

SÉRIE **Por
dentro do
assunto**

Drogas: Cartilha para educadores





**Drogas:
Cartilha para
educadores**

Presidenta da República

Dilma Rousseff

Vice-Presidente da República

Michel Temer

Ministro da Justiça

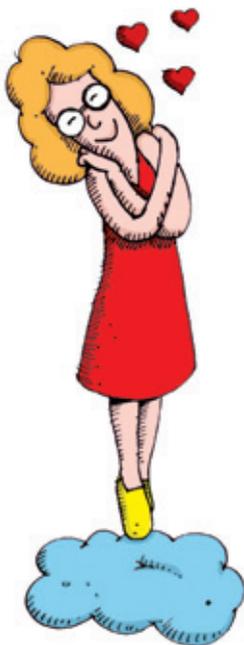
José Eduardo Cardozo

Secretário Nacional de Políticas sobre Drogas

Vitore André Zílio Maximiano



Ministério da Justiça
Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas



Drogas: Cartilha para educadores

2ª edição - 6ª reimpressão
Brasília, DF - 2013

SÉRIE
Por dentro do assunto

Copyright © 2011
Secretaria Nacional de
Políticas sobre Drogas
Disponível em: www.senad.gov.br
Tiragem: 75.000 exemplares
Impresso no Brasil

2ª Edição - 6ª reimpressão
Secretaria Nacional de
Políticas sobre Drogas

Endereço para correspondência:
Esplanada dos Ministérios, Bloco T,
Anexo II, 2º andar, sala 205.
Brasília DF. CEP 70064-900

Conteúdo e Texto original
Beatriz H. Carlini, MPH, PhD

Adaptação para esta edição
Secretaria Nacional de
Políticas sobre Drogas

Projeto Gráfico
Lew Lara

Ilustração
Toninho Euzébio

Diagramação
Ponto Dois Design Gráfico
Bruno Soares

Dados internacionais de catalogação na publicação (CIP)

362.29
B823d

Brasil. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas.

Drogas : cartilha para educadores / Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas ; conteúdo e texto original : Beatriz H. Carlini. – 2. ed. 6. reimpr. – Brasília : Ministério da Justiça, 2013.

48 p. : il., color. – (Série Por dentro do assunto)

1. Toxicologia. 2. Toxicomania. 3. Educador. I. Carlini, Beatriz H. II. Título. III. Série.

CDD

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca do Ministério da Justiça

Apresentação

Os novos tempos de governo, marcados pela ênfase na participação social e na organização da sociedade, valorizam a descentralização das ações relacionadas à prevenção do uso de drogas e à atenção e reinserção social de usuários e dependentes.

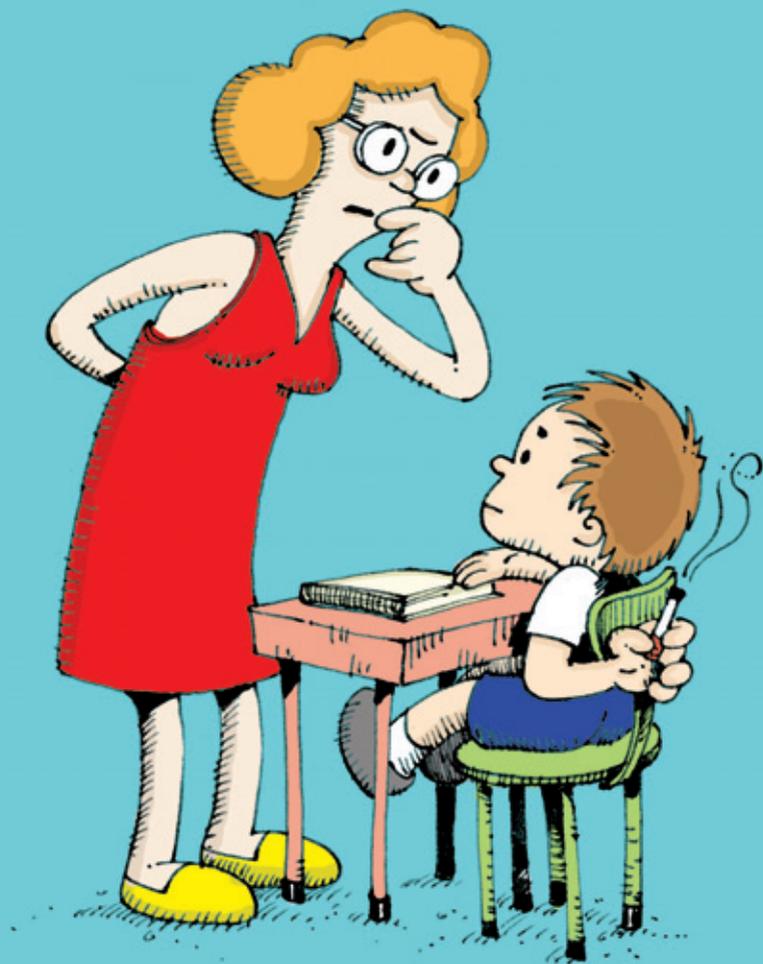
No desenvolvimento de seu papel de coordenação e articulação de ações voltadas a esses temas, a Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas apresenta a Série “Por Dentro do Assunto”, com o objetivo de socializar conhecimentos dirigidos a públicos específicos.

Esta série, construída com base nas necessidades expressas por múltiplos setores da população e em conhecimentos científicos atualizados, procura apresentar as questões de forma leve, informal e interativa com os leitores.

A iniciativa é norteada pela crença de que o encaminhamento dos temas de interesse social só será efetivo com a aliança entre as ações do poder público e a sabedoria e o empenho de cada pessoa e de cada comunidade.

Acreditamos estar, dessa forma, contribuindo com a nossa parte.

Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas

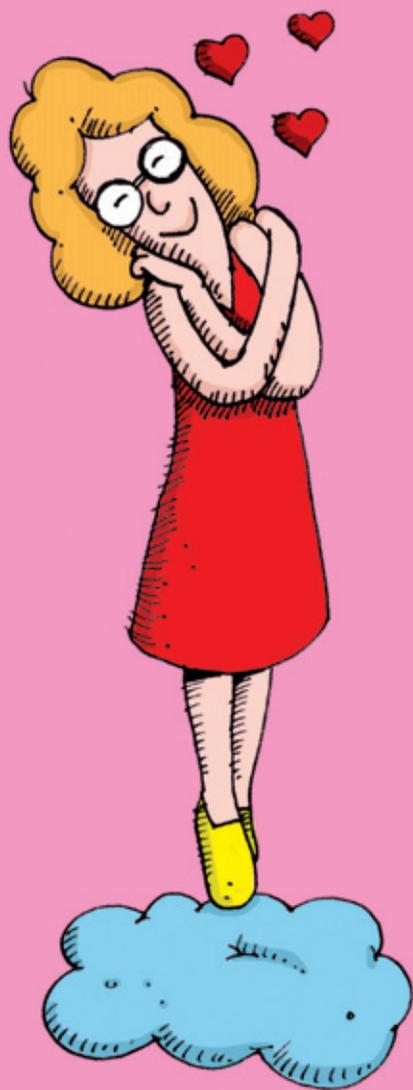


Cartilha para educadores

Educadores de ensino fundamental e médio são, cada vez mais, cobrados pelos pais de alunos, direção da escola e pela opinião pública para abordarem a questão das drogas em sala de aula, e para saberem lidar de modo efetivo com alunos que necessitam atenção especial nessa questão.

Se você é um desses educadores sob pressão, sabe que a tarefa não é fácil. E que, na maioria dos casos, você e seus colegas estão fazendo o que é possível, sem que tenham oportunidade de realmente planejar ações e discutir projetos mais estruturados na área.

Esta cartilha se propõe a oferecer subsídios teóricos e práticos para que seus esforços sejam mais alinhados com o que as pesquisas científicas têm apontado como mais eficaz no campo da prevenção do consumo de drogas na escola.



Faça as pazes com você mesmo(a)

Parte da ansiedade do educador sobre o que fazer em sala de aula e na escola como um todo, quando o assunto é drogas, vem do fato de que esse tópico não fez parte de sua formação profissional, é um conteúdo completamente ignorado na maioria dos cursos que habilitam educadores. Mesmo assim, é frequente se observar educadores sentindo-se culpados, tentando explicar, meio na defensiva, o fato de não terem muito claro o que fazer com esse assunto.

Uma primeira consideração a fazer sobre a questão de como lidar com o tema drogas no seu cotidiano profissional é estar ciente de que a falta de clareza sobre como agir não é fruto de uma dificuldade pessoal sua ou de problemas na sua formação acadêmica, mas o retrato não retocado de uma realidade que todos gostaríamos que fosse diferente.

Admitido esse fato, não há porque se defender da pressão para que você “faça alguma coisa”, organizando atividades nas quais você não acredita. Exemplo disso são as palestras que, uma vez por ano, alertam para os perigos das drogas, mas não conseguem estabelecer um diálogo realmente franco com os adolescentes.



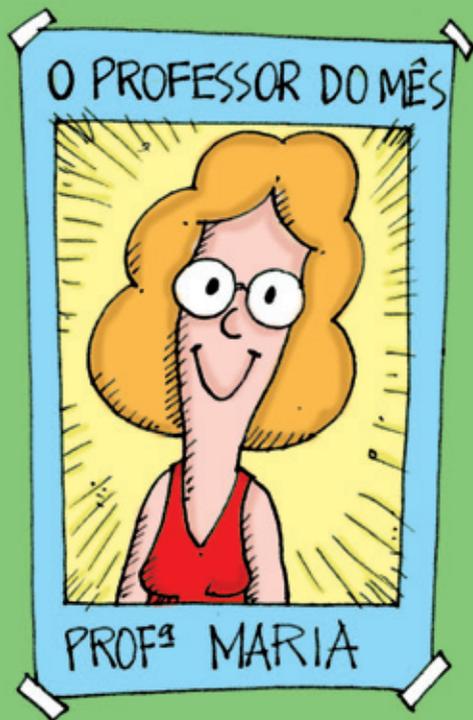
Palestras: se não der para evitar, tente melhorá-las

Há pouca polêmica entre cientistas que fazem pesquisa sobre prevenção: convidar palestrantes, uma ou duas vezes por ano, para falarem na escola não tem o menor efeito na mudança de comportamento, ou mesmo de visão dos estudantes em relação às drogas. O principal efeito dessas iniciativas é apaziguar a consciência dos adultos, que pensam que estão fazendo algo positivo.

Mas, às vezes, por mais que você argumente que esses eventos não valem a pena, eles vão ocorrer.

Aqui vão algumas dicas para que as palestras não sejam esforço, dinheiro e tempo completamente perdidos:

- Prepare seus alunos primeiro: envolva-os em discussões de grupo para organizar dúvidas e comentários, fazer depoimentos ou analisar artigos de jornais ou revistas. Estimule o pensamento crítico em relação ao assunto nessas discussões. Muitos adolescentes só vão ser sinceros se houver estímulo e sensação de que eles serão aceitos mesmo se tiverem opiniões diferentes.
- Depois da palestra, faça uma discussão em classe e convide-os a escrever um parágrafo de crítica do evento, analisando os pontos positivos e negativos. Uma idéia é que eles escrevam sem ter que assinar o nome e que troquem as críticas entre si. Eles poderão ler o que acharam do evento com sinceridade, sem medo de ter sua identidade revelada.
- O deboche deve ser tratado com neutralidade, mas críticas bem construídas são dignas de respostas. Tente envolver os alunos na procura de respostas.



