

# Prevenção do Uso/Abuso de Substâncias Psicoativas (SPA)



**FAMÍLIAS**

**DE EDUCAÇÃO**

**ENCARREGADOS**

**DÚVIDAS?**

**COMO ABORDAR? COMO AGIR?**

**COM QUEM FALAR?**

NA ADOLESCÊNCIA, A PROCURA DE NOVAS EXPERIÊNCIAS LEVA, POR VEZES, A CONSUMOS DE ÁLCOOL E/OU DE OUTRAS SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS, QUE PODEM COMPROMETER:

O desenvolvimento ao nível biológico	Interrompendo ou prejudicando a sua maturação
O desenvolvimento ao nível psicológico	Envolvendo os adolescentes em situações relacionais e comportamentais, com consequências imprevisíveis
A inibição da percepção do risco	Deteriorando as capacidades dos adolescentes para avaliar as consequências das suas ações, favorecendo o envolvimento em comportamentos de risco

## Escute os seus educandos atentamente

Para além da família, é também no grupo de amigos que o seu educando se sente compreendido e seguro. Conhecer o grupo de amigos é uma oportunidade para descobrir os seus interesses, as suas dificuldades e as relações que estabelece

Escute-o **atentamente**, é importante ouvir o que têm para dizer. Mostre que está sempre **disponível** para falar ou responder às suas questões.

## Esteja atento, alerta ...

- Alterações bruscas de humor,
- Desmotivação e apatia acentuada,
- Isolamento e secretismo excessivos
- Dificuldades inesperadas e acentuadas de atenção, concentração, memória e raciocínio
- Quebra de rendimento escolar



# Alguns sinais a ter em conta...

- Atrasos frequentes na escola
- Gastos inexplicáveis de dinheiro
- Frequentes e insistentes pedidos de dinheiro
- Frequentes “desculpas” sobre objetos “perdidos” e “roubados”,
- Posse de mortalhas, filtros de cigarro.

## A ESCOLA PODE APOIAR, ORIENTAR E ESCLARECER



Na Escola existe um **GRUPO DE REFERÊNCIA** disponível para apoiar orientar ou esclarecer qualquer questão relacionada com o consumo de substâncias psicoativas. **Fale com o professor responsável pela turma.**

O GRUPO DE REFERÊNCIA DA ESCOLA, pode:

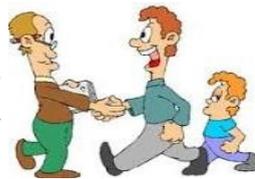
- Esclarecer e desmistificar dúvidas sobre o consumo de SPA;
- Disponibilizar informação/formação sobre aspetos ligados ao consumo de SPA;
- Disponibilizar apoio e orientações na forma de lidar com eventuais situações de consumo - Procedimentos
- Coordenar as atuações com os diretores de turma e outros agentes socioeducativos;
- Articular com as instituições de encaminhamento—Saúde Escolar do Centro de Saúde (ACES) de zona e Equipa de Prevenção da DICAD (faz a ponte com a Equipa de Atendimento/Tratamento de Adolescentes/ Jovens)

**Partilhe as suas dúvidas**  
**AGIR PODE FAZER TODA A DIFERENÇA**



## INFORMAÇÕES IMPORTANTES

- O consumo e posse de tabaco, álcool, cannabis e de outras substâncias psicoactivas ilícitas não são permitidos no espaço físico da escola.



## LEI PORTUGUESA FACE ÀS SPA

- A venda e o consumo de tabaco só é permitida a partir de 18 anos;
- A venda e o consumo de álcool só é permitido a partir dos 18 anos ;
- O consumo de cannabis (haxixe, erva, marijuana, pólen, bolota, ganza, charro, etc.) e de outras substâncias psicoactivas ilícitas é proibido em Portugal;
- O tráfico de substâncias psicoactivas ilícitas em Portugal é considerado crime (prisão a partir de 16 anos de idade e Lei Tutelar de Menores)



### VERDADES ...

O HAXIXE PROVOCA DEPENDÊNCIA

OS EFEITOS DO ÁLCOOL NO CORPO DA MULHER SÃO DIFERENTES AOS EFEITOS DO ÁLCOOL NO CORPO DO HOMEM

FUMAR UM CIGARRO PROVOCA UM AUMENTO DO RITMO CARDÍACO E DA TENSÃO ARTERIAL.

### ... E MITOS

O HAXIXE OU A ERVA FAZ MENOS MAL QUE O TABACO

O ÁLCOOL DESINIBE

TER NECESSIDADE DE FUMAR UM CIGARRO POR DIA SIGNIFICA ESTAR DEPENDENTE DA NICOTINA

## ONDE PROCURAR AJUDA

NA ESCOLA: CONTACTAR O DIRETOR DE TURMA OU GRUPO DE REFERÊNCIA

**PARCEIROS DA SAÚDE:** DIVISÃO DE INTERVENÇÃO NOS COMPORTAMENTOS ADITIVOS—ARSLVT—E SAÚDE ESCOLAR DO ACES DE ZONA: SITE: [WWW.ARSLVT.MIN-SAUDE.PT](http://WWW.ARSLVT.MIN-SAUDE.PT)

LINHA DE APOIO DO SICAD—**Linha Vida - SOS Droga 1414** (DE 2.ª FEIRA A 6.ª FEIRA DAS 10:00 ÀS 18:00) - *anónimo, gratuito e confidencial*— podem ligar a tirar dúvidas sobre como lidar com o seu filho e caso de consumo de substâncias psicoactivas no imediatos e encaminhar para recursos de saúde da zona