. No ISA cerca de 40 estudantes discutiram o tema: “A apatia em meio universitário”.

### 4. Criação e formação de um grupo nuclear de alunos em cada Faculdade

O empenhamento na organização e a participação activa dos diferentes grupos de alunos nos debates permitiu que se comesçasse a desenhar um grupo de alunos em cada faculdade especialmente interessado em participar activamente no Projecto Unidades. Os chamados “grupos Unidades” formados a partir destas primeiras iniciativas incluem alunos de vários anos e cursos, embora habitualmente se verifique a predominância de um curso e/ou de um ano relativamente a outros.

Entre Outubro e Dezembro de 1998, promoveram-se diversas iniciativas de formação, quer para os estudantes interessados quer para técnicos intervenientes nesta área e professores universitários, com especialistas internacionais na metodologia a utilizar. As sessões centraram-se na apresentação da metodologia e fundamentos teóricos da mesma e em questões práticas relacionadas com o “Trabalho de pares e a entre-ajuda na promoção da qualidade da vida quotidiana na universidade”.

Os resultados das avaliações efectuadas<sup>(6)</sup> permitem concluir que as acções foram em geral bem acolhidas junto dos diferentes públicos-alvo a que se destinaram. Foi possível determinar que a maioria dos intervenientes a este nível considerava que (a) era necessário abordar a questão da prevenção do abuso de substâncias psicoactivas em meio universitário; (b) a metodologia seleccionada parecia ser correcta e adequada; (c) todos os intervenientes sentiam necessidade de uma formação mais aprofundada nas matérias em questão.

Em Maio de 1999 realizou-se a primeira formação em regime de internato para os grupos de estudantes que manifestaram interesse e disponibilidade para aderir ao projecto após os debates em cada Faculdade.

As formações, com a duração de um fim-de-semana, centraram-se na aplicação de metodologias participativas em ciclos de jogos e reflexão, partindo da descoberta do eu para a descoberta do grupo e do potencial de entre-ajuda em cada um. Os principais objectivos destas sessões foram a constituição do espírito de grupo, a exploração de competências e limitações dos estudantes e a planificação do trabalho futuro. Foi privilegiado um clima de descoberta e de potencial lúdico da experiência que se foi ligando a questões concretas colocadas pelos estudantes. Estas formações envolveram um total de 71 estudantes: 16 da FPCE, 36 do ISCSP e 19 da FMH. Os resultados das avaliações, realizadas no final de cada fim-de-semana, foram extremamente positivos em termos da satisfação imediata sentida pelos estudantes. Numa escala de satisfação de 1 a 6, os aspectos relacionados com os vários aspectos da formação apresentaram valores médios, e com baixa dispersão, entre os 5,1 e os 5,8 e a percepção do nível a que os objectivos teriam sido atingidos entre os 4,3 e os 5,6. Foram ainda evidenciadas experiências muito positivas relativamente ao espírito de grupo criado e em termos da percepção da futura utilidade das experiências vividas, quer no que diz respeito ao desenvolvimento pessoal e curricular como ao nível da intervenção no meio universitário<sup>(7)</sup>.

### 5. Elaboração de um plano de trabalho para a implementação do projecto em cada Faculdade no ano lectivo 1999/2000.

No final de cada momento de formação, os grupos de

cada Faculdade elaboraram e apresentaram um plano de actividades a desenvolver durante o ano lectivo de 1999/2000.

## A segunda fase de implementação

O segundo ano lectivo, correspondente ao segundo momento de implementação do projecto piloto, os objectivos alargaram-se mais, quer em termos de número de participantes quer em termos de actividades a desenvolver e de orientação de parte das actividades de intervenção para comunidades exteriores à Faculdade/Instituto.

Cumpriram-se assim as seguintes etapas:

1. A organização de acções de formação no início do ano lectivo para trabalhar os temas introduzidos por cada grupo aquando da planificação das actividades a desenvolver e explorar de forma mais consistente e prática a metodologia da *entreeajuda*. Nesse sentido, em Setembro de 1999, realizou-se um segundo momento de formação para os grupos das 3 Instituições que tinham participado no primeiro momento de formação no ano lectivo anterior. Estas sessões contaram com a participação de 63 estudantes: 13 da FMH, 12 da FPCE e 38 do ISCSP. Foram ainda revistos os planos de actividades propostos aquando do primeiro momento de formação por forma a garantir uma intervenção equilibrada em termos de momentos fortes do ano e disponibilidade dos participantes, nomeadamente no que diz respeito às épocas de exames.