O ideal e a realidade

Além do desconforto de ser acusado de não ter o conhecimento que não lhe foi oferecido, o educador enfrenta uma série de desafios. Todos sabemos que o professor não é pai, nem mãe, polícia ou médico. Mas na prática, muitas vezes, o educador vai responder a situações que lembram esses papéis sociais.

O professor é modelo de referência para o jovem e, como tal, seria desejável que não bebesse, não fumasse, tivesse alimentação adequada, se exercitasse regularmente, fosse ponderado, justo e bem disposto. Mas na prática... bem, na prática todos nós, adultos, batalhamos para ser seres humanos melhores, mas continuamos fumando e comendo muito, comportamentos que são em geral visíveis aos alunos.



Como posso abordar a questão das drogas com meus alunos se sou fumante?

Adolescentes não vão poupar um professor que prega uma vida saudável e não consegue manter sua própria saúde. Os comentários são bem previsíveis: “como é que ele(a) quer discutir vida saudável e uso de drogas se, quando sai da escola, corre para acender um cigarro?”

As pesquisas sugerem que há uma saída, tanto para pais como para professores tabagistas: admitir o uso e contar as dificuldades para mudar. Compartilhar a trajetória e dizer que teria sido bom se tivesse oportunidade de repensar seu hábito de fumar antes de ter se tornado dependente, etc.

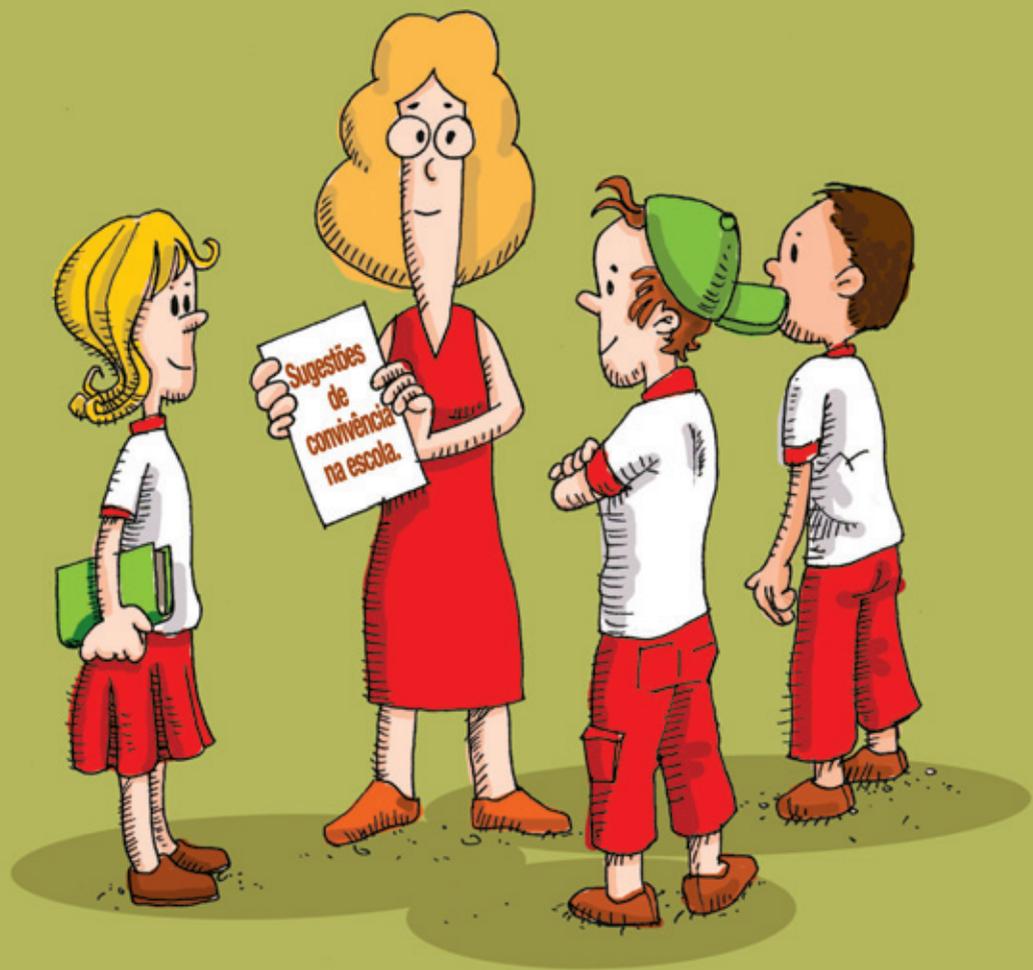
Se esse é o seu caso, tente. Não fique na defensiva, tentando esconder o óbvio. Você pode ter surpresas boas.

Ciente desse fosso entre o que é possível e o que é desejável, esta cartilha descreve princípios de prevenção e oferece algumas reflexões sobre como agir mesmo que a prevenção ideal esteja longe de ser alcançada. O objetivo é convidar o educador a agir, tirá-lo da dificuldade causada por não poder oferecer o projeto exemplar. Como diz o ditado: “Evite tornar o ótimo o maior inimigo do bom”.



Prevenção ao abuso de drogas na escola: o que você pode fazer?

O educador pode contribuir para prevenir o abuso de drogas entre adolescentes de duas formas básicas: incentivando a reflexão e a adoção de medidas na própria escola onde trabalha e atuando diretamente com seus alunos, na sala de aula.



Trabalhando com a escola

A - Criando regras claras de convivência

Muito mais eficaz do que trazer pessoas de fora da escola para falar com os alunos é promover discussões internas para definir regras e o papel dos diferentes agentes da comunidade escolar para tratar a questão do consumo de drogas entre seus alunos.

