

Conferência “**Diz não ao álcool e às drogas**”.



**O Hospital “desceu à Rua”**

A educação para a saúde, em contexto comunitário, para além dos muros hospitalares, tem sido reconhecida, pelo Serviço de Gastrenterologia e Hepatologia (SGH) do Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte, como uma missão a cumprir numa área complexa, fundamental e prioritária para o desenvolvimento de competências promotoras de saúde nos cidadãos, dentro de um tecido social cada vez mais complexo e em constante mudança. Para este Serviço, a promoção da saúde através da educação e da adoção de estilos de vida saudáveis, constituem aspetos relevantes para a vida em sociedade.

Tal visão permitirá dotar os cidadãos dos conhecimentos, capacidades, atitudes e valores, que ajudam a desenvolver em cada um a capacidade de interpretar o que acontece no dia-a-dia.

O objectivo será incorporar atitudes e/ou comportamentos adequados para a melhoria da sua qualidade de vida, nomeadamente nos seus projetos de saúde e de bem-estar.

Dando expressão a essa filosofia de atuação, no pretérito dia 22 de Maio deslocou-se uma equipa do Serviço de Gastrenterologia e Hepatologia do CHULN, ao Centro Cultural de Samora Correia para uma Conferência sobre o tema “**Diz não ao álcool e às drogas**”.

A equipa era constituída por oito elementos: Prof. Rui Tato Marinho (conferencista), Dra. Paula Ferreira, Dr. David Barreira (Psicólogo), Enfermeira Elza Alpalhão, e as assistentes administrativas Dina Filipa, e Paula Guerreiro (mentora e organizadora

do projeto), José Carlos Lima (Gabinete de Comunicação/ reportagem fotográfica) e o eficiente e simpático José Henriques (motorista).



O público-alvo desta Conferência, era constituído por cerca de 630 alunos do agrupamento das Escolas de Samora Correia/ Porto Alto, com as idades compreendidas entre os 13 e 16 anos, tendo sido realizadas três sessões com a duração de cerca de uma hora cada. O modelo seguido foi procurar intensa interatividade e troca de ideias numa filosofia de "Edutainment". É de salientar a excelente colaboração dos jovens e dos seus professores. Os preletores eram frequentemente interrompidos com palmas traduzindo a boa disposição. Foi uma experiência fantástica para todos os elementos da equipa!

O impacto das dependências alcoólicas e do tabagismo, na sociedade portuguesa tem uma dimensão muito importante, não só pelas implicações físicas que provocam no próprio, quer a nível social, económico e familiar.

No caso do alcoolismo existem inclusive "efeitos diretos e indiretos por causa da sinistralidade e da criminalidade associada a esta adição."

Para o Diretor do SGH, Prof. Rui Tato Marinho, o estreitamento de relações de proximidade com a comunidade envolvente ao hospital, são fundamentais e, foi com grande entusiasmo que concretizaram o projeto apresentado pela Paula Guerreiro, de realizar uma conferência, junto à comunidade estudantil, versando a problemática muito atual e pertinente, sobre o efeito do álcool e do tabaco, nas camadas mais jovens da população. *"Não nos podemos esquecer que este tema é a principal causa de morte neste grupo etário. Queremos salvar vidas".*

Aproveitar para deixar um voto de saudade pelo nosso Amigo Zé Pedro dos Xutos e Pontapés que nos acompanhou em várias e múltiplas conferências deste cariz. Era um comunicador nato e, ao mesmo tempo, uma Estrela de grande empatia.



De acordo com as suas palavras, *"Entendemos que o Hospital deve-se ligar e deslocar à comunidade (point-of-care). Temos uma missão a cumprir, de informar de forma séria, procurando sempre trazer valor acrescentado e fazer a diferença na vida das pessoas, contribuindo para uma sociedade mais saudável e com melhor qualidade de vida e também salvando vidas fora do Hospital.*

*Os jovens são nossos potenciais utentes e estão em risco de se tornarem dependentes do álcool e outras drogas se o consumo se iniciar de forma excessiva antes dos 18 anos.*

*Os temas abordados versavam sobre o consumo excessivo de álcool, designadamente o binge/bebedeiras e as suas consequências associadas: morte por acidentes de viação, incapacidade permanente, sexo de risco e não consentido, perda de domínio do próprio corpo e mente, morte súbita, suicídio, etc.*

*Reforçou-se a mensagem com a ideia-chave dos 0,2 mg/L, taxa de alcoolemia correspondente à ingestão de uma bebida padrão, a ameaça das mensagens publicitárias e o elevado risco de dependência com as intoxicações alcoólicas a agudas iniciadas pelos 14-15 anos. O Binge-Drinking (bebedeiras) mata e pode deixar marcas para o futuro (acidentes, sexo não consentido e desprotegido, coma, etc)*

*Foi para nós muito gratificante o ambiente que se viveu nas 3 sessões, sempre muito alegre e colaborante. Os alunos eram fortemente participativos, muito atentos,*



*recorrendo com frequência às palmas, reforçando a grande adesão à importância da nossa mensagem, num ambiente de intensa interatividade."*

Finalizando este testemunho, o Prof. Tato Marinho confidenciou-nos de uma forma entusiasmada, *"Este foi mais um passo dado pelo SGH na sua contribuição para a excelência da educação e promoção da saúde, onde fomos sempre recebidos de uma forma extraordinariamente positiva, em cada uma das sessões realizadas, nesta manhã dedicada a estreitar, cada vez mais, os laços com as diversas comunidades envolventes ao Hospital. "*











