

Viviana Sofia Martelo da Costa

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas
alcoólicos

Universidade Fernando Pessoa
Faculdade de Ciências da Saúde

Porto, 2017

Viviana Sofia Martelo da Costa

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas
alcoólicos

Universidade Fernando Pessoa
Faculdade de Ciências da Saúde

Porto, 2017

Viviana Sofia Martelo da Costa

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Nome do aluno

Projeto de graduação apresentado á universidade Fernando Pessoa como parte dos requisitos para obtenção do grau de licenciado em enfermagem.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Resumo

Este estudo foi realizado no âmbito da cadeira de Projeto de Graduação do 4º ano da Licenciatura em Enfermagem, da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Fernando Pessoa e a temática abordada foi: “Em que aspeto a pressão social afeta a qualidade de vida dos indivíduos com problemas alcoólicos”.

O consumo de álcool em Portugal tem vindo a aumentar colocando o país no top dez do ranking mundial (WHO, 2017). Contudo, existem formas de prevenir o consumo excessivo de álcool e ajudas para quem se encontra dependente deste mal.

Atualmente, a sociedade exige que os indivíduos apresentem um conjunto de estéticas predefinidas, e quem não a seguir é julgado pelos seus atos. Por isso, sofrem de comparações com os modelos estabelecidos pela própria sociedade (Maia, 2008).

Assim sendo, a temática de investigação foi abordada de modo a responder às necessidades dos indivíduos que sofrem pressão perante as escolhas de vida que não seguem os parâmetros estabelecidos pela sociedade.

Optou-se por um tipo de estudo descritivo simples, transversal e quantitativo, com uma amostra de 30 indivíduos que frequentavam as reuniões dos Alcoólicos Anónimos do Porto. Nessa amostra prevalecia o sexo masculino com 17 inquiridos (57%), com idades entre os 46-65 anos.

No presente estudo, observou-se que a qualidade de vida dos inquiridos foi afetada em dois aspetos, na família (74,4%) e no trabalho (15,4%). Estes resultados mostraram á investigadora a pertinência do estudo desta temática, de modo a reforçar e complementar investigações anteriores.

No entanto, o alcoolismo é das temáticas mais investigadas devido á sua reputação e malefícios para a população, pelo que a investigadora optou por investigar uma das vertentes que tem vindo a ter cada vez mais peso na atualidade, mas que poucas vezes foi abordada.

Palavras-Chave: Pressão social; Qualidade de vida; Álcool; Problemas do álcool

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Summary

This investigation takes place in the Graduation Project from the 4th degree of Nursing, from the college of health sciences from University of Fernando Pessoa and the theme is “In which aspect does the peer pressure affects the life quality of people with alcoholic problems”.

The consumption of alcohol in Portugal has been raising, putting the country in the top ten worldwide (WHO, 2017). However, there are ways to prevent the excessive alcohol consumption and help to those who are addicted to this harm.

Nowadays the society requires that the individuals have a predefined aesthetic set, and those who don't follow are judged by their acts. Therefore they suffer from comparisons with the models that are established by our own society (Maia, 2008).

That being said, the theme of the investigation was approached so that it can answer the individuals' needs that suffer with the pressure faced with their life choices that don't follow the guidelines established by the society.

It was chosen a type of study that is simple descriptive, transversal and quantitative, with a sample of 30 individuals that attended the AA's reunions, in Oporto. In that sample the majority of them were male with 17 individuals (57%), with ages between 46-65 years.

In this study, it was noticeable that the life quality of the inquired individuals was affected in two aspects, their family (74,4%) and their job (15,4%). These results showed to the investigator the importance of the study of this theme, in a way of reinforce and complement previous investigations.

However, alcoholism is one the most researched themes due to its reputation and its harms towards the population, where upon the investigator chose to research one of his slopes that nowadays has been gaining weight, but approached few times.

Keywords: social pressure; Life quality; Alcohol; Alcohol Problems

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Dedicatória

Dedico este trabalho e a conclusão da licenciatura em Enfermagem...

Aos meus pais por todo o esforço que fizeram para concretizar este meu sonho e por terem apoiado durante o meu percurso académico.

À Professora Teresa que me orientou neste projeto e que disponibilizou o seu tempo para me ajudar a terminar esta última etapa da minha carreira académica.

Aos Professores exemplares da universidade Fernando Pessoa, por me terem transmitido os seus conhecimentos e práticas de enfermagem.

Aos Orientadores dos ensinos clínicos que me ajudaram a evoluir como profissional de saúde e como pessoa.

E por último, aos colegas que sempre me ajudaram e incentivaram a ser uma pessoa melhor e que puxaram por mim, para dar o meu melhor.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Agradecimentos

Em primeiro lugar gostaria de agradecer aos meus pais e irmão, por me terem apoiado e lutado por mim nesta escolha para o meu futuro. Sem eles não estaria onde estou agora e não seria tao instruída como sou agora.

Quero agradecer também á minha orientadora, Professora Teresa Moreira, por me ter ajudado e orientado corretamente quando as dificuldades foram maiores.

Agradeço também ao Professor José Manuel dos Santos por me ter ajudado quanto ao tema do trabalho, visto que estava com algumas dificuldades em perceber se o tema seria adequado e de pesquisa concreta.

Á minha colega Ana Beatriz, quero agradecer por todo o apoio e boa disposição que disponibilizou e por estar sempre comigo quando precisei.

E por último, mas não deixando de ser importante, quero agradecer o apoio das minhas colegas que sempre me incentivaram a dar o melhor de mim e ajudaram-me quando mais necessitava.

Sendo assim termino os meus agradecimentos a todos aqueles que contribuíram para a realização deste Projeto de Graduação que é uma parte importante do meu caminho académico.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Pensamento

“Cada sonho que você deixa pra trás, é um pedaço do seu futuro que deixa de existir”

Steve Jobs

Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Lista de abreviaturas, siglas e símbolos

% – Percentagem

AA – Alcoólicos Anônimos

ADH – Álcool Desidrogenase

ALDH – Aldeído Desidrogenase

AVD – Atividades de Vida Diária

Et al. – E outros

DSM-V – Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais

ICC – Insuficiência Cardíaca Congênita

OMS – Organização Mundial de Saúde

p. – Página

WHO – World Health Organization

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Índice

Introdução	14
I. Fase Concetual	16
1. Fundamentação teórica	16
1.1. Álcool	16
1.1.1. Visão histórica e organolética do álcool e seu processamento	16
1.1.2. O consumo de álcool em Portugal	17
1.1.3. Efeitos do consumo de álcool	18
1.2. Alcoolismo	19
1.2.1. Etapas do consumo de álcool	20
1.2.2. Conceito de dependência e abstinência	20
1.2.3. Fases do abuso do álcool	22
1.2.4. Patologias provocadas pelo abuso de álcool	23
1.3. Características da pessoa alcoólica	25
1.4. Qualidade de vida	26
1.5. Reabilitação psicossocial	28
II. Fase Metodológica	31
2.1. Tema	31
2.1.1. Delineação do tema	31
2.2. Questões de investigação	31
2.3. Objetivos Gerais e específicos	32
2.4. Desenho da investigação	33
2.4.1. Tipo de estudo	33
2.4.2. Meio de realização do estudo	34
2.4.3. População alvo e Amostra	34
2.4.4. Processo de amostragem	34
2.4.5. Métodos e instrumentos da colheita de dados	35
2.5. Pré-teste	36
2.6. Variáveis em estudo	37
2.6.1. Variáveis dependentes	37
2.6.2. Variáveis independentes	37
2.7. Tratamento e análise dos dados	37
2.8. Salvaguarda dos princípios éticos	37

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

III. Fase Empírica	39
3.1. Apresentação e análise dos Resultados	39
3.2. Caracterização da Amostra	40
IV. Discussão dos resultados obtidos	46
V. Conclusão	51
VI. Bibliografia	53
ANEXOS	56
Anexo I – Consentimento Informado	57
Anexo II- Questionário	59
Anexo III - Cronograma	70

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Índice de gráficos

Gráfico 1. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à variável Idade.	40
Gráfico 2. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à variável Género	40
Gráfico 3. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à variável Estado Civil.	41
Gráfico 4. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Após o consumo de bebidas alcoólicas que alterações sente no seu corpo?”	42
Gráfico 5. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “ A longo prazo, que consequências poderiam surgir no seu organismo, devido ao consumo excessivo de álcool?”.....	42
Gráfico 6. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Ao fim de algum tempo, considerou que o consumo de álcool poderia trazer consequências negativas para a sua vida?”	43
Gráfico 7. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Quais as consequências sociais que poderiam surgir devido ao consumo excessivo de álcool?”	43
Gráfico 8. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Qual o âmbito da sua vida que foi mais afetado negativamente com o álcool?”	44
Gráfico 9. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Achava que os seus problemas com a sociedade desapareceriam com o consumo de bebidas alcoólicas?”.....	44
Gráfico 10. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “A reabilitação psicossocial consiste na ajuda dada ao individuo para controlar a vontade de usar ou abusar de uma substância (neste caso o álcool) e a reconquistar ou alcançar uma melhoria da qualidade de vida e das suas atividades na sociedade.	45

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Introdução

O presente trabalho de investigação foi requerido no âmbito da unidade curricular de Projeto de Graduação, do 2º semestre do 4º ano, sendo um dos requisitos para aprovação e conclusão da Licenciatura em Enfermagem na Universidade Fernando Pessoa.

Para a realização da investigação foi necessária a escolha de um tema a abordar, pelo que se optou pelo alcoolismo. Visto este tema ser muito vago e ter diversas vertentes para investigar optou-se por estudar o efeito da pressão social no alcoolismo, dando origem ao tema, ou seja, á questão pivô desta investigação: “Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos”.

Na abordagem deste tema foram necessárias pesquisas bibliográficas e realização de inquéritos á população portuguesa. A abordagem teórica aborda várias temáticas acerca do alcoolismo, as consequências e efeitos, a qualidade de vida destes indivíduos e como a pressão social afeta nos mesmos. Esta parte é posteriormente complementada pelo tratamento dos dados obtidos através dos inquéritos realizados á população, de modo a entender como é a vida dos indivíduos com problemas alcoólicos.

O álcool é uma substância já usada antigamente, maioritariamente para consumo em eventos festivos. Este consumo tem-se mantido durante todos estes anos, apesar de nestes últimos 3 anos a taxa ter vindo a aumentar, visto que Portugal se encontra no Top 10 dos países com maior consumo de álcool *per capita* (WHO, 2017).

Devido a este aumento, o número de indivíduos com dependência de álcool tem vindo a aumentar, mas muitos deles procuram ajuda recorrendo principalmente aos Alcoólicos Anónimos.

Nesta investigação o objetivo geral é perceber como os indivíduos se sentem perante a sociedade sabendo que estão em recuperação, e em que aspeto essa pressão pode afetar a qualidade de vida de cada um desses indivíduos.

Na abordagem prática da investigação, recorreu-se á realização de inquéritos a uma amostra de 30 pessoas presentes nas instituições onde se realizam as reuniões dos Alcoólicos Anónimos. Adotou-se também um tipo de estudo descritivo, transversal de carácter quantitativo.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Estabeleceram-se diversos objetivos para a investigação, de modo a ordenar a realização das pesquisas e seus tratamentos, como também para dar a conhecer aos leitores qual a finalidade deste trabalho. Os objetivos estabelecidos para a investigação são os seguintes:

- Identificar a prevalência do consumo de álcool em Portugal;
- Enumerar os efeitos imediatos do consumo de álcool, no organismo;
- Descrever as patologias conhecidas, pelos indivíduos, que advêm do consumo de álcool;
- Enumerar quais as consequências sociais do consumo de álcool;
- Descrever em que aspeto a pressão social afeta a qualidade de vida dos indivíduos;
- Descrever em que aspeto a reabilitação psicossocial ajuda os indivíduos no contacto com a sociedade.