2. Organização de iniciativas dentro do plano de trabalho proposto: Acções dirigidas à integração de caloiros, formação interna do grupo, organização de debates, acções de mobilização da comunidade universitária (estudantes e professores), exploração de contextos de ajuda espontânea.

Foi ainda organizado um encontro científico com uma especialista Suíça subordinado ao tema “Emoções - materiais e estratégias de trabalho com adolescentes” que contou com a participação de 18 técnicos. No mesmo âmbito foi ainda organizado um *workshop* para os grupos de estudantes de cada uma das faculdades/instituições (26 participantes). A avaliação desta iniciativa permitiu verificar que o principal interesse dos técnicos situou-se ao nível dos novos materiais apresentados enquanto que o dos alunos situou-se nos pressupostos teóricos da metodologia de intervenção.<sup>(8)</sup>

3. Produção de materiais de formação: Iniciou-se a produção de um vídeo de suporte à formação na relação de *entreeajuda*. Esta produção envolveu um trabalho de preparação dos jovens que nele participaram devidamente orientada, ao longo de 3 meses, por uma técnica com larga experiência em expressão dramática e condução de actores. O material encontra-se, presentemente em fase de montagem.

4. Novo momento de formação em regime de internato com os objectivos de promover a coesão do grupo, melhorar a organização dos grupos/definir funções e planear o trabalho para o futuro. Os resultados mais significativos indicam a importância que os estudantes atribuíam à clarificação e redefinição de aspectos relacionados com a metodologia do projecto e com os objectivos globais de cada grupo. Em termos quantitativos, a média dos valores atribuídos a cada parâmetro da actividade não variou significativamente quer em relação a actividades semelhantes do ano de 1998 quer entre os participantes, mantendo-se assim a um nível muito elevado (superior a 5 numa escala de 1 a 6). Relativamente aos objectivos a atingir, as médias apresentam um ligeiro decréscimo relativamente a actividades semelhantes no ano de 1998 (valores superiores a 4,5 numa escala de 1 a 6) e também maior variabilidade entre os participantes. No entanto importa referir que não é possível concluir de forma linear relativamente a este decréscimo dado que os objectivos a atingir este ano são profundamente diferentes do que os que o projecto se propôs atingir nas formações do ano de 1998. Os principais aspectos positivos focados centram-se na coesão do grupo, na definição de estratégias para o futuro e na ligação a projectos/entidades externas, enquanto que os mais negativos se prendem com a qualidade da alimentação e com o reduzido período de tempo.<sup>(9)</sup>

5. Passagem da segunda fase do inquérito sobre as expectativas que se encontra actualmente em fase de execução e que permitirá, junto da população dos alunos do 1º ano das faculdades/institutos envolvidos no projecto piloto, (1) confirmar e/ou refinar as categorias de preocupações, inquietações e expectativas construídas a partir do inquérito anterior; (2) recolher opiniões sobre factores de risco e apoios disponíveis; (3) recolher percepções sobre a dimensão e características do (ab)uso de

substâncias psicoactivas em meio universitário; (4) Mobilizar e capacitar os grupos de estudantes constituídos em cada uma das faculdades/institutos para a recolha destes dados.

6. Abertura do Unicidade ao exterior a partir da formação no âmbito da monitorização de campos de férias para crianças precocemente inseridas no mercado de trabalho em estreita articulação com o Programa de Erradicação da Exploração do Trabalho Infantil – Ministério da Solidariedade e do Emprego. A avaliação dos formandos relativamente a esta iniciativa situou-se sempre num nível elevado com valores médios situados entre os 5,5 e os 4,5 numa escala de 1 a 6, para a maioria dos vários itens em questão – a formação em geral, os conteúdos, as condições – apresentando valores mais baixos no tocante à documentação distribuída (3,86) e à percepção sentida relativamente à aquisição de competências na área do planeamento (3,91) e da gestão (3,62) dos campos de férias.<sup>(10)</sup>

### Terceira fase de implementação

A terceira fase de implementação terá início no próximo ano lectivo e marcará a passagem do Unicidade à intervenção no terreno, que em termos de aprofundamento da intervenção dentro das instituições das faculdades piloto, como na comunidade mais alargada que cada instituição escolherá para intervir. Paralelamente, será o último ano do projecto piloto pelo que será organizada uma conferência para a partilha de experiências aos vários níveis de intervenção deste projecto.

