

Escolas livres de tabaco

No passado dia 1 de Janeiro entrou em vigor a Lei nº 37/07, destinada à protecção da exposição involuntária ao fumo do tabaco. Nos estabelecimentos de ensino é actualmente proibido fumar, inclusivamente nas áreas ao ar livre dos mesmos. A venda de produtos de tabaco é também proibida nestes locais. Por outro lado, é expressamente proibida a venda de tabaco a menores de 18 anos, seja qual for o local.

Tal como na maioria dos países, em Portugal o consumo de tabaco é uma das principais causas de morbilidade e mortalidade evitáveis, nomeadamente cancro, doenças cardiovasculares e doenças respiratórias, seja ao fumador, seja a quem se encontra exposto ao fumo ambiental do tabaco, o denominado fumador em segunda mão ou passivo. Além de contribuir para a redução da longevidade, quando consumido na infância e adolescência tem consequências imediatas, sendo lesivo para a maturação e funções pulmonares, contribuindo para agravar ou dificultar o controlo da asma, diminuir o rendimento físico e alterar a composição do sangue quanto ao colesterol. Entre 2002 e 2006, num estudo efectuado em Portugal Continental em jovens escolarizados (6º, 8º e 10º anos), assistiu-se a uma redução de 4% na percentagem de jovens que experimentaram tabaco (um terço dos alunos), bem como uma redução no consumo, tanto nos rapazes como nas raparigas.

Um estudo realizado o ano passado numa escola com os 2º e 3º ciclos básicos de ensino no centro do Porto foi de encontro aos dados nacionais e europeus. A grande maioria dos fumadores, fumava na companhia dos amigos. Podem-se dividir as estratégias de prevenção e controlo de tabagismo naquelas destinadas a promover a cessação tabágica, a criar e manter ambientes livres de fumo de tabaco e a reduzir a iniciação do consumo.

Uma das razões para intervir a nível da iniciação do consumo do tabaco na população escolarizada prende-se com o facto de se saber que as pessoas que começam a fumar mais cedo correm um risco superior de se tornarem dependentes do que os que começam em idades mais tardias. Por outro lado, o consumo de tabaco nos jovens, tal como nos adultos, está associado ao consumo do álcool e outras drogas, pelo que ao intervir na prevenção de um consumo lícito é possível intervir noutros consumos, lícitos ou ilícitos (é raro não fumadores consumirem drogas aditivas).

Estando em vigor o enquadramento legal que não permite na escola, e à sua volta, fumar, vender, publicitar e comprar tabaco, podem os professores e equipas de saúde escolar concentrar-se na integração das temáticas de prevenção de tabaco nos planos curriculares (que existem desde o 1º ciclo ao secundário), utilizando técnicas de formação contínua, formais e não formais, que recorram a linguagens mais próximas dos jovens, colaborando as equipas de saúde na formação de professores com competências na área do tabagismo e com elaboração conjunta de projectos de prevenção de tabagismo com utilização da metodologia de projecto e técnicas activas.

Alguns dos programas realizados em Portugal têm demonstrado um aumento da experimentação no término do programa ? eventualmente justificada pela abordagem do tema ? mas uma diminuição da percentagem de adolescentes fumadores a médio prazo.

A Direcção-Geral de Saúde aponta como um caminho possível a elaboração de projectos de consumo de substâncias lícitas, que abordem simultaneamente o tabaco, álcool e medicamentos, com a contemplação de quatro vertentes fundamentais: definição clara de políticas no contexto escolar, criação de um ambiente escolar promotor de saúde e preventivo do uso de substâncias, actividades educativas e de desenvolvimento de competências que permitam ao indivíduo adoptar comportamentos e criar condições que conduzam à saúde, e desenvolvimento de serviços específicos com o apoio da saúde escolar.

Voltaremos a abordar esta temática no futuro.

Nuno Pereira de Sousa