O presente trabalho encontra-se dividido em três fases: fase conceptual, fase metodológica e fase empírica, que serão descritas ao longo do trabalho.

Para terminar, a conclusão consiste num resumo de tudo o que foi realizado na investigação, se os objetivos pretendidos foram concretizados e se há resposta para a questão pivô e questões de investigação.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

I. Fase Concetual

Segundo Fortin (2009, p.49):

“ O processo começa pela escolha do tema de estudo e de uma questão apropriada, a partir da qual se orientará a investigação.”

Após definida a questão pivô, a investigação está orientada e pode-se avançar para a revisão da literatura. Esta serve para delinear o domínio da investigação, ou seja, é necessário uma pesquisa aprofundada dos conteúdos relacionados com a ideia principal para obter maior exatidão (Fortin, 2009).

Assim sendo é considerada um dos pilares da investigação, pois vai auxiliar na resposta á questão pivô e às de investigação.

De seguida serão apresentados a definição, a história, a prevalência em Portugal e quais os efeitos relativamente ao álcool.

1. Fundamentação teórica

1.1. Álcool

1.1.1. Visão histórica e organolética do álcool e seu processamento

O álcool, como muitos estudos comprovaram, já é consumido á milhares de anos, mais propriamente na Era cristã. O gosto que o Homem apresenta pela bebida é antigo e persistente e tem vindo a aumentar nos últimos anos. As bebidas de eleição são a cerveja e o vinho, dando estes mais tarde origem a outras bebidas com maior teor de álcool (Mello, et al., 2001).

Em Portugal, o ato de beber álcool traz satisfação á população e está associado a comemorações ou como parte das refeições.

Segundo Nunes e Jólluskin, citando Kaplan e Sadock's (2007):

(...) O álcool é uma substância tóxica conhecida desde há muito (...) e o seu consumo generalizou-se, sendo notório um confuso esbatimento de fronteiras entre o ato de beber recreativo ou social e o abuso do álcool.

O etanol ou álcool etílico, é uma molécula natural ou sintética, cuja fórmula química é representada por $\text{CH}_3\text{CH}_2\text{OH}$. É um líquido incolor que apresenta um cheiro e gosto ardente. É uma substância volátil porque atingindo o seu ponto de

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

ebulição este evapora, passando do estado líquido para o gasoso (Ferreira-Borges & Filho, 2007).

O álcool para consumo humano é obtido pela fermentação de carboidratos vegetais como frutas, cereais, tubérculos, entre outros. Este processo ocorre com o auxílio de uma levedura, *Saccharomyces Cerevsiae*, que vai acelerar, por ação catalisadora, a fermentação, tendo como finalidade a produção de bebidas alcoólicas. Estas bebidas apresentam uma graduação entre oito e 13 graus, que é o caso dos vinhos e cervejas. Para a obtenção de bebidas com maior graduação como vodkas, whiskeys e aguardente, é usado o processo de destilação, podendo apresentar uma graduação por volta dos 45 graus (Mello, et al., 2001).

Quanto á produção, as bebidas podem ser divididas em dois grupos:

- Fermentadas – obtidas através da fermentação de açúcares provenientes de frutos e cereais, pela da ação de leveduras. (Ex. Cerveja)
- Destiladas ou “Espirituosas” – obtidas através da destilação do vinho ou de cereais já fermentados, estas bebidas apresentam elevados teores de álcool. (Ex. Vodka)

Em Portugal, o álcool é considerado uma droga legalizada e comercializada, fazendo parte dos hábitos alimentares da população. Este muitas vezes encontra-se associado ao relacionamento social devido a ocasiões comemorativas, recreativas ou até mesmo fazendo parte do estilo de vida de um individuo (Balsa, et al., 2007).

Sendo assim, a seguir será abordado o padrão de consumo de bebidas alcoólicas em Portugal e respetivas previsões.

1.1.2. O consumo de álcool em Portugal

A ingestão de álcool pode levar a graves consequências para o individuo, pelo que se encontra interligado com a saúde no que diz respeito ao tratamento de perturbações físicas, mentais ou sociais resultantes dessa ingestão (Mello, et al., 2001).

Em Portugal, existe grande consumo de bebidas alcoólicas sendo este um dos maiores produtores, mas como consequência haverá um maior consumo. Segundo Mello, *et al.* (2001), cada português gasta cerca de 150 euros em bebidas alcoólicas por ano, num individuo normal. Enquanto num individuo com dependência alcoólica, este valor

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

económico pode aumentar até dez vezes mais que gastaria noutros produtos alimentares essenciais.

Em 2015, segundo o relatório da Organização Mundial de Saúde (OMS), Portugal encontrava-se em oitavo lugar na lista dos países com maior consumo de bebidas alcoólicas. Foram consumidos, *per capita* 12,5 Litros, tendo como bebidas de eleição, o vinho e a cerveja. Nestes últimos anos, houveram ligeiras alterações nos valores, apesar de Portugal continuar nos dez países em que existe maior consumo de álcool. Apesar deste ranking, o mesmo autor, prevê-se que em 2020, haja uma diminuição para 11,9 litros consumidos *per capita*, sendo vantajoso para a população portuguesa, pois houve possibilidade para a diminuição do consumo de bebidas alcoólicas (OMS, 2017).

Sendo assim, o consumo de álcool em Portugal é elevado e este por si só provoca alterações no organismo da população. Em seguida serão apresentados os vários efeitos que o álcool pode provocar no organismo.

1.1.3. Efeitos do consumo de álcool

O consumo de álcool em excesso pode trazer efeitos negativos ao nosso organismo. Estes efeitos são variáveis, dependendo da quantidade ingerida, da qualidade da bebida e da tolerância que o individuo apresenta (Mello, et al., 2001).

Desta forma, os efeitos que podem ocorrer após o consumo são os seguintes (Saúde, 2017):

- ✓ Dificuldade na articulação de frases;
- ✓ Sonolência;
- ✓ Náuseas e vômitos;
- ✓ Diarreia;
- ✓ Pirose;
- ✓ Cefaleias;
- ✓ Alterações visuais e auditivas;
- ✓ Perturbações na atenção e raciocínio;
- ✓ Perceção e coordenação motora alteradas;
- ✓ Perda de reflexos;
- ✓ Coma alcoólico.

Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

O consumo de álcool pode levar á manifestação destes efeitos como também pode levar á excitação, euforia e prazer. E conforme o aumento da taxa de alcoolémia existe um agravamento do consumo de álcool, podendo levar a coma alcoólico e posteriores doenças relacionadas com o álcool (Mello, et al., 2001).

Seguidamente, será abordado o alcoolismo e os respetivos subtemas.

1.2. Alcoolismo

Segundo Mello, et al. (2001) o alcoolismo:

“não constitui uma entidade nosológica definida, mas a totalidade dos problemas motivados pelo álcool, no individuo, estendendo-se em vários planos e causando perturbações orgânicas e psíquicas, perturbações da vida familiar, profissional e social, com as suas repercussões económicas e legais”

O alcoolismo é influenciado por diversos fatores, que afetam a resposta do individuo perante o álcool e que podem levar a perturbações relacionadas com o abuso de álcool, sendo os seguintes (Psiquiatria, 2013):

- Fatores biológicos:
 - Genética;
 - Aspectos bioquímicos;
- Fatores psicológicos:
 - Influências no desenvolvimento;
 - Fatores de personalidade;
- Fatores socioculturais:
 - Aprendizagem social;
 - Condicionamento;
 - Influências étnicas e culturais;

Estes fatores podem levar a um ciclo de consumo abusivo, como estratégia de coping para lidar com os problemas da vida de um individuo (Clinic, 2017).

De seguida serão apresentadas as várias etapas do consumo de álcool desde o uso até á dependência do mesmo.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

1.2.1. Etapas do consumo de álcool

Até que haja dependência, um individuo passa por várias etapas de adaptação ao consumo de álcool sendo elas as seguintes (OMS, 2017):

➤ **Uso:**

É uma fase de experimentação. Existe consumo de álcool, mas apenas para fins festivos ou recreativos. É um consumo que não causa complicações ou prejuízo para o individuo e para os que o rodeiam.

➤ **Abuso:**

É uma fase de uso ocasional ou repetido, pode levar á ocorrência de complicações indesejáveis, recorrentes e significativas. Existe uma continuação no abuso que pode levar á instalação de uma dependência alcoólica.

➤ **Dependência:**

É uma fase de tolerância ao álcool, ou seja, são necessárias quantidades maiores para alcançar o grau de inconsciência. Há presença de sintomas de abstinência devido á privação total ou redução da quantidade de álcool ingerida, pelo que surgem sintomas físicos e psíquicos. Esta etapa é caracterizada pelo modo compulsivo da utilização do álcool.

Segundo Nunes e Jólluskin (2007), a dependência do álcool está interligada aos termos tolerância e abstinência. Ou seja, um individuo dependente torna-se tolerante ao álcool podendo assim realizar as suas Atividades de Vida Diária (AVD) sob o efeito do mesmo. Ocorrendo cessação do efeito, este é facilmente notável pela presença de determinados sintomas característicos da abstinência alcoólica.

Seguidamente, será apresentada a definição de dependência e abstinência e respetiva classificação.

1.2.2. Conceito de dependência e abstinência

A abstinência alcoólica é caracterizada pela interrupção ou redução voluntária do consumo da substância em causa. Manifesta-se através de tremores, taquicardia, diaforese, insónia, agitação psicomotora, alucinações visuais/auditivas/táteis, ansiedade,

Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

náuseas, vômitos, disfunções de humor, convulsões (grande-mal). Esta síndrome, segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V, 2013) pode ser classificada, quanto ao á quantidade de sintomas manifestados:

- Leve – presença de dois ou três sintomas;
- Moderada – presença de quatro ou cinco sintomas;
- Grave – presença de seis ou mais sintomas.

Este episódio ocorre por causa de uma brusca diminuição da concentração de álcool no sangue, de quatro a doze horas após cessação ou diminuição do consumo. Os sintomas são mais intensificados no dia seguinte devido ao curto tempo de semivida do álcool, sendo que ao longo do tempo vai melhorando (Psiquiatria, 2013).

Segundo o DSM-V (2013), a dependência de álcool é caracterizada por comportamentos repetitivos e recorrentes da ingestão de bebidas alcoólicas em três das setes categorias de funcionamento num período de pelo menos doze meses.

Categorias de funcionamento:

- 1) Evidência de tolerância – são necessárias quantidades excessivas para obter o efeito pretendido;
- 2) Síndrome de abstinência alcoólica ou consumo de álcool para evitar/aliviar sintomatologia da mesma;
- 3) Desejo intenso ou compulsão para o consumo da substância;
- 4) Desejo persistente ou esforço, sem êxito, para diminuir consumo da substância;
- 5) Aumento do tempo de consumir, conseguir ou recuperar-se dos efeitos do álcool;
- 6) Abandono progressivo de outros prazeres ou interesses, atividades sociais, ocupacionais e recreativas devido ao uso da substância;
- 7) Persistência no consumo de álcool, mesmo quando contraindicado, em caso de perturbações físicas e psicológicas.

Os comportamentos relacionados com a dependência dependem da substância, do ambiente e das características do consumidor. Segundo o mesmo autor, podem haver vários fatores que levem ao consumo de bebidas alcoólicas, como perturbações anteriores a este comportamento aditivo (Balsa, et al., 2007).