Esta iniciativa contribui para melhorar a convivência, dá parâmetros claros a pais e alunos, diminui o campo das incertezas numa área tão difícil de tomar decisões.

O modo concreto de se fazer isso pode variar, mas abaixo estão sugeridas **algumas questões para ajudar a refletir**:

- Profissionais da escola podem se reunir, antes de levar a discussão para os alunos, produzindo um consenso mínimo sobre o assunto: Quais são as leis e regras sobre o fumo dentro da escola? Bebida alcoólica nas redondezas da escola é tolerável? E em festas promovidas pela escola? Qual é o procedimento recomendável para o educador que tem evidências de uso de drogas entre seus alunos, ou mesmo de tráfico? Para quem/onde recorrer? Quais serão as medidas tomadas no caso de as regras estabelecidas não serem cumpridas? O que será comunicado aos pais? O que será de responsabilidade da escola?

- Colocar esse consenso em um documento escrito, aprovado pelos profissionais da escola, mas ainda em caráter provisório. Isso porque ainda falta envolver pais, alunos e a comunidade próxima à escola nesse processo.

Comunidade próxima, aqui, significa bares, padarias, pontos de taxi, bancas de jornais, papelarias e residências vizinhas à escola. Essa comunidade que rodeia a escola interage com alunos e pode, potencialmente, vender cigarros e bebidas a seus alunos pelo simples fato de nunca ninguém da escola ter ido lá para trocar idéias e pedir limites nessa prática. A vizinhança também pode ajudar a proteger os alunos, avisando a escola se algum aluno estiver envolvido em uso ou comércio ilegal de drogas, estiver sob o efeito de drogas e em risco.

Pesquisas têm sugerido que há uma tendência da comunidade escolar em ignorar o contato com a vizinhança e deixar de lado aliados importantes na garantia da segurança, da saúde e da proteção de seus alunos.

Serviços de saúde, clubes, associações comunitárias, ONGs, empresas e igrejas também podem ser instituições essenciais nas relações da escola com a comunidade com o objetivo de diminuir os riscos de uso indevido de drogas pelos alunos.

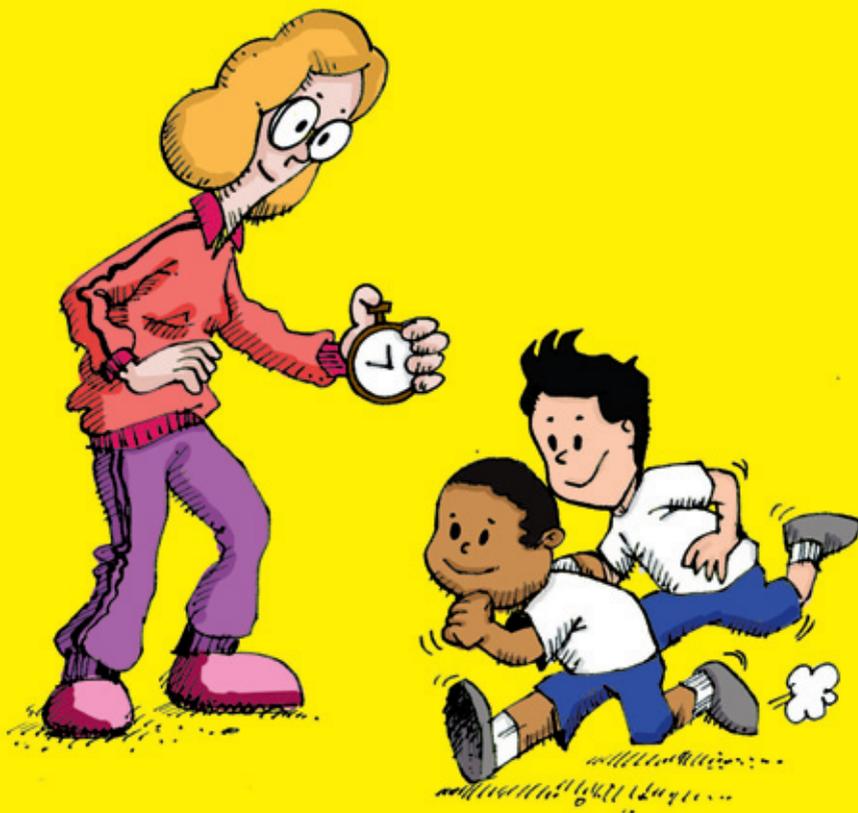
- Consultar pais: por meio de uma reunião ou pelo correio, dar espaço para dúvidas, discordâncias, modificações que se considerem pertinentes.

- Uma vez que os adultos, diretamente envolvidos na vida escolar dos alunos, tenham alcançado um consenso, envolver os alunos nessa questão. Numa atividade em sala de aula ou em reuniões, o ideal seria dar espaço para que os jovens conheçam as regras, entendam sua lógica (mesmo que não concordem), saibam as consequências de não segui-las e possam sugerir mudanças que serão analisadas para verificar a conveniência e possibilidade de implantação.
- Mandar uma cópia impressa para cada família, com uma página destacável, que os pais e os alunos devem assinar e mandar de volta à escola, informando que estão cientes das regras em vigência. Recomendar que o restante do documento seja guardado como referência.
- Contatar a vizinhança: por exemplo, se a escola decidiu que não vai aceitar o ato ilegal de vender bebidas alcoólicas para seus alunos menores de dezoito anos, seria bom avisar aos comerciantes locais desse fato, mesmo que seja óbvio que eles deveriam cumprir a lei. É aconselhável divulgar quem é o profissional da escola que vai fazer os contatos. Nesse caso é importante fazer parcerias com os Conselhos Tutelares e com o Ministério Público.

B - Promovendo um ambiente escolar saudável

Crianças e adolescentes respondem de modo muito intenso ao ambiente em que vivem. E um dos principais ambientes, nessa época da vida, é a escola.