### Conclusões

A experiência do projecto-piloto Unicidade foi um momento rico em levantamento de necessidades e estratégias de contactos com o grupo-alvo. Importava saber até que ponto a metodologia seleccionada e a abordagem proposta interessava aos estudantes do ensino superior. Parece-nos demonstrada a necessidade e o interesse de uma intervenção sistemática nesta área, quer pelos resultados das avaliações das iniciativas levadas a cabo quer pela adesão demonstrada pelos estudantes das Instituições do projecto piloto. De facto, já no final da segunda fase de

implementação se verifica que os grupos se mantêm, com poucas flutuações de participantes e a cumprir, embora de forma adaptada ao longo do ano, o plano de trabalho proposto.

Importa ainda referir algumas questões de carácter geral, ainda não avaliadas formalmente, mas que têm marcado a intervenção a este nível:

1. A questão da gestão do tempo é um tópico importante no trabalho com este grupo-alvo. Verifica-se que muitas das actividades propostas têm dificuldades de realização por questões que se prendem com a distribuição dos tempos lectivos ao longo do dia e da semana e com as épocas de avaliação.

2. Verificam-se as diferentes Instituições, expressam diferentes interesses quer em termos de tipos de intervenção quer relativamente à forma como aderem aos diferentes momentos ao longo da formação. É também interessante verificar que os diferentes grupos apresentam diferentes abordagens à organização do seu próprio trabalho: enquanto que alguns assumem claramente a responsabilidade pela dinamização e implementação do seu plano de trabalho, outros apresentam uma postura mais passiva esperando directrizes e linhas de orientação mais concretas por parte da equipa de supervisão do projecto Unicidade. A constante solicitação de aprofundamento da sua própria formação, verificada nos questionários de avaliação de diversas iniciativas, denota por um lado a motivação de aprender para intervir e a necessidade de aquisição de conhecimentos e competências que serão úteis na sua integração profissional no seu meio mas denota também alguma insegurança.

3. A forma como cada grupo planeou e implementou diferentes actividades, permite verificar a flexibilidade da metodologia proposta no sentido de responder a diferentes necessidades sentidas de forma diferente por diferentes grupos. Este projecto vai sendo construído à medida do interesse dos próprios intervenientes. ■

*Catalina Pestana  
Faculdade de Motricidade Humana  
Estrada da Costa  
1499 Lisboa Codex*

---

Notas

(1) The Commission on Substance Abuse at Colleges and Universities, *Rethinking rites of passage: substance abuse at colleges and universities*, The National Center on Addiction and Substance Abuse, Columbia University, June 1994

(2) Mourão, V. & Torgal, J. citados em: IPDT, *Relatório nacional sobre o fenómeno da droga e da toxicoddependência* – 1998, Lisboa 1999

(3) O Projecto Unicidades é apoiado pelas seguintes instituições: Serviço de Prevenção e Tratamento da Toxicoddependência do Ministério da Saúde, Programa Nacional de Prevenção da Toxicoddependência - Projecto VIDA, Serviços de Acção Social da Universidade Técnica de Lisboa e Câmara Municipal de Oeiras

(4) Carta de Promoção da Saúde (Otava, 1986), citada em Bovais, Martine *La prévention par les pairs*, Lausanne e Lisboa, 1998

(5) OMS, 1993, citada em Bovais, Martine *La prévention par les pairs*, Lausanne e Lisboa, 1998

(6) Projecto Unicidades, *Avaliação das iniciativas promovidas pelo prof. Jacques Limoges no âmbito do projecto Unicidades*, Relatório interno, 1999

(7) Projecto Unicidades, *Formação dos grupos Unicidades – primeira fase*, Relatório interno, 1999

(8) Projecto Unicidades, *Avaliação das iniciativas promovidas pela prof.ª Martine Bovay no âmbito do projecto Unicidades*, Relatório interno, 2000

(9) Projecto Unicidades, *Formação dos grupos Unicidades – segunda fase*, Relatório interno, 2000

(10) Projecto Unicidades, *Relatório da formação PEETI*, Relatório interno, 2000