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Desta forma, serão apresentadas as várias fases do abuso do álcool, segundo Jellinek, que cada individuo sofre e posterior descrição.

1.2.3. Fases do abuso do álcool

O álcool é considerado uma substância de abuso depressora que precipita a diminuição da atividade cerebral reduzindo os estímulos nervosos, ou seja, o individuo não reage rapidamente como numa situação normal (CISA, 2017).

Segundo Jellinek (1997), existem 4 fases quanto ao padrão de utilização/abuso do álcool:

1. Fase pré-alcoólica:
 - Consumo de álcool para aliviar stresse e tensões do dia-a-dia;
 - Repetição de ação observada nos pais e outros;
 - Desenvolvimento de tolerância ao álcool.
2. Fase alcoólica inicial:
 - Ocorrem períodos de amnesia;
 - Álcool passa a ser uma necessidade para o individuo;
 - Individuo consome álcool às escondidas;
 - Inicia-se sentimento de culpa;
 - Atitude defensiva quanto à sua ingestão;
 - Uso de mecanismos de negação e de racionalização para justificar o abuso.
3. Fase crucial:
 - Perda de controlo;
 - Dependência fisiológica visível;
 - Ingestão excessiva em festas;
 - Períodos de mau estar, perda de consciência, desleixo e desorganização;
 - Raiva e agressividade;
 - Individuo arrisca tudo para manter dependência pelo álcool, sendo este o seu foco total;
 - Perda do emprego, família, amigos e respeito por si próprio;
4. Fase crónica ou residual:
 - Desintegração física e emocional;
 - Maior parte do tempo o individuo encontra-se embriagado do que sóbrio;
 - Impotência e pena de si próprio;

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

- Manifestações físicas no organismo;
- Abstinência (alucinações, tremores, convulsões, agitação, pânico);
- Depressão e ideias suicidas.

Segundo Oliveira, citando Zago (1996), o alcoolismo é definido pelo consumo excessivo de bebidas alcoólicas que interfere com a vida do indivíduo e dos que o rodeiam. Este pode ser causador de doenças ou perturbações físicas e psicológicas, podendo muitas delas levar à morte.

Assim sendo, em seguida serão apresentadas e descritas as fases do metabolismo de álcool e as patologias que a contínua ingestão de álcool pode provocar a longo prazo.

1.2.4. Patologias provocadas pelo abuso de álcool

O metabolismo do álcool está dependente de diversos fatores como a idade, a estrutura física, vulnerabilidade genética, estado de saúde, padrão de consumo e sexo. Este metabolismo encontra-se dividido em quatro fases (CISA, 2017):

➤ Fase de Absorção:

No organismo o álcool é absorvido pelo estômago (30%), podendo ser absorvido rápida ou lentamente devido à presença de alimentos que ingeriu anteriormente e a velocidade a que os consumiu. É também em grande parte absorvido pelo duodeno (65%), e no cólon (5%) a sua absorção é mais rápida. Esta etapa pode ter duração média de uma hora podendo variar devido ao fatores descritos acima.

➤ Fase de Distribuição:

Como o álcool é uma substância solúvel em água, este entra na corrente sanguínea mais facilmente podendo posteriormente distribuir-se pelos restantes órgãos, tecidos e músculos. Os órgãos em que o álcool se encontra em maiores concentrações são no cérebro, coração, rins e músculos.

➤ Fase de Metabolização:

Na metabolização existem duas enzimas importantes, a álcool desidrogenase (ADH) que converte o álcool em acetaldeído, como este componente é tóxico mesmo encontrando-se em baixas concentrações, é necessária a atuação de uma segunda enzima, a aldeído

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

desidrogenase (ALDH) que vai converter o acetaldeído em acetato. O acetato produzido entra na corrente sanguínea e é transportado para outras partes do organismo, onde pode servir de componente para a realização de outras funções orgânicas.

➤ Fase de Eliminação:

O álcool é eliminado pelo fígado em forma de acetato (90%). Os restantes 10% podem ser eliminados através da urina, suor e através dos pulmões.

Num indivíduo em jejum, o valor máximo de alcoolemia é atingido entre 15 a 20 min após a ingestão. Existe distinção entre o sexo feminino e masculino no que diz respeito ao consumo de álcool, isto porque a mulher sendo um ser humano mais reduzido, apresenta menores teores de água e enzimas no organismo, tornando-as mais sensíveis aos efeitos do álcool devido à sua intensificação.

O álcool pode provocar efeitos nefastos em todo o organismo (Sharp & Corp., 2017):

- Neuropatia periférica – dano dos nervos periféricos, acompanhado de dor, sensação de ardor, formigueiro e sensação de picada. Esta complicação resulta do défice de tiamina;
- Miopatia alcoólica – dores musculares, edemas, fraqueza, urina avermelhada. Défice de vitamina B;
- Encefalopatia de Wernicke – grave défice de tiamina. Provoca paralisia dos músculos oculares, diplopia, ataxia, sonolência, letargia e pode levar à morte.
- Psicose de Korsakoff – confusão, perda de memória recente e confabulação (narrando fábulas).
- Cardiomiopatia alcoólica – provoca insuficiência cardíaca congénita (ICC) e arritmias.
- Esofagite – provocada pelos efeitos tóxicos do álcool; ocorrem vómitos frequentes.
- Hepatite alcoólica – causada pela ingestão prolongada e pelos efeitos tóxicos do álcool; o fígado e o baço aumentam e ficam mais sensíveis; provoca náuseas e vómitos, letargia, anorexia, ascite e perda de peso.
- Cirrose hepática – estado final da hepatite crónica; ocorre destruição das células hepáticas. Provoca náuseas, vómitos, diarreia, perda de peso, dor abdominal, icterícia, edema, anemia e alterações da coagulação.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

- Hipertensão portal;
- Ascite;
- Encefalopatia hepática;
- Disfunção sexual.

Estas patologias são causadas pela ação toxica do álcool no organismo dos indivíduos, podendo-se manifestar em vários órgãos ou sistemas, conferindo ao individuo uma perturbação que pode estar direta ou indiretamente relacionada com o consumo de álcool (Mello, et al., 2001).

A seguir, serão enunciadas as várias características físicas, sociais e psicológicas que podem definir um individuo alcoólico.

1.3. Características da pessoa alcoólica

O álcool pode mudar as atitudes de um individuo perante a sua vida pessoal, social e económica, estando estas associadas á alteração das características físicas, psicológicas e sociais desse individuo (Psiquiatria, 2013).

Características físicas – tremores; quedas; convulsões; lentidão; perturbações na acuidade visual; perturbações do equilíbrio oculomotor; náuseas e vômitos; taquicardia; sudorese; palidez; híper/hipotermia; câibras; dor muscular; alterações sensitivas; ataxia; impotência (homens); redução de fertilidade (mulheres); desnutrição;

Características psicológicas – nervosismo; irritabilidade; ansiedade; insónia; agressividade; falta de concentração; mentiras frequentes (consumo ás escondidas); perdas de memória; desorientação; alucinações; desinteresse; falta de crítica; gosto de correr riscos; alterações na vigília; euforia; excitação;

Características Sociais – isolamento; desemprego; desajuste com a sociedade; brigas com a família; perda de produtividade; irresponsabilidade perante a família e sociedade; acidentes de viação; delitos, violência e criminalidade; vagabundagem; absentismo; reformas prematuras; descendência (família).

Assim sendo, estas características ou sintomas são os elementos essenciais para a construção de um diagnóstico de doença alcoólica e posterior reabilitação destes

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

indivíduos para a restauração da sua qualidade de vida e dos que o rodeiam (Mello, et al., 2001).

De seguida, serão apresentadas as definições de qualidade de vida e pressão social e como se encontram interligadas.

1.4. Qualidade de vida

Segundo Minayo, *et al.* (2007), a qualidade de vida é um conceito humano que depende da satisfação pessoal, familiar, social e ambiental.

Este conceito é muito amplo, sendo constituído pela saúde física, psicológica, o nível de dependência, as relações sociais e a relação com o meio ambiente. Estas vertentes da vida de um individuo podem ser afetadas por diversos fatores, internos ou externos, colocando em risco a sua qualidade de vida (OMS, 2017).

Atualmente o conceito de qualidade de vida não se encontra bem definido, dado que diversos autores, como Minayo *et al.* e a OMS, apresentam definições diferente para qualidade de vida.

Para Shalock e Verdugo (2002), a definição de qualidade de vida consiste:

“conceito multidimensional que comporta 8 domínios e um conjunto de indicadores chave”

Destes oito domínios destacam-se o bem-estar emocional, as relações interpessoais, o bem-estar material, desenvolvimento pessoal, bem-estar físico, autodeterminação, inclusão social e os direitos de um individuo. Em 2010, os mesmos autores juntamente com Ariaz e Gómez, reformularam e adaptaram os domínios, dando origem a três dimensões:

1. Desenvolvimento pessoal:

É o conjunto de conhecimentos, conceitos, recursos e técnicas para que haja um desenvolvimento do ser humano. Ou seja, é um processo onde há ganho de competências, controlo e influência que irão auxiliar o individuo na perceção das competências adquiridas, de modo a permitir o estabelecimento de relações pessoais e o ganho de autodeterminação, sendo as duas variáveis estabelecidas para esta dimensão.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

2. Bem-estar:

É uma dimensão onde são estabelecidas as condições desejáveis para a vida de um indivíduo. Este deve ter a perceção da sua condição física, emocional e material, para posteriormente obter as condições necessária para atingir o equilíbrio do seu bem-estar. Assim, nesta dimensão pode-se distinguir 3 variáveis – físico, emocional e material.

3. Inclusão social:

Compreende interações e decisões que influenciam os projetos de vida delineados por um indivíduo. São estabelecidos objetivos e técnicas, como recurso para o alcance desses projetos, que têm impacto sobre variáveis como a empregabilidade, cidadania e os direitos de cada indivíduo. Assim sendo, os autores, distribuíram estas últimas como as três variáveis que caracterizam a dimensão da inclusão social.

Desta forma, entendeu-se que a qualidade de vida engloba as várias vertentes da vida de um indivíduo tratando-o como um ser holístico, ou seja, dá-se importância à pessoa em si, mas também ao meio que a rodeia. Então, é essencial promover estas vertentes para que cada indivíduo seja capaz de adquirir os meios necessários, para atingir aquilo que o indivíduo define como qualidade de vida (CERCINA, 2013).

Na atualidade, a sociedade tem grande peso nas vertentes da qualidade de vida, podendo por vezes ser prejudicial para a população. Um dos fatores que pode influenciar a qualidade de vida da população é a pressão que a sociedade exerce, com a finalidade da adoção das estéticas predefinidas pela mesma (Bizarro, 2011).

A pressão social também designada como influência social, segundo Michener *et al.* (2006), é definida como o comportamento que um indivíduo exerce sobre outro, fazendo-o mudar de opinião ou executar uma ação que por pensamento próprio não executaria. Neste caso existe uma Fonte – influenciador, e um Alvo – influenciado, que tanto um como outro pode ser apenas um indivíduo ou um grupo de indivíduos.

Para que haja mudança de comportamento por parte do influenciado, a fonte tem que ser credível, persuasiva, experiente e apresentar semelhanças com o indivíduo alvo, só assim o influenciador será bem-sucedido. O influenciado são maioritariamente os indivíduos que possuem baixa auto estima e dificuldade na compreensão do que está correto e o que está errado (Davidoff, 2001).

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

A persuasão, para Aristóteles (1998) era:

“alcançada pelo carácter pessoal do orador quando o discurso é emitido de forma a fazer com que tenhamos ele como digno de crédito.”