O educador que luta por uma escola que ofereça oportunidades para seus alunos e funcionários crescerem, participarem, exercerem sua criatividade de modo produtivo (através

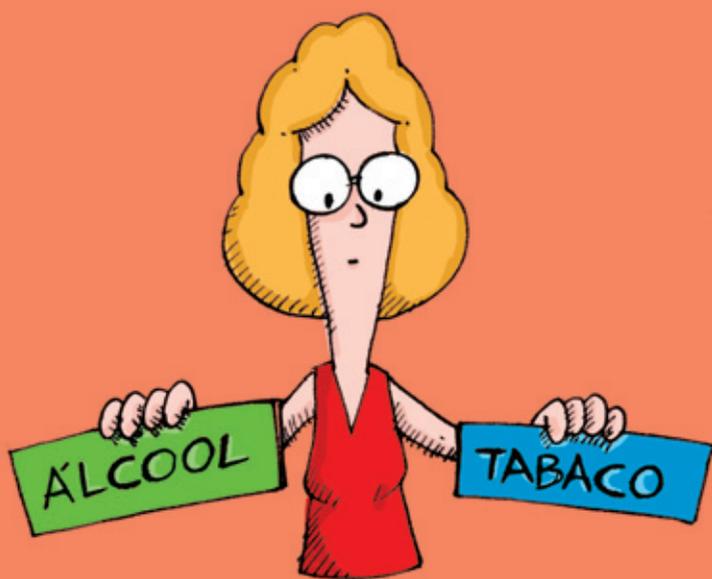


de expressão artística, por exemplo), aprenderem conteúdos relevantes e usarem sua energia física em atividades enriquecedoras (como esporte) é um educador que contribui para uma escola (e uma sociedade) com menos sofrimento e menos uso de drogas.

Identificar-se e estar satisfeito com a escola que frequenta constituem fatores de proteção ao uso de drogas entre adolescentes (ou seja, são fatores que, quando presentes, diminuem a probabilidade de que o adolescente use drogas). Para que essa identidade e satisfação tenham chances reais de se manifestar, a escola precisa oferecer um ambiente que dê oportunidades aos alunos de criar laços afetivos e acadêmicos com a escola.

Existem vários programas de prevenção nesse sentido. Eles são os programas mais recomendáveis quando se trata do ensino fundamental, até 6º ano, em geral combinados com uma abordagem aos pais, orientando-os sobre como criar filhos no mundo conturbado de hoje.

Outro componente importante na construção de uma escola saudável é dar espaço para os alunos se expressarem, envolverem-se em novas propostas, compartilharem problemas e procurarem soluções. Uma escola que inclua, congregue, contribui para o desenvolvimento da auto-estima e para a percepção de limites.



Na sala de aula, com seus alunos

C - Reconhecendo seu papel e seus limites

A não ser que sua escola seja muito diferente da média, a maioria dos seus alunos não está envolvido com drogas ilegais, não bebe pesadamente e não fuma. Ainda, entre aqueles que se engajam em um ou mais desses comportamentos, somente alguns estão realmente com problemas persistentes, ou correm o risco de apresentar esses problemas em breve.

O quadro abaixo mostra a porcentagem de estudantes que já fizeram uso de cada uma das drogas pelo menos uma vez na vida. Os dados são resultado de uma pesquisa, realizada em 2004, com estudantes de ensino fundamental e médio em vinte e sete capitais brasileiras*.

Drogas	Porcentagem de alunos que usaram
Álcool	65,2%
Tabaco	24,9%
Solventes	15,5%
Maconha	5,9%
Ansiolíticos (calmantes)	4,1%
Anfetamínicos (estimulantes)	3,7%

O trabalho do professor deve dirigir-se, prioritariamente, ao primeiro grupo de alunos: a maioria que, tipicamente, não usa drogas (no caso de álcool e tabaco, só experimentou ou usa eventualmente). Esse trabalho, tecnicamente chamado prevenção universal, visa a aumentar as chances de que os alunos que não usam drogas continuem não usando ou adiem o início do

* Dados extraídos do V Levantamento Nacional sobre o consumo de Drogas Psicotrópicas entre estudantes do Ensino Fundamental e Médio da Rede Pública de Ensino nas 27 capitais brasileiras, realizado pela Senad em parceria com o CEBRID.

uso e que, os que estão experimentando álcool e tabaco, parem por aí e não se arrisquem mais, diminuam o consumo ou aprendam a evitar os riscos associados ao uso.

O Instituto de Medicina dos EUA propôs, em 1998, a adoção dos seguintes níveis de prevenção.

- **Prevenção universal** - dirigida a um público geral, que não apresenta risco maior de envolvimento com drogas do que o esperado para a faixa etária e a cultura onde vive.
- **Prevenção seletiva** - dirigida a grupos sociais específicos que apresentam maiores riscos do que a média de se envolverem com drogas. São exemplos: crianças com comportamento agressivo desde a educação infantil, filhos de dependentes de drogas, grupos sociais que tendem a usar drogas como parte de sua identidade enquanto grupo.
- **Prevenção indicada** - dirigida a indivíduos que já vêm usando substâncias, de modo arriscado, mas que não são dependentes.

Isso não significa que o professor deva ignorar alunos com problemas com drogas, mas esse não deve ser seu foco principal de trabalho. Esses alunos, muitas vezes, necessitam da abordagem de um profissional especializado e o educador, ao perceber a necessidade, pode fazer encaminhamentos para serviços da área de saúde.



