

37% dos estudantes universitários admitem ter bebido demais

Lisboa. Consumos de álcool e de canábis estão muito acima dos da população geral na mesma faixa etária, revela estudo com 3327 alunos das universidades Clássica e Técnica

PATRÍCIA JESUS

Trinta e sete por cento dos alunos da Universidade de Lisboa assumiram ter bebido demais – cinco ou mais copos na mesma ocasião, o chamado *binge drinking* – nos trinta dias anteriores, em resposta a um inquérito realizado em dezembro passado. Esta percentagem é o triplo da população geral e ilustra uma tendência nos consumos de álcool e das chamadas drogas leves nos universitários: estão bem acima dos dos outros jovens na faixa etária correspondente.

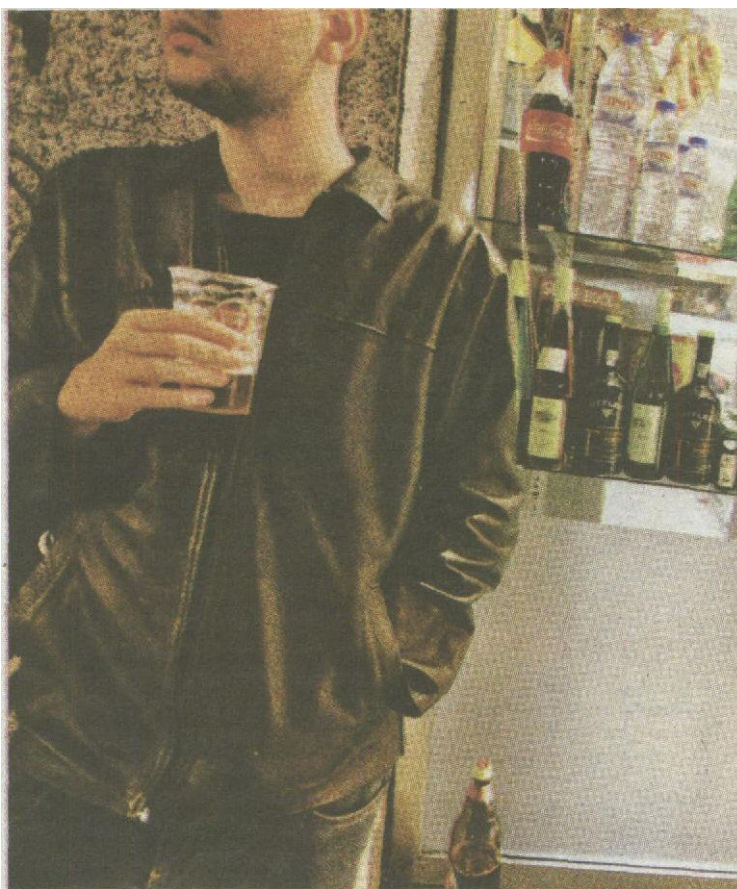
“Na minha experiência há sempre alguém, uma vez por festa, que se excede e que nos obriga a chamar os serviços de emergência”, conta o presidente da Associação Académica da Universidade de Lisboa, André Machado, confirmando que os dados do estudo Consumos e Estilos de Vida no Ensino Superior, revelados ontem, vêm ao encontro da realidade que conhece.

O estudo, baseado em 3327 inquéritos, mostra que o consumo de álcool também é superior ao da população geral dos 15 aos 34 anos: 72,6% disseram ter bebido no mês anterior, contra 47,7% no inquérito nacional ao consumo de substâncias psicoativas. Quanto às chamadas drogas leves, 40% disseram já ter consumido canábis. Mais uma vez uma percentagem superior à da população na faixa etária correspondente, que é de 14,8%, nota o presidente do Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e Dependências (SICAD), João Goulão.

Também o número do consumo atual de canábis – nos últimos 30 dias – ronda os 11% nos universitários, bem acima dos 2,9% da população geral. São dados significativos, realça João Goulão, embora considere que nesta fase não é possível avançar com explicações para as diferenças entre universitários e o resto da população.

Para o presidente do Conselho Nacional de Juventude (CNJ), Ivo

Santos, o estudo mostra que “grande parte das práticas menos saudáveis já existiam antes da entrada no ensino superior, mas agravaram-se na universidade”. A prevenção tem, por isso, de começar logo no ensino básico e secundário. Até porque ainda há muita ignorância. “É preocupante que 25% dos jovens que responderam ao inquérito considerem que a canábis é pouco ou nada prejudicial para a



15% acham que não faz mal conduzir depois de três cervejas

saúde.” Ou que 15% achem que não faz mal conduzir depois de três cervejas. “Não queremos fazer nenhuma caça às bruxas, mas é importante compreender a realidade para poder minimizar os consumos nocivos.”

Outra conclusão do estudo é que “os estudantes de contextos socioeconómicos mais desfavorecidos e os que estão deslocados de casa tendem a ter estilos de vida menos saudáveis, da alimentação aos consumos de substâncias”, diz Ivo Santos.

Aliás, 53,7% dos jovens disseram que o seu estilo de vida se tornou menos saudável após a entrada na universidade, nota André Machado. O jovem reconhece que as associações de estudantes “têm de repensar aquilo que é a sua responsabilidade social”, nomeadamente na

promoção de festas. “Não vamos deixar de fazer festas, mas precisamos de repensar o seu funcionamento e a política de preços, dos bilhetes e do álcool.”

Também Ricardo Morgado, presidente da Associação Académica de Coimbra, reconhece os excessos cometidos por alguns estudantes, nomeadamente nos eventos e festas académicas. E considera que compete também às associações sensibilizar e alertar os alunos para os riscos dos consumos de álcool e substâncias ilícitas.

SENSIBILIZAÇÃO

Projeto para envolver associações

› O estudo Consumos e Estilos de Vida no Ensino Superior surgiu no âmbito

do projeto Com Sumos Académicos, coordenado pelo Conselho Nacional de Juventude. A ideia inicial foi mobilizar as associações de estudantes para a importância dos estilos de vida saudáveis, mas no ano passado decidiu avançar-se com um estudo-piloto para conhecer melhor as práticas e consumos, em parceria com o Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e Dependências e o Instituto de Ciências Sociais. Foram feitos 3327 inquéritos online a alunos do primeiro ciclo e mestrandos integrados da Universidade de Lisboa, quase 10% do total da instituição.

RETRATO

Consumos comuns em casa e na noite

› A canábis é a droga de eleição dos universitários: 40% já experimentaram, percentagem muito superior aos dos que já usaram as chamadas smart drugs (5,4%), anfetaminas (3,3%) ou cocaína (2,5%). Nos casos da canábis, das smart drugs e da cocaína, os jovens consomem sobretudo em casa, própria ou de amigos, e nas saídas à noite. As anfetaminas são mais comuns em ambiente de festa, das festas trance às raves.



Almoços em casa ou na cantina

› São sobretudo os rapazes, os mais jovens, deslocados da sua área de residência e que vivem sozinhos ou com amigos a almoçar nas cantinas. A maioria (38,7%) come em casa durante a semana e cerca de 23% nas cantinas. 14% consideram que a sua alimentação não é muito boa, por oposição aos 68,7% que dizem ter uma alimentação razoavelmente boa ou muito boa (17,3%). Há 30% que nunca comem fast food.



60% não fazem exercício regular

› Só 40% dos jovens que responderam ao inquérito praticam alguma atividade física regularmente, sendo mais comum entre os homens do que entre as mulheres. A atividade mais comum é ir ao ginásio. Quanto ao descanso, o défice de sono é relativamente comum durante a semana e compensado ao fim de semana. Mais de metade disse que o seu estilo de vida se tornou menos saudável após a entrada na faculdade.



Data: 25.09.2013

Título: 37% dos estudantes universitários admitem ter bebido demais

Pub:
Diário de Notícias

Tipo: Jornal Nacional Diário

Secção: Nacional

Pág: 20

Jogos só na consola ou no computador

› A grande maioria (86%) dos estudantes universitários não tem o hábito de jogar a dinheiro, embora um pequeno número (1,4%) o faça pelo menos uma vez por semana em apostas na Internet, enquanto 1,1% apostam em jogos de cartas ou dados. Quanto aos outros jogos, preferem os de vídeo e de computador ou consola (17,2% e 12,4% jogam pelo menos três dias por semana respetivamente).