As observações do autor levaram á criação de três categorias com grande importância para a credibilidade de um individuo, sendo as seguintes:

- Ethos – apelo á autoridade ou honestidade do orador; o orador é capaz de convencer uma pessoa das suas capacidades e credibilidade.
- Pathos – apelo às emoções de um individuo, ou seja, tentar relacionar-se com ele demonstrando as semelhanças entre si.
- Logos – apelo á lógica e conhecimento. Esta é a que mais se assemelha á persuasão, porque com o uso do conhecimento e descrição dos factos de determinado assunto proporciona ao orador maior credibilidade.

Assim sendo, quem fugir aos padrões estabelecidos por esta autoridade sofre influência por parte dos grupos de amigos ou até mesmo pela sociedade para mudar os seus estilos de vida e adotar aqueles que lhes são impostos. Desta forma, existe uma interligação com a qualidade de vida e a pressão social, porque os indivíduos estabelecem o seu estilo de vida conforme a sua definição de qualidade de vida, mas devido á influência da sociedade, esta é prejudicada, ou seja, não existe qualidade de vida. Com a inexistência desta os indivíduos perdem as relações interpessoais, o seu bem-estar podendo levar a comportamentos menos adequados, como o consumo de álcool, prejudiciais ao individuo e aos que o rodeiam (Lino, 2006).

A seguir, será abordada a reabilitação psicossocial e a sua importância para os indivíduos com problemas alcoólicos.

1.5. Reabilitação psicossocial

A OMS (2017) define reabilitação psicossocial como:

“processo que oferece a oportunidade ás pessoas que estão em situação de incapacidade ou desvantagem devido a doença mental de alcançarem o seu nível de funcionamento autónomo na comunidade.”

Este processo é indicado para indivíduos que não estejam sob efeitos psicológicos ou emocionais, de modo a prevenir o regresso ao abuso ou dependência do álcool. Tem como

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

finalidade auxiliar o individuo a controlar a vontade de consumir bebidas alcoólicas e a reconquistar ou alcançar o seu bem-estar geral (Ferreira-Borges & Filho, 2007).

Segundo a tríade Individuo-Substância-Contexto, os mesmos autores afirmam que o individuo é o foco das intervenções, ou seja, enquanto este não fizer reabilitação, a substância vai desempenhar uma função para o individuo.

Contudo, a reabilitação depende dos motivos que estão subjacentes ao consumo de uma substância. Sendo assim, foram formulados vários modelos com uma abordagem versátil, de modo a que as intervenções estivessem de acordo com as vantagens terapêuticas, com a sua eficácia ou objetivos. Esses modelos tiveram origem noutros exemplos como (Ferreira-Borges & Filho, 2007):

- ◆ Moral – Existe dependência devido a perda de vontade do individuo. Assim, a reabilitação vai atuar no aumento da força de vontade desse individuo, para que consiga resistir á “tentação” de voltar a consumir aquela substância.
- ◆ Psicológico (aprendizagem/comportamental) – O comportamento aditivo existe devido á aprendizagem de comportamentos ou hábitos inadequados. A estratégia a utilizar é o ensino de comportamentos e cognições que ajudem o individuo a lidar com este problema.
- ◆ Social – A dependência da substância advém dos fatores sociais, como a cultura, estrato socioeconómico ou pressão de grupo. A estratégia abordada neste modelo recai sobre a atuação nesses fatores e na maneira como o individuo reage a eles.

Sendo assim, em termos psicossociais, a diversidade de estratégias adaptadas é ampla. Muitas baseiam-se em pressupostos teóricos, enquanto outras em aspetos mais pragmáticos como terapias individuais ou de grupo, como o caso da instituição escolhida para o estudo, os Alcoólicos Anónimos. Estas terapias acompanham cada individuo, conforme o seu problema, desde a procura de ajuda até á reabilitação total do mesmo, com a finalidade da reintegração na sociedade (Ferreira-Borges & Filho, 2007).

Resumidamente, o álcool é uma substância conhecida á muitos anos pelo seu carácter festivo, mas atualmente o seu consumo em Portugal tem vindo aumentar. Este inicialmente pode provocar pequenas alterações no organismo como excitação e prazer, mas pode levar á dependência quando em conjunto com fatores biológicos, psicológicos ou socioculturais. No entanto, para chegar á fase de dependência o individuo passa por

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

dois estádios, o uso e o abuso, fase de experimentação e fase de uso ocasional, respetivamente. Quando o individuo desenvolve tolerância ao álcool, então pode-se afirmar que está dependente daquela substância, podendo a qualquer momento interromper voluntariamente o seu consumo, designado como abstinência alcoólica.

O consumo de álcool pode levar também a comportamentos inadequados, sendo assim Jellinek enquadró-os em quatro fases do abuso de álcool: pré-alcoólica, alcoólica inicial, crucial e a crónica ou residual. Num individuo, o abuso prolongado desta substância pode desencadear diversas patologias, porque o organismo absorve o álcool e este sendo sintetizado com o tempo provoca lesões no fígado e noutros órgãos. Este tipo de consequências põe em causa a qualidade de vida dos indivíduos, assim como os juízos feito pela sociedade ou por outras entidades que persuadem a população a seguir os estilos de vida padronizados por uma entidade superior.

Todos estes obstáculos são ultrapassados com a procura de ajuda e força de vontade. Organizações como os alcoólicos anónimos ajudam o individuo a por fim a este consumo e reentregar-se novamente na sociedade, alcançando assim a sua definição de qualidade de vida.

Seguidamente, será apresentada a fase metodológica onde é explicado o desenvolvimento da investigação desde a explicação do tema, questões e objetivos da investigação, desenho de investigação, pré-teste, variáveis dependentes e independentes, como se processa o tratamento dos dados até á salvaguarda dos princípios éticos que devem ser respeitados aquando da entrega dos meios de colheita de dados, neste caso, os questionários.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

II. Fase Metodológica

2.1. Tema

2.1.1. Delineação do tema

Após a realização da fase conceptual, é necessária a fase metodológica, que consiste delineação de etapas e determinação de estratégias que auxiliem a obtenção de novas informações, dados e conhecimentos.

Para a existência de um projeto de investigação é necessária a seleção da situação problemática a abordar, sendo necessária uma investigação e estruturação de uma temática que lhe confira uma explicação concreta e plausível.

O tema foi escolhido de modo a especificar a problemática a abordar para uma melhor compreensão sobre o conteúdo da investigação. Esta trata uma das temáticas mais investigadas – o alcoolismo – sendo assim, decidiu-se estudar uma das vertentes menos investigadas – a pressão social. Através desta elaborou-se a questão de investigação: “Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida dos indivíduos com problemas alcoólicos”.

2.2. Questões de investigação

Segundo Fortin (2009) as questões de investigação:

”São enunciados interrogativos precisos, escritos no presente, e que incluem habitualmente uma ou duas variáveis assim como a população estudada”.

As questões de investigação estão relacionadas com a questão principal e vão orientar o desenvolvimento da pesquisa. São enumeradas:

- ❖ Qual a prevalência do consumo de álcool em Portugal?
- ❖ Quais os efeitos imediatos do consumo de álcool, no organismo?
- ❖ Quais as patologias conhecidas pelos indivíduos, que advêm do consumo de álcool?
- ❖ A nível social, quais as consequências do consumo de álcool?
- ❖ Em que aspeto a pressão social afeta a qualidade de vida dos indivíduos?
- ❖ Em que aspeto a reabilitação psicossocial ajuda o individuo no contacto com a sociedade?

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

2.3. Objetivos Gerais e específicos

Para Fortin (2009):

“o objetivo de um estudo é um enunciado declarativo que precisa as variáveis – chave, a população alvo e a orientação da investigação”.

Assim sendo, para orientar a investigação é necessário um “fio condutor”, que são as questões de investigação e os objetivos. Estes vão assegurar a coerência das fases de estudo para que a investigação seja fidedigna, correta e coerente com a informação e dados recolhidos.

Foram então delineados os objetivos gerais e específicos para a realização do projeto de investigação:

Objetivo geral:

- ❖ Descrever em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos.

Objetivos específicos:

- ❖ Descrever a prevalência do consumo de álcool em Portugal;
- ❖ Enumerar os efeitos imediatos do consumo de álcool;
- ❖ Identificar e descrever as patologias conhecidas pelos indivíduos, que advém do consumo de álcool;
- ❖ Enumerar quais as consequências sociais do consumo de álcool;
- ❖ Descrever em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida dos indivíduos.
- ❖ Descrever em que aspeto a reabilitação psicossocial ajuda os indivíduos no contacto com a sociedade;

Assim, foram delineadas a ação geral e as ações específicas da investigação. As últimas apresentam um carater mais concreto, facilitando a abordagem da temática em estudo.

De seguida, será caracterizado o desenho de investigação e quais os elementos principais na construção do mesmo.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

2.4. Desenho da investigação

Fortin (2009), define o desenho de investigação como:

“plano lógico traçado pelo investigador, tendo em vista estabelecer uma maneira de proceder suscetível de levar à realização dos objetivos, que são encontrar respostas às questões de investigação”

Nesta fase, os objetivos e os elementos do estudo vão auxiliar na procura de resposta para a temática, respondendo às questões de investigação e, posteriormente ao tema selecionado.

Os principais elementos do estudo são o meio e o tipo de estudo a abordar, a população alvo e sua amostra, as variáveis dependentes e independentes, os métodos para a colheita dos dados, o tratamento e apresentação desses mesmos dados (Fortin, 2009).

Abaixo serão referidos os elementos principais para a construção do desenho de investigação.

2.4.1. Tipo de estudo

O tipo de estudo é definido como “ a estrutura utilizada segundo a questão de investigação” (Fortin 2009). Este é dependente das questões de investigação e dos objetivos, porque são eles que vão dar resposta á questão pivô. E posteriormente resposta á temática da investigação.

Sendo assim, optou-se por um estudo descritivo simples, transversal e com abordagem quantitativa. Um estudo descritivo simples define-se pela apresentação organizada de uma da informação acerca da população alvo inquirida. Quanto á duração do estudo, definiu-se como transversal porque é um estudo realizado num determinado período de tempo. E tem abordagem quantitativa, porque consiste numa análise estatística dos dados obtidos de modo a facilitar a sua análise.

A população alvo definida foi o grupo de indivíduos que frequentavam as reuniões dos Alcoólicos Anónimos, nelas foram distribuídos os questionários de acordo com a amostra pretendida.

Seguidamente, será descrito o meio de estudo escolhido e como se processou a sua realização.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

2.4.2. Meio de realização do estudo

A escolha do meio está dependente do tema da investigação, sendo necessário assegurar que a instituição é acessível e colaborante, para que se possa obter as informações necessárias.

De acordo com a população-alvo, foi definida a instituição dos alcoólicos anónimos como o meio para a realização dos questionários. A investigadora para proceder á aplicação do questionário dirigiu-se á instituição para obter informação acerca dos dias das reuniões e quantos indivíduos poderiam estar presentes.

Após reunião com os responsáveis, teve-se conhecimento de que as reuniões eram fechadas e o número de indivíduos reduzido, optando por seleccionar outra instituição com as mesmas características. A investigadora explicou os objetivos pretendidos para a investigação e os responsáveis mostraram-se disponíveis para a realização dos questionários, explicando aos inquiridos qual o objetivo do mesmo.

Em seguida, apresentar-se-á a caracterização da população alvo e respetiva amostra.

2.4.3. População alvo e Amostra

Fortin (2009, p. 194) define a população-alvo como:

“conjunto de pessoas que satisfazem os critérios de seleção definidos previamente e que permitem fazer generalizações”

Para Fortin (2009, p. 194) a amostra é:

“a fração de uma população sobre a qual se faz o estudo”

Assim sendo, a população alvo deste estudo são todos os indivíduos com problemas alcoólicos e a amostra são 30 pessoas desta população. Segundo a informação referida acima, esta amostra foi dividida pelo número de instituições pretendidas.