O que fazer e o que não fazer para ajudar um aluno que apresenta problemas com drogas

Caso você tenha um aluno que precise de uma ajuda mais individual, e você esteja disposto a oferecê-la, leia abaixo algumas dicas de como ter uma conversa:

- Coloque claramente sua preocupação com o comportamento dele(a), de modo calmo, dando exemplos bem concretos e específicos de episódios que você observou;
- Evite fazer julgamentos, sermões; isso só vai colocar o estudante na defensiva e aumentar a culpa;
- Enfatize que a situação em que ele se encontra só pode mudar, se ele assumir a responsabilidade de mudá-la; cabe a ele a decisão final, embora possa haver ajuda dos outros;
- Ofereça opções de comportamentos alternativos e convide-o a refletir; não exija que ele se comprometa com nada de imediato, a não ser o de refletir sobre o que você falou;
- Enfatize que ele(a) é capaz de mudar, que, embora possa parecer difícil, é possível. Começar com pequenos passos pode ser a melhor maneira de conseguir mais.

Esta cartilha não vai fornecer uma fórmula secreta de como trabalhar em sala de aula, até porque... essa fórmula não existe. Mas as experiências mostram que alguns princípios e abordagens surtem mais efeito do que outros. Veja abaixo:

- ▶ **Apresente informações fundamentadas** sobre drogas de maneira isenta e honesta; sem usar exagero ou estratégias de amedrontamento. Os diferentes setores da escola devem ter coerência na forma de abordar as questões.
- ▶ **Inclua informação realista** sobre os riscos de se usar drogas, mas mencione também os benefícios de não usá-las.
- ▶ Caso vá explorar os vários motivos pelos quais as pessoas usam drogas, **discuta também alternativas**, outras atividades que as pessoas poderiam ter escolhido ao invés de usar drogas.
- ▶ **Não faça sermão**, tente envolver seus alunos ao máximo, usando as opiniões e visões que eles oferecem.

- ▶ **Não exagere os dados** de consumo de drogas na nossa sociedade. A maioria dos nossos jovens é saudável e prefere se abster. Exagero só faz com que os jovens desenvolvam uma visão deformada da realidade, pensando que se eles e seus amigos não usam drogas, é porque estão “por fora”; afinal os jornais, seus pais e professores garantem que o consumo de drogas está, cada vez mais, disseminado.
- ▶ **Não generalize as informações** como se todas as drogas fossem iguais, fazendo afirmações do tipo “não use drogas” ou “os problemas que as drogas causam”. É importante saber que, embora seja desejável que os adolescentes retardem o início do consumo, existem usos de algumas drogas ou medicamentos que não trazem prejuízos. Os efeitos são diferentes, o que torna necessário que as informações sejam dadas nomeando as drogas sobre as quais estamos falando.



Melhorando a percepção dos alunos sobre as normas de comportamento entre os jovens: estratégia de prevenção

Pesquisas indicam que os estudantes de alto risco, atraídos pelo uso de drogas, tendem a ter uma concepção deformada da realidade. Quando convidados a estimar a proporção de jovens que, como eles, bebem, fumam e usam outras drogas, estes tendem a dar porcentagens bem mais altas do que na verdade as pesquisas indicam.

Estudos também mostram que, quando esses estudantes são convidados a contrastar suas estimativas de consumo com dados reais de uso, provoca-se uma situação de discrepância propiciadora de mudança. Muitos jovens, ao terem sua percepção da realidade “corrigida” reconsideraram seu uso de substâncias.

Os programas mais efetivos são aqueles nos quais os jovens têm a oportunidade de exercitar maneiras de lidar com os desafios normais de sua faixa etária, como: vencer a timidez, aprender a se comunicar, agir diante de agressões, tomar decisões na vida pessoal e escolar. As pesquisas indicam que esses são os motivos emocionais mais comuns para experimentar drogas, esperando que elas aliviem a tensão que esses desafios provocam.



Uma matéria diferente na escola: competência para viver

Vários trabalhos científicos mostram que ajudar os jovens a lidar com questões de timidez, sensibilidade extrema, frustração, dificuldade de se colocar diante de um grupo, dentro do currículo escolar, resulta numa diminuição do uso de drogas entre estudantes, que perdura por, pelo menos, seis anos após o desenvolvimento das atividades.

O projeto mais exemplar nesse campo é o Life Skills Training (LST), (Treinamento das Habilidades de Vida) concebido na Cornell University por Gilbert Botvin e colegas. Esse programa convida estudantes e professores a discutir os desafios afetivos e emocionais dentro da sala de aula e a tentar criar e exercitar formas de lidar com eles. Propõe três eixos de atividades, cada um focado no desenvolvimento de habilidades sociais distintas:

- **Auto gerenciamento** - ajuda estudantes a analisar sua auto-imagem e os efeitos dela no seu comportamento, determinar objetivos pessoais de vida, monitorar progressos nesse sentido, identificar comportamentos e decisões cotidianas que foram influenciadas por outras pessoas, analisar essas situações e aprender a avaliar as consequências de determinados comportamentos antes de adotá-los;
- **Habilidades sociais gerais** - ajuda os estudantes a superar a timidez e a dificuldade de se comunicar, a obter firmeza na comunicação verbal e não verbal, tanto na recusa como na aceitação de convites, assim como trabalhar com o reconhecimento de alternativas viáveis à passividade ou agressividade diante de situações difíceis.
- **Habilidade de resistir a drogas** - ajuda os jovens a reconhecer os mitos e concepções equivocadas, disseminadas socialmente, em relação ao cigarro, álcool, medicamentos e drogas ilícitas, assim como lidar com a pressão dos meios de comunicação de massa e dos amigos para usá-los.

Adolescente tem muito orgulho de ter autonomia e idéias próprias. Assim, embora os dados sejam unânimes em apontar pressão de grupo como um fator importante para o início do uso de drogas, não é aconselhável que este tema seja abordado diretamente. Use estratégias criativas, principalmente dando voz aos alunos que vêem os possíveis benefícios que as drogas podem trazer e preferem escolher outras formas de alcançar esses benefícios (descontração, relaxamento, sentir-se parte da “turma”, ter coragem de paquerar).