De seguida, será definido o processo de amostragem e qual se adequa á investigação.

2.4.4. Processo de amostragem

Após definida a amostra procedeu-se á escolha do processo de amostragem, que pode ser probabilístico ou não probabilístico.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Nesta investigação optou-se pelo processo de amostragem não probabilístico, que segundo Fortin (2009) é:

“ o processo pelo qual todos os elementos da população não tem uma probabilidade igual de serem escolhidos para fazerem parte da amostra.”

Os responsáveis das reuniões disponibilizaram-se na entrega dos questionários aos indivíduos que estivessem presentes nas reuniões. Sendo assim, o processo de amostragem adequado á situação é o método acidental, que segundo Fortin (2009):

“ os sujeitos são incluídos no estudo à medida que estes se apresentam num local preciso.”

Este foi o método adequado, porque os inquiridos foram selecionados conforme apareciam nas reuniões, constituindo assim parte da amostra. Desta forma, procedeu-se á entrega de 15 questionários a cada uma das instituições dos Alcoólicos Anónimos.

No seguinte ponto, será apresentado o instrumento de recolha de dados utilizado e respetiva justificação e caracterização.

2.4.5. Métodos e instrumentos da colheita de dados

Após a escolha do tema para a investigação, optou-se por realizar um estudo quantitativo onde se utilizaria um questionário como instrumento de colheita de dados.

Segundo Fortin (2009):

“O questionário é um dos métodos de colheita de dados que necessitam de respostas escritas a um conjunto de questões por parte dos sujeitos.”

O questionário foi construído em conjunto com outra investigadora, utilizando a mesma amostra para temáticas diferentes. Este foi baseado num questionário realizado por uma investigadora com o nome de Joana Raquel Silva Veiga (2009) e adaptado ao tema em estudo.

Encontrava-se dividido em quatro partes:

- 1ª Parte – questões dos dados sociodemográficos para a caracterização da amostra, como a idade, sexo, estado civil e habilitações literárias.
- 2ª Parte – questões acerca do padrão de consumo de bebidas alcoólicas.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

- 3ª Parte – questões relacionadas com o tema da colega investigadora (ansiedade e o stress).
- 4ª Parte – questões acerca da influência da pressão social na vida das pessoas com problemas alcoólicos.

A colheita de dados foi previamente estabelecida pelas investigadoras, decidindo que a mesma deveria decorrer entre 10 e 20 de Abril de 2017. Os questionários ficaram ao cargo dos responsáveis pelas reuniões, fornecendo-os aos indivíduos presentes. O prazo de recolha foi de 11 dias para que fosse possível abranger todas as reuniões da semana, segundo os responsáveis, de modo a obter a amostra pretendida.

Seguidamente, será referida a importância do pré-teste nesta investigação, a sua finalidade e resultados.

2.5. Pré-teste

Após a construção do questionário foi necessária a realização de um pré-teste, tendo como objetivo verificar a sua congruência, a duração, ausência de ambiguidade e objetividade.

O pré-teste permite avaliar três aspetos importantes: fiabilidade, validade e eficácia.

Fortin (2009, p.386) define um pré-teste como:

“prova que consiste em verificar a eficácia e o valor do questionário junto de uma amostra reduzida (entre 10 a 20) da população alvo. Esta etapa é indispensável, porque permite descobrir os defeitos e fazer as correções que se impõe.”

Na realização de um pré-teste é necessário estar presente pelo menos um quarto da amostra, sendo assim reuniu-se um grupo de cinco indivíduos para a realização do mesmo. Ele permite avaliar a validade interna e externa do questionário. A primeira indica se os dados podem ser aceites com base na investigação, enquanto a segunda só existe se esses dados puderem ser aplicados a outros programas ou ações.

No final, recolheu-se o feedback dos inquiridos e concluiu-se que não era necessário alterar o questionário visto que tinha os critérios necessários para ser aplicado.

De seguida, serão apresentadas as variáveis de estudo dependentes e independentes cruciais nesta investigação.

Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

2.6. Variáveis em estudo

As variáveis, segundo Fortin (2009, pp.171-172) são “como sendo unidades de base da investigação”. Podem ser divididas em dependentes e independentes. As respectivas definições serão apresentadas abaixo.

2.6.1. Variáveis dependentes

Fortin (2009, p.37) define uma variável dependente como “o fator em estudo”, que nesta investigação é a pressão social. Esta pode ser influenciada pelas variáveis independentes, ajudando a explicar como varia a variável dependente de acordo com os dados obtidos.

2.6.2. Variáveis independentes

Segundo Fortin (2009, p.37):

“A variável independente é aquela que influencia, determina ou afeta outra variável. As variáveis independentes explicam o fator em estudo, ou seja, a variável dependente.”

Nas variáveis independentes estão a idade, o sexo, estado civil e habilitações literárias, ou seja, são aquelas que ao longo da investigação se mantêm inalteráveis.

No ponto seguinte será apresentado o tratamento dos dados colhidos e posterior análise dos mesmos.

2.7. Tratamento e análise dos dados

No tratamento dos dados obtidos, optou-se pela utilização do programa Microsoft Office Excel 2013 para a construção gráfica, proporcionando uma melhor visualização e interpretação da informação fornecida. Para a construção dos gráficos foram usados o número total de inquiridos e a respetiva percentagem.

De seguida, serão apresentados os princípios éticos que se deve salvaguardar nesta investigação.

2.8. Salvaguarda dos princípios éticos

Segundo Fortin (2009, p.116):

“A investigação aplicada aos seres humanos pode, por vezes causar danos aos direitos e liberdades da pessoa.”

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Sendo assim, Fortin (2009, p.116) definiu cinco direitos a serem respeitados:

- Direito á autodeterminação – respeito pelos indivíduos com capacidade de decisão própria.
- Direito á intimidade – proteger o anonimato da informação acerca de determinada pessoa.
- Direito ao anonimato e confidencialidade – manter a identidade dos indivíduos em anonimato, para não se reconhecer características ou determinadas informações.
- Direito á proteção contra o desconforto e prejuízo – consiste na proteção dos indivíduos quanto aos riscos da investigação.
- Direito ao tratamento justo e equitativo – direito a conhecer a investigação e seu propósito.

Para o cumprimento dos direitos dos inquiridores optou-se pela utilização de um consentimento informado onde davam autorização para a recolha dos dados.

Os consentimentos foram entregues juntamente com os questionários, mas após se ter conferenciado com os responsáveis das instituições, estes acharam apropriado serem eles a entregar os questionários para manter o anonimato dos indivíduos. Sendo assim, por parte dos inquiridos foi dado o consentimento oral, posteriormente transmitido às investigadoras.

A seguir, será apresentada a fase empírica com a representação gráfica e respetiva conclusão.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

III. Fase Empírica

Segundo Fortin (2009, p.56), a fase empírica consiste na “colheita dos dados no terreno, á sua organização e á sua análise estatística”.

A análise dos dados foi realizada através do questionário, utilizando o número total de indivíduos e as percentagens correspondentes.

Os dados foram analisados através da utilização do programa Microsoft Office Excel 2017, para a construção gráfica da caracterização da amostra, do padrão de consumo e do aspeto em que a pressão social afeta a qualidade de vida dos indivíduos com problemas alcoólicos.

Abaixo serão apresentados os resultados e sua análise.

3.1. Apresentação e análise dos Resultados

Os resultados obtidos do método de colheita serão apresentados em forma de gráfico com as respetivas legendas para facilitar a sua análise, interpretação e discussão.

Para Fortin (2009, p.330), os resultados:

“provêm dos factos observados no decurso da colheita dos dados (...) são analisados e apresentados de maneira a fornecer uma ligação lógica com o problema de investigação proposto.”

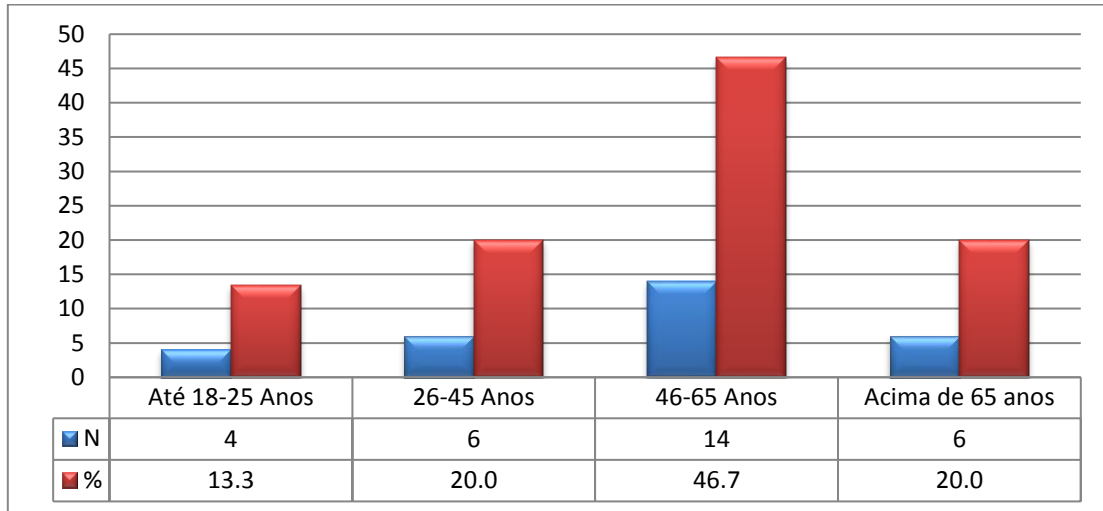
A amostra previamente descrita é constituída por 30 indivíduos com problemas alcoólicos, com idade superior a 18 anos.

De seguida, serão apresentados os gráficos e respetiva interpretação.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

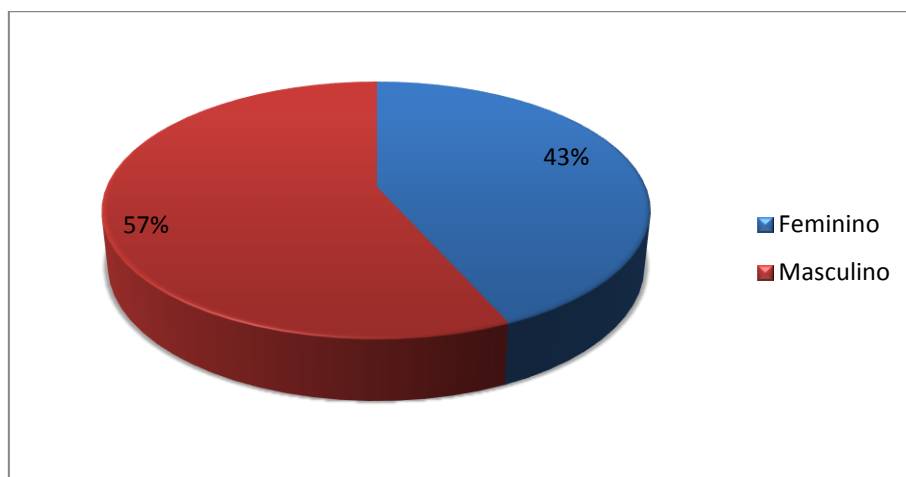
3.2. Caracterização da Amostra

Gráfico 1. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à variável Idade.



No **Gráfico 1**, pode-se observar que a maior percentagem de inquiridos tinham idade entre os 46 e 65 anos, com uma percentagem de aproximadamente 46,7%. Em menor quantidade haviam jovens adultos de idades entre 18 e 25 anos com percentagem de 13,3%. Conclui-se que a amostra é maioritariamente constituída por indivíduos com idades entre os 46-65 anos.

Gráfico 2. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à variável Género

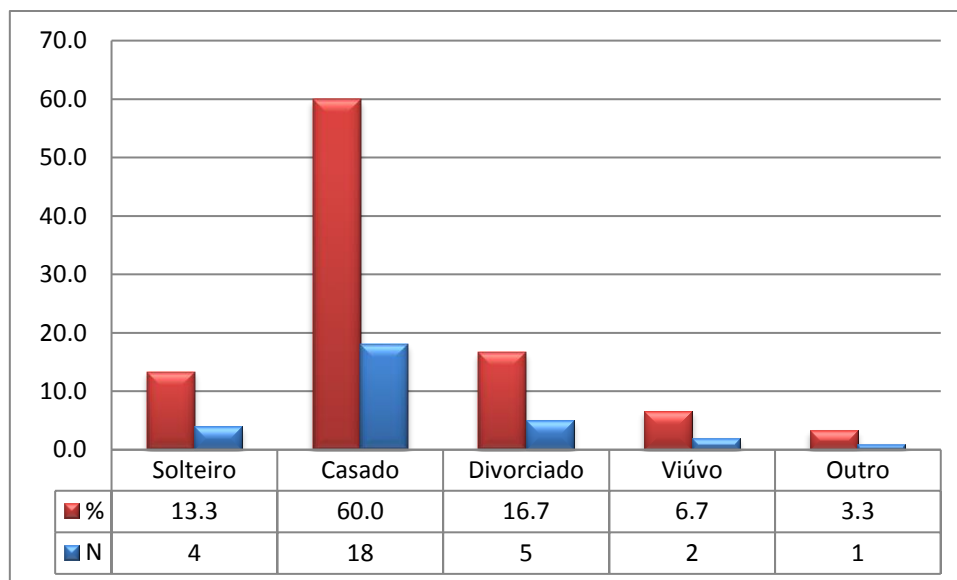


No **Gráfico 2**, existem 13 indivíduos do sexo feminino (43%) e 17 do sexo masculino (57%). Conclui-se que a amostra é predominantemente do sexo masculino. Assim sendo,

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

o consumo de álcool prevalece no género masculino, com uma maior percentagem que o feminino.

Gráfico 3. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à variável Estado Civil.

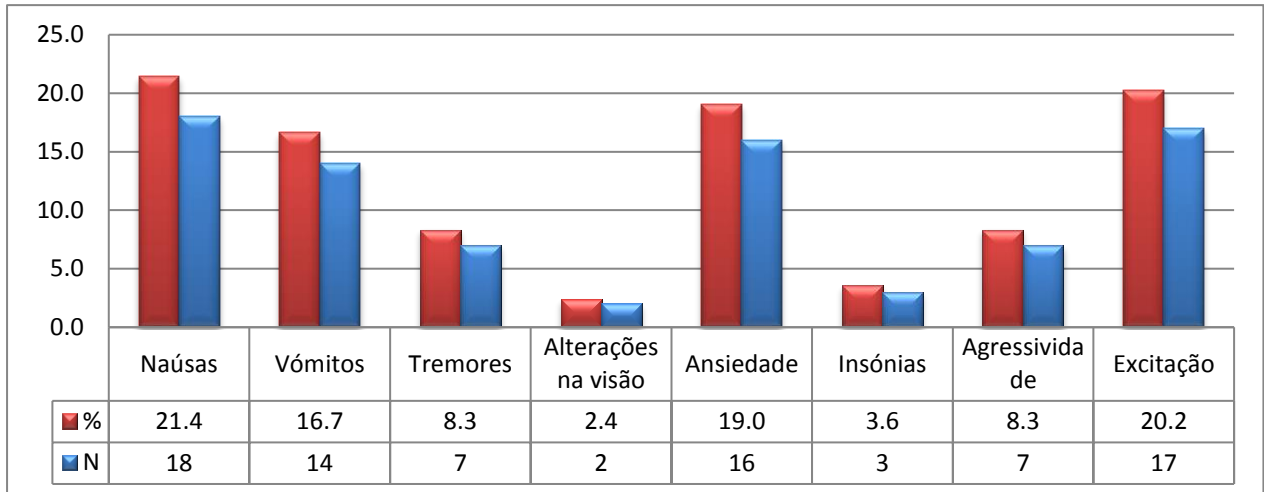


O **Gráfico 3.** mostra que dos 30 inquiridos, 18 (60%) referem que são casados e cinco (16,6%) dos inquiridos referem que são divorciados, quatro (13,3%) são solteiros e os restantes são viúvos ou outros.

Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

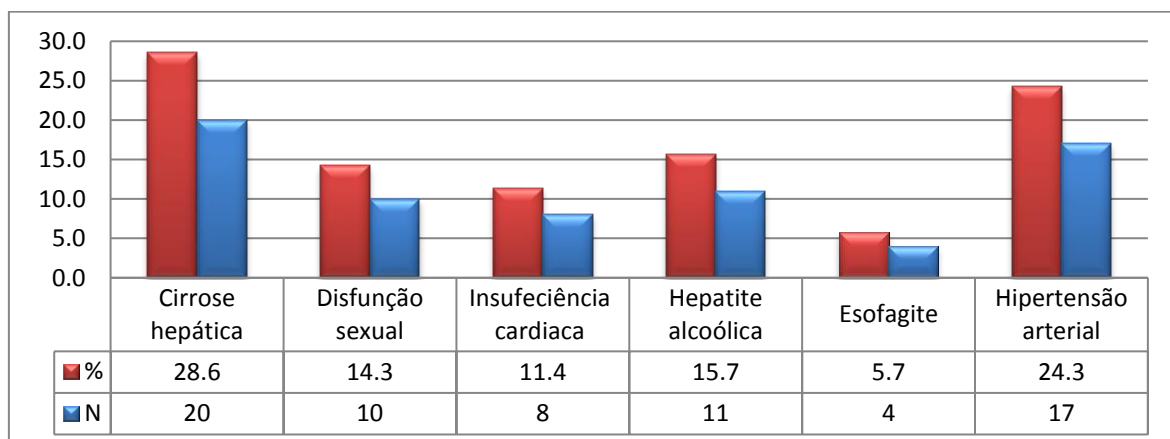
II- As bebidas alcoólicas relacionadas com o padrão de consumo

Gráfico 4. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Após o consumo de bebidas alcoólicas que alterações sente no seu corpo?”



O **Gráfico 4.** indica que dos 30 inquiridos, 18 (21,4%) referiram náuseas, 17 (20,2%) sentiram excitação, 16 (19%) sentiram ansiedade e 14 (16,7) referiram vômitos. Assim, a investigadora concluiu que os efeitos que, maioritariamente, se manifestam no organismo são as náuseas, a sensação de excitação, a ansiedade e os vômitos.

Gráfico 5. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “ A longo prazo, que consequências poderiam surgir no seu organismo, devido ao consumo excessivo de álcool?”

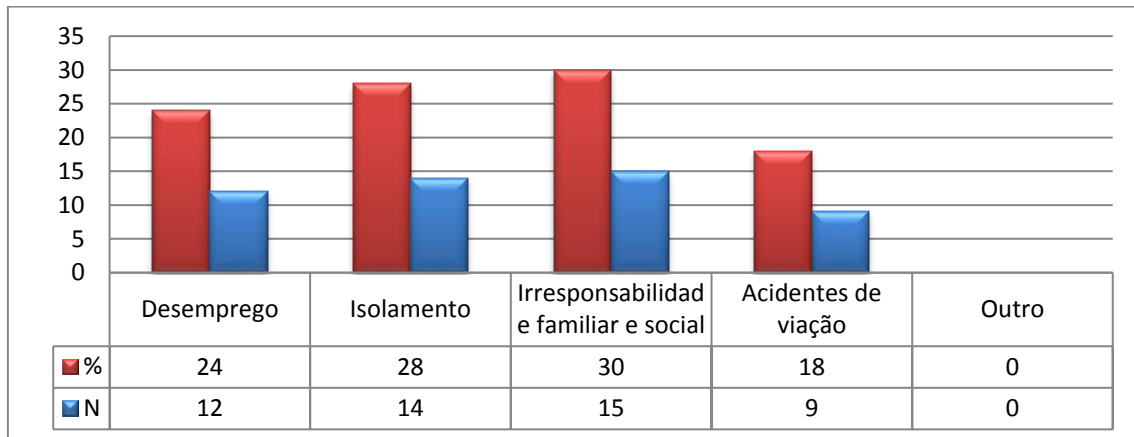


No **Gráfico 5.** observa-se que dos 30 inquiridos, 20 (28,5%) referem a cirrose hepática, 17 (24,3%) a hipertensão arterial, 11 (15,7%) a hepatite alcoólica e dez (14,2%) disfunção sexual como as patologias que podem surgir com a ingestão de álcool, a longo prazo. Sendo assim, conclui-se que as patologias mais conhecidas por parte dos inquiridos são a cirrose hepática, a hipertensão arterial, hepatite alcoólica e a disfunção sexual.

Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

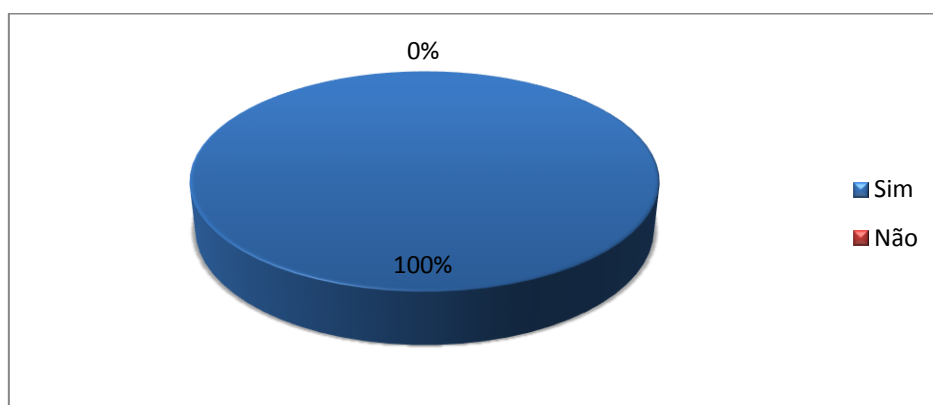
III- Em que a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos.

Gráfico 6. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Quais as consequências sociais que poderiam surgir devido ao consumo excessivo de álcool?”



O **Gráfico 6.** mostra que dos 30 inquiridos, 15 (30%) responderam irresponsabilidade familiar e social, 14 (28%) isolamento, 12 (24%) desemprego e os restantes responderam acidentes de viação. Com esta análise, observa-se que as maiores consequências do consumo de álcool são a irresponsabilidade familiar e social e o isolamento.

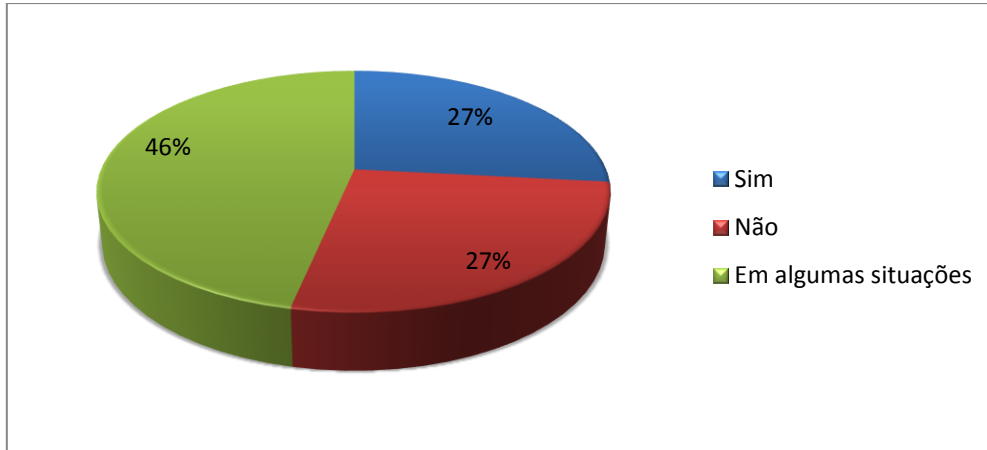
Gráfico 7. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Ao fim de algum tempo, considerou que o consumo de álcool poderia trazer consequências negativas para a sua vida?”



No **Gráfico 7.** Observa-se que a totalidade (100%) da amostra respondeu afirmativamente á questão de o álcool trazer consequências negativas para as suas vidas.

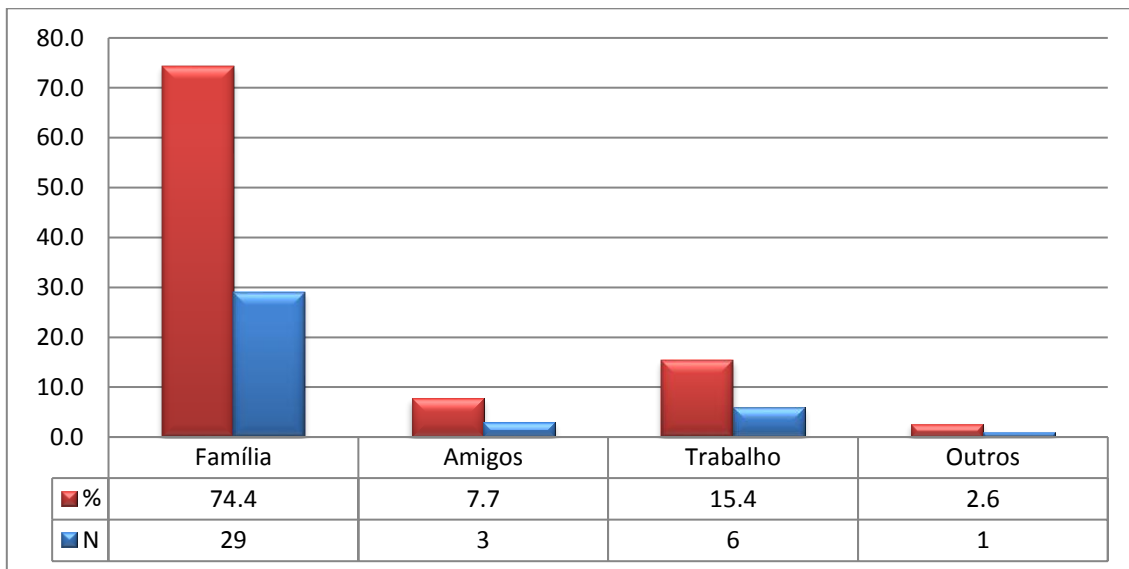
Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Gráfico 8. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Achava que os seus problemas com a sociedade desapareceriam com o consumo de bebidas alcoólicas?”



O **Gráfico 8.** mostra que 14 (48%) indivíduos responderam sim, oito (27%) que não e oito (27%) em algumas situações. Assim conclui-se que maior parte da amostra ingeria bebidas alcoólicas para que os seus problemas desaparecessem.

Gráfico 9. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente à questão: “Qual o âmbito da sua vida que foi mais afetado negativamente com o álcool?”

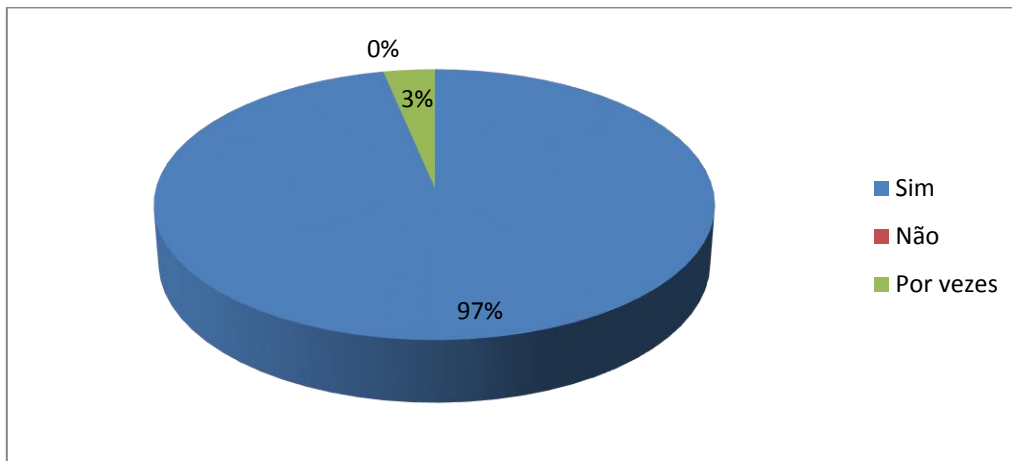


O **Gráfico 9.** indica que, dos 30 inquiridos, 29 (74,4%) responderam família, seis (15,4 %) trabalho, três (7,7%) amigos e os restantes responderam outros. Com a análise do gráfico, pode-se afirmar que o âmbito mais prejudicado na vida dos indivíduos com problemas alcoólicos é a família.

Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

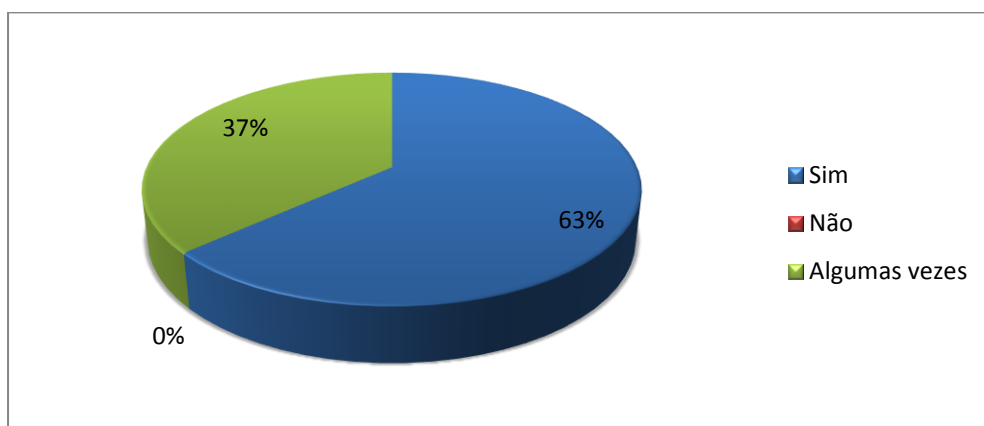
Gráfico 10. Distribuição numérica e percentual da amostra relativamente às questões relacionadas com a reabilitação psicossocial - ajuda dada ao indivíduo para controlar a vontade de usar ou abusar de uma substância e a reconquistar ou alcançar uma melhoria da qualidade de vida e das suas atividades na sociedade.

a) Após ter encontrado ajuda para ultrapassar o seu problema sentiu melhorias na sua vida?



No **Gráfico 10.a)** pode-se observar que 29 inquiridos responderam afirmativamente á pergunta enquanto um inquirido respondeu por vezes. Sendo assim, maior parte da amostra respondeu que após ter encontrado ajuda a sua vida melhorou.

b) Sabendo que ultrapassou a sua dependência, sente-se novamente confortável perante a sociedade?



No **Gráfico 10.b)** comprova-se que 19 (63%) reponderam que sim e 11 (37%) algumas vezes. Conclui-se que maior parte da amostra se sentia confortável perante a sociedade, enquanto os restantes ainda se sentiam retraídos pelos olhares dos outros.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

IV. Discussão dos resultados obtidos

Segundo Fortin (2009, p. 331) na discussão dos resultados o investigador:

“analisa o conjunto dos resultados e interpreta-os segundo o tipo de estudo...”

Esta fase consiste na discussão dos resultados obtidos pelos questionários, que se encontram representados graficamente no capítulo anterior, para realizar uma interligação com os objetivos geral e específicos predefinidos.

A amostra deste estudo é constituída por 30 indivíduos com problemas alcoólicos que frequentavam as reuniões dos Alcoólicos Anónimos, no Porto. Nesta era predominante o sexo masculino com 17 (57%) indivíduos, com idades compreendidas entre os 46-65 anos.

Na análise e tratamento dos dados, os resultados mais relevantes foram salientados, de modo a obedecer á ordem dos objetivos.

Sendo assim, relativamente ao objetivo geral, a globalidade dos inquiridos responderam que o aspeto em que a pressão social afeta a sua qualidade de vida é a família. Porque perante a ingestão de bebidas alcoólicas estes põem de parte a responsabilidade para com os seus familiares, prejudicando a qualidade de vida de ambos, tanto do individuo como da sua família.

Através da caracterização da amostra, segundo o género, foi possível estudar qual a prevalência do consumo de álcool em Portugal. Conforme os inquiridos, 17 (57%) eram do sexo masculino e 13 (43%) do sexo feminino. Com estes resultados observa-se que existe maior prevalência do consumo de bebidas alcoólicas no género masculino.

O resultado está de acordo com as prevalências dos estudos anteriores, porque conforme as pesquisas bibliográficas realizadas, o género que preferentemente consome bebidas alcoólicas é o sexo masculino. Estes valores têm vindo a aumentar e segundo a World Health Organization (WHO, 2017), nos próximos cinco anos poderá diminuir, devido a um maior acesso a ajudas e a informação para a precaução na ingestão de álcool.

Sendo assim, este estudo está de acordo com os estudos da WHO atualmente realizados e verifica-se que existe maior prevalência do consumo de bebidas alcoólicas no sexo masculino.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Existem diversos efeitos que se manifestam no organismo após a ingestão de bebidas alcoólicas, relativamente a esta questão, 18 (21,4%) indivíduos responderam náuseas, 17 (20,2%) excitação, 16 (19%) ansiedade e 14 (16,7) vômitos. Sendo assim, segundo os inquiridos, os efeitos imediatos do consumo de álcool que se manifestam são as náuseas e vômitos, excitação e ansiedade.

Normalmente um dos efeitos que mais se manifesta é a excitação, porque existe desinibição do indivíduo, tornando-o mais sociável e existe também a libertação de serotonina, dando-lhe prazer em ingerir álcool. As náuseas e vômitos são comuns quando existe ingestão de álcool em excesso provocando alterações na acuidade visual e auditiva provocando desequilíbrio e enjoos. Para além das referidas, a ansiedade é relevante porque quando se encontram dependentes do álcool, sentem necessidade de ingerir bebidas alcoólicas o que gera ansiedade para os mesmos (Cabral, 2007).

Portanto, os resultados obtidos estão em concordância, porque comparando com o estudo de Cabral (2007), pode-se observar que apresentam os mesmos resultados ou aproximadamente iguais, aos anteriormente estudados.

Após vários anos de consumo de bebidas alcoólicas, podem surgir consequências reversíveis ou irreversíveis. Sendo assim, questionou-se os inquiridos, 20 deles (28,5%) responderam cirrose hepática, 17 (24,3%) hipertensão arterial, 11 (15,7%) hepatite alcoólica e 10 (14,2%) disfunção sexual como as patologias que poderiam surgir com a ingestão de bebidas alcoólicas, a longo prazo.