Procure adaptar o seu trabalho a seu público-alvo: se você é educador na área de esportes, por exemplo, seu trabalho de prevenção vai render mais entre jovens que adoram esportes (e que, em geral, não são muito atraídos por matérias que requerem leitura e estudo). Assim, procure adaptar sua mensagem a seu público, e evite recomendar livros para discussão, ou aulas teóricas sobre o assunto.

Uma forma eficaz de trabalhar é desenvolver um programa específico para participantes de times esportivos da escola.

A idéia é simples e original: desenvolver atividades de promoção à saúde como parte integrante dos treinamentos dos times, com supervisão dos próprios técnicos esportivos e seus ajudantes.

Esse tipo de postura tem sido chave para o sucesso de ações preventivas: para se contrapor a uma cultura grupal de esculpir o corpo com remédios e beber até cair depois do jogo é preciso atuar no próprio palco onde essa sub-cultura é construída - nas quadras, nos treinos.

É necessário escolher adultos apropriados para trabalhar com esses jovens. Para estudantes atletas, que, muitas vezes, pouco valorizam o currículo formal, pedir para o professor de Ciências trabalhar o problema na sua disciplina seria possivelmente inócuo (senão contraproducente).

Palavras finais

Para abordar a questão das drogas e desenvolver ações de prevenção na escola, é necessário ter um planejamento que envolva os diferentes segmentos, incluindo coordenadores, professores, pais, funcionários, estudantes e comunidade.

O trabalho deve ser desenvolvido durante todo o processo escolar, por meio de métodos interativos, integrados ao currículo, e que promovam a saúde.

Recursos comunitários

Apresentamos, abaixo, algumas indicações de instituições públicas, privadas e órgãos não-governamentais das quais você poderá dispor na sua cidade ou região caso queira obter maiores informações sobre o assunto abordado nesta cartilha.

Secretaria Nacional de Políticas Sobre Drogas - SENAD

- **SENAD**
Esplanada dos Ministérios, Bloco T, Anexo II, 2º andar, sala 205. Brasília DF. CEP 70064-900
www.senad.gov.br
- **Central de Atendimento VIVA VOZ**
132
- **Observatório Brasileiro de Informações Sobre Drogas - OBID**
www.obid.senad.gov.br

No Observatório Brasileiro de informações sobre Drogas (OBID) você vai encontrar muitas informações importantes: contatos de locais para tratamento em todo o país, instituições que fazem prevenção, grupos de ajuda-mútua e outros recursos comunitários. São disponibilizadas, ainda, informações atualizadas sobre drogas, cursos, palestras e eventos.

Dentro do OBID, há dois sites específicos voltados para os jovens: **Mundo Jovem** e **Jovem sem Tabaco**, além de uma relação de *links* para outros *sites* que irão ampliar o seu conhecimento.

- **Mundo Jovem**
www.obid.senad.gov.br/portais/mundojovem
- **Jovem sem Tabaco**
www.obid.senad.gov.br/portais/jovemsemtabaco

Outras Referências

- **Ministério da Saúde**
www.saude.gov.br
Disque Saúde: 0800 61 1997
- **Centros de Atenção Psicossocial - CAPS**
www.saude.gov.br
Disque Saúde: 0800 61 1997
- **Programa Nacional de DST e AIDS**
www.aids.gov.br
- **Secretaria Nacional da Juventude- SNJ**
Contatos: juventudenacional@planalto.gov.br
Tel.: (61) 3411- 1160
- **Conselhos Estaduais sobre Drogas**
Para saber o endereço dos Conselhos do seu estado consulte o site: www.obid.senad.gov.br
- **Conselhos Municipais sobre Drogas**
Para saber o endereço dos Conselhos do seu município consulte o site: www.obid.senad.gov.br

- **Canal Kids**
www.canalkids.com.br
- **Agência de Notícias dos Direitos da Infância**
www.andi.org.br
- **Instituto Nacional do Câncer – INCA e Programa Nacional de Controle do Tabagismo**
Central de Atendimento: 0800 61 1997
www.inca.gov.br
www.inca.gov.br/tabagismo

Grupos de auto-ajuda

- **Alcoólicos Anônimos - AA**
www.alcoolicosanonimos.org.br
Central de Atendimento 24 horas: (11) 3315 9333
Caixa Postal 580 CEP 01060-970 - São Paulo
- **AL-ANON E ALATEEN** (Para familiares e amigos de alcoólicos)
www.al-anon.org.br
- **Amor-exigente** (Para pais e familiares de usuários de drogas)
www.amorexigente.org.br
- **Associação Brasileira de Terapia Comunitária - ABRATECOM**
www.abratecom.org.br
- **Grupos Familiares - NAR - ANON** (Grupos para familiares e amigos de usuários de drogas)
www.naranon.org.br

- **Narcóticos Anônimos – NA**
www.na.org.br
- **Pastoral da Sobriedade**
www.sobriedade.org.br
- **Liga de Apoio ao Abandono do Cigarro**
www.vidasemcigarro.8m.com

Leituras que ajudam

Série de publicações disponibilizadas pela Senad:

As publicações listadas abaixo são distribuídas gratuitamente e enviadas pelos Correios. Podem ser solicitadas no site da SENAD (www.senad.gov.br) ou pelo telefone do serviço VIVA VOZ. Estão também disponíveis no portal do OBID (www.obid.senad.gov.br) para download.

- **Cartilhas da Série Por Dentro do Assunto.**
Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2013
- **Glossário de Álcool e Drogas.**
Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2010
- **Livreto Informativo sobre Drogas Psicotrópicas.**
Leitura recomendada para alunos a partir do 7º ano do ensino fundamental. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas - SENAD e Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas - CEBRID, 2013

Outras referências de leituras

- **123 Respostas Sobre Drogas - Coleção Diálogo na Sala de Aula.**
Içami Tiba. São Paulo: Editora Scipione, 2003.
- **Admirável Mundo Novo.**
Aldous Huxley. São Paulo: Globo, 2001.
- **Adolescência e drogas.**
Ilana Pinsky, Marco Antônio Bessa (orgs). São Paulo: Contexto, 2004.
- **Anjos caídos - Como prevenir e eliminar as drogas na vida do adolescente.**
Içami Tiba. São Paulo: Gente, 1999.
- **A Saúde mental do jovem brasileiro.**
Bacy Fleitlich-Bilyk, Enio Roberto de Andrade, Sandra Scivoletto, Vanessa Dentzien Pinzon. São Paulo: Edições Inteligentes, 2004.
- **Conversando sobre drogas.**
Ronaldo Ribeiro Jacobina, Antonio Nery Filho, Salvador: Eudfba, 1999.
- **Cuidando da Pessoa com Problemas Relacionados com Álcool e Outras Drogas - Coleção Guia para Família. v. 1.**
Selma de Lourdes Bordin; Marine Meyer; Sérgio Nicastri; Ellen Burd Nisenbaum e Marcelo Ribeiro. São Paulo: Atheneu, 2004.
- **Desafio da convivência - Pais e Filhos.**
Lídia Rosenberg Aratangy. São Paulo: Gente, 1998.
- **Depois Daquela Viagem: Diário de Bordo de uma Jovem que Aprendeu a Viver com Aids.**
Valeria Piassa Polizzi. São Paulo: Ática, 2003.

- **Doces Venenos: Conversas e desconversas sobre drogas.**
Lídia Rosenberg Aratangy. São Paulo: Olho D' Água, 1991.
- **Drogas - mitos e verdades.**
Beatriz Carlini Cotrim. São Paulo: Ática, 1998.
- **Drogas, Prevenção e Tratamento - O que você queria saber sobre drogas e não tinha a quem perguntar.**
Daniela Maluf e cols. São Paulo: Cia Editora, 2002.
- **Esmeralda - Por que não dancei.**
Esmeralda do Carmo Ortiz. São Paulo: Editora Senac, 2001.
- **Eu, Christiane F., 13 anos, drogada e prostituída.**
Kai Herman. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002.
- **Liberdade é poder decidir.**
Maria de Lurdes Zemel e Maria Elisa de Lamboy.
São Paulo: FTD, 2000.
- **O que é toxicomania.**
Jandira Masur. São Paulo: Brasiliense, 1986.
- **O Vencedor.**
Frei Betto. São Paulo: Ática, 2000.
- **Pais e Filhos - companheiros de Viagem.**
Roberto Shinyashiki. São Paulo: Gente, 1992.
- **Satisfaçam minha curiosidade - Drogas.**
Susana Leote. São Paulo: Impala Editores, 2003.
- **Tabebuias: ou Histórias Reais daqueles que se livraram das drogas na Fazenda da Esperança.**
Christiane Suplicy Teixeira. São Paulo: Cidade Nova, 2001.

Filmes sobre o tema

- **28 dias**, 2000.
Direção: Betty Thomas
- **A corrente do bem**, 2000.
Direção: Mini Leder
- **Bicho de sete cabeças**, 2000.
Direção: Laís Bodanzky
- **Coisas que perdemos pelo Caminho**, 2007.
Direção: Susanne Bier
- **Diário de um adolescente**, 1995.
Direção: Scott Kalvert
- **Despedida em Las Vegas**, 1996.
Direção: Mike Figgis
- **Entre os Muros da Escola**, 2008.
Direção: Laurent Cantet
- **Eu, Christiane F., 13 anos, drogada e prostituída**, 1981.
Direção: Uli Edel
- **Ironweed**, 1987.
Direção: Hector Babenco
- **La Luna**, 1979.
Direção: Bernardo Bertolucci
- **Maria cheia de graça**, 2004.
Direção: Joshua Marston
- **Meu nome não é Johnny**, 2008.
Direção: Mauro Lima

- **Notícias de uma guerra particular**, 1999.
Direção: João Moreira Salles e Kátia Lund
- **O Informante**, 1999.
Direção: Michael Mann
- **Por volta da meia noite**, 1986.
Direção: Bertrand Tavernier
- **Quando um homem ama uma mulher**, 1994.
Direção: Luis Mandoki
- **Ray**, 2004.
Direção: Taylor Hackford
- **Réquiem para um sonho**, 2000.
Direção: Darren Aronofsky
- **Todos os corações do mundo**, 1995.
Direção: Murillo Salles





O QUE É O VIVAVOZ ?

O VIVAVOZ é uma central telefônica de orientações e informações sobre a prevenção do uso indevido de drogas. O telefonema é gratuito e o atendimento é sigiloso. A pessoa não precisa se identificar.

É BOM FALAR COM QUEM ENTENDE

- O atendimento é realizado por consultores capacitados e supervisionados por profissionais, mestres e doutores, da área da saúde
- Os profissionais indicam locais para tratamento
- Oferecem aconselhamento por meio de intervenção breve para pessoas que usam drogas e seus familiares
- Prestam informações científicas sobre drogas

O VIVAVOZ é resultado de uma parceria entre a Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas - SENAD, a Universidade Federal de Ciências de Saúde de Porto Alegre e o Programa Nacional de Segurança Pública com Cidadania (PRONASCI), do Ministério da Justiça.

S E R I E **Por
dentro do
assunto**

DROGAS

Cartilha para pais de crianças

Cartilha para pais de adolescentes

Cartilha para educadores

Cartilha sobre tabaco

Cartilha sobre maconha, cocaína e inalantes

Cartilha mudando comportamentos

Cartilha álcool e jovens

Secom/PR

Venda Proibida

Secretaria Nacional de
Políticas sobre Drogas

Ministério
da Justiça