A cirrose hepática é das patologias mais conhecidas pela população, porque é a que tem maior taxa de mortalidade em Portugal. Está estatisticamente provado que as mortes por cirrose hepática são de 9/100000 habitantes, ou seja, aproximadamente 105 pessoas numa população de 10 487 336. Contudo, o número de habitantes tem vindo a diminuir e o consumo de álcool a aumentar, sendo assim deve-se alertar para as consequências do consumo de álcool (WHO, 2017).

Assim sendo, este estudo tornou-se pertinente porque veio confirmar e apoiar a investigação realizada pela WHO (2017) sobre as consequências que apresentam taxas de mortalidades altas, colocando em perigo a população Portuguesa consumidora de bebidas alcoólicas.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

O álcool, para além de trazer consequências ao organismo, também traz consequências para a vida social dos indivíduos podendo envolver a família, o seu emprego e outros aspetos da sua vida. Relativamente a esta situação, questionou-se a amostra, onde 15 inquiridos (30%) responderam irresponsabilidade familiar e social, 14 (28%) isolamento, 12 (24%) desemprego e os restantes responderam acidentes de viação, como os problemas sociais mais comuns, que advém do consumo de álcool.

Segundo Bizarro (2011), com a excessiva ingestão de bebidas alcoólicas os indivíduos ficam desinibidos dando prioridade ao prazer que o álcool lhes traz, e por consequência existe pode existir distanciamento, agressividade, insegurança, ou seja confere ao individuo características negativas que provocam sofrimento nos amigos ou família. Quanto á vida social o trabalho é mais afetado porque existe baixo rendimento por parte destes indivíduos, podendo levar a acidentes de trabalho e ao desemprego.

Atualmente e segundo a OMS (2017), os acidentes de viação são cada vez mais relevantes, porque muitos ocorrem por embriaguez de um dos indivíduos e é um dos índices que tem aumentado significativamente em Portugal. Segundo as estatísticas da OMS, 5.9 mortes/100000 habitantes ocorrem por acidentes de viação. Contudo, em épocas festivas existem operações para verificar os níveis de álcool dos indivíduos, de modo a prevenir mais acidentes.

Pode-se verificar que estes resultados estão em concordância com os estudos da OMS (2017) e de Bizarro (2011), visto que das escolhas da amostra inquirida, os acidentes de viação são um dos aspetos que se deve ter em atenção assim como as responsabilidades destes indivíduos para com a família e o seu emprego.

Um individuo que seja dependente da ingestão de bebidas alcoólicas pode ter alterações na sua qualidade de vida porque é julgado pela sociedade, perante as suas atitudes. Em relação a este assunto, dos 30 inquiridos 29 (74,4%) responderam família, seis (15,4 %) trabalho, três (7,7%) amigos e os restantes responderam outros âmbitos. Segundo estes resultados, a vida dos indivíduos foi afetada no âmbito da família e do trabalho devido a sua ingestão de bebidas alcoólicas.

Hoje em dia a pressão social desempenha um papel negativo para as pessoas, porque estas são julgadas pela sociedade pela forma como atuam no seu quotidiano. A dependência do álcool tem vindo a aumentar, pelo que a sociedade sente-se repugnada pelas atitudes de

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

quem consome álcool em excesso. Devido a isso, estes indivíduos sentem-se inferiorizados por terem um problema, apesar de terem ou não ajuda. Os aspetos da vida destes indivíduos, mais afetados pela pressão exercida pela sociedade são a família e trabalho. A família porque é o meio em que os indivíduos estão inseridos e segundo estudos realizados sofrem com a agressividade e irresponsabilidade da pessoa alcoólica e por medo e vergonha não procuram ajuda. Outro dos meios mais afetados é o trabalho, porque existe mau desempenho do individuo e este prejudica-se a si e aos seus colegas de trabalho pela sua irresponsabilidade e falta de rendimento (Bizarro, 2011).

Por isso, pode-se afirmar que este estudo concorda que os campos da vida mais afetados são os referidos acima e que a procura de ajuda beneficiará o individuo e a sua qualidade de vida.

A procura de ajuda para indivíduos com problemas alcoólicos é importante para restabelecer o equilíbrio nas suas vidas. Com a procura de ajuda, da amostra selecionada, 29 (97%) inquiridos afirmaram que as suas vidas melhoraram e um (3%) respondeu que por vezes parecia que não tinha melhorado, provavelmente porque durante este percurso é normal haver recaídas, mas há que saber ultrapassá-las e pensar no objetivo final que é a recuperação total.

O objetivo da reabilitação psicossocial é devolver a vida ao individuo, para que este consiga estabelecer relações com a sociedade sem se sentir julgado por um problema que conseguiu ultrapassar com ajuda de terapias. A percentagem de indivíduos alcoólicos em Portugal, é de 79,1%, ou seja, mais de 8 321 565 habitantes tem problemas alcoólicos. Estes valores têm vindo a aumentar, segundo estudos anteriores, pelo que é necessário reforçar a ajuda destas terapias, de modo a diminuir a quantidade de indivíduos com este tipo de problemas e prevenir outras consequências referidas anteriormente (Balsa, et al., 2007).

Todo este processo de ajuda é difícil e moroso, pelo que muitos dos inquiridos (11 correspondente a 37%) responderam que por vezes não se sentiam bem em meios sociais, tendo em conta o seu problema. Enquanto maior parte da amostra sentia-se confiante perante os olhares da sociedade portuguesa apesar do problema que tiveram, mas que conseguiram ultrapassar com ajuda e força de vontade.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Sendo assim observa-se que, mais uma vez, os resultados estão em concordância com investigações de Balsa *et al.* (2007) e que com a procura de ajuda os indivíduos recuperam a sua vida pessoal e social, estabelecem relações e sentem-se integrados na sociedade.

Desta forma, através dos resultados pode-se observar que na vida dos inquiridos, os aspetos mais afetados pelo consumo de álcool foram a família e o trabalho. Este consumo de álcool provinha das estéticas implementadas pela sociedade, e quando não cumpridas havia influência por parte da mesma, dos amigos ou outros indivíduos, desencadeando um processo de coping para lidar com a situação, ou seja, iniciando o consumo de bebidas alcoólicas.

Contudo, os inquiridos afirmaram que com a procura de ajuda, ou seja as terapias de grupo como os AA's, ajudaram a melhorar a sua qualidade de vida e passando pela reabilitação psicossocial puderam retomar a sua vida pessoal e social, reintegrando-se na sociedade Portuguesa.

A seguir será apresentada a conclusão do trabalho.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

V. Conclusão

A conclusão deste trabalho de investigação gera uma variedade de sentimentos. Por um lado, a compensação de ver um trabalho de investigação concretizado que inicialmente parecia complexo e difícil de terminar, e por outro lado, o nervosismo e ansiedade para o que virá após a conclusão da Licenciatura em enfermagem.

A investigação científica é uma tarefa árdua, porém a autora tem consciência do esforço e dedicação despendidos neste trabalho, de forma que foi possível superar as dificuldades sentidas, devido à inexperiência em trabalhos de investigação. Dessas dificuldades destacam-se a construção do questionário e a estruturação e linguagem adequada para a realização do presente trabalho, mas com a orientação da Professora Teresa Moreira foi possível a apresentação de uma investigação coerente e pertinente, respondendo á problemática abordada.

Assim sendo, conclui-se que houve aquisição de conhecimento por parte da autora e os objetivos previamente definidos foram atingidos com sucesso, apesar das dificuldades e adversidades no decorrer da investigação.

Em termos pessoais, a autora obteve conhecimento acerca das diversas etapas de um trabalho de investigação e de temáticas da atualidade que permitiram o enriquecimento pessoal e aquisição de experiência acerca da investigação científica.

Este estudo auxiliou na reflexão sobre a importância da redução do consumo de álcool, devido às consequências que pode trazer tanto a nível fisiológico como social, mas também alertar os profissionais de todas as áreas, não só de saúde, sobre o quão prejudicial esta temática pode ser para a vida de cada individuo, perante situações propicias ao consumo de álcool. Ou seja, profissionais sob situações de desgaste físico e social podem recorrer ao consumo de álcool como escapatória, sendo assim futuramente poder-se-á desenvolver novos estudos acerca desta problemática que afeta a sociedade portuguesa.

Sendo assim, podem ser levantadas questões, como por exemplo, “Qual o papel de um enfermeiro perante indivíduos com problemas alcoólicos que sofrem de pressão social?” ou “ Quais as intervenções de enfermagem necessárias para a melhoria da qualidade de vida perante a pressão social sofrida?”. Com o levantamento destas questões é possível no futuro a realização de estudos mais aprofundados e dedicados á

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

prática de Enfermagem.

Desta forma, é possível implementar medidas como as intervenções breves que consistem na intervenção ao indivíduo numa fase inicial do consumo de bebidas alcoólicas. Destas distinguem-se a identificação do padrão de consumo, informação do doente e riscos inerentes a esse consumo, a motivação para a mudanças deste comportamento aditivo, delineação de objetivos pessoais e informação necessária para os atingir e monitorização de todo o processo.

Assim sendo, espera-se que com a temática e respetivos resultados, seja possível dar um contributo científico na área de investigação ou como suporte para futuras investigações.

Para terminar, a todos os apoios diretos e indiretos, a autora agradece o contributo vital para a realização desta investigação.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

VI. Bibliografia

- Anónimos, A., 2017. *Alcoólicos Anónimos*. [Online] Available at: <http://www.aaportugal.org/> [Acedido em 10 Abril 2017].
- Aristóteles, 1998. *Retórica*. s.l.:Imprensa Nacional Casa da Moeda.
- Balsa, C., Vital, C. & Pascueiro, L., 2007. *O consumo de bebidas alcoólicas em Portugal: Prevalências e Padrões de Consumo*. Instituto da Droga e da Toxicodependência, I. P. ed. Lisboa: s.n.
- Bizarro, M., 2011. *Alcohol consumption and risk perception in the Portuguese construction industry*, Bentham Science: Universidade do Minho.
- Cabral, L. R., 2007. *Consumo de bebidas alcoólicas em rituais/praxes académicas*, Porto: ICBAS.
- CERCINA, 2013. *Cooperativa para a Educação e Reabilitação de Crianças Inadaptadas da Nazaré*. [Online] Available at: <http://www.cercina.pt/wp-content/uploads/2013/11/Modelo-de-qualidade-de-vida.pdf> [Acedido em 27 Novembro 2016].
- CISA, 2017. *Centro de informação sobre saúde e álcool*. [Online] Available at: <http://www.cisa.org.br/artigo/5536/metabolismo-alcool.php> [Acedido em 2 Outubro 2016].
- Clinic, M., 2017. *Mayo Clinic*. [Online] Available at: <http://www.mayoclinic.org/> [Acedido em 22 Outubro 2016].
- CUF, 2017. *CUF*. [Online] Available at: <https://www.saudecuf.pt/> [Acedido em 24 Maio 2017].
- Davidoff, L. L., 2001. *Introdução á psicologia*. s.l.:Makron Books.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

- Ferreira-Borges, C. & Filho, H. C., 2007. *Álcool e outras drogas*. 5ª ed. Lisboa: Climepsi Editores.
- Fortin, M.-F., 2009. *O Processo de Investigação: Da Conceção à Realização*. 5ª ed. Loures: Lusociência.
- Jellinek, E. M., 1997. *E. M. Jellinek and the evolution of alcohol: critical essay*, New Jersey: State University of New Jersey.
- Lino, T. A., 2006. *Alcoolismo - da causa á doença*, Lisboa: Universidade Autonoma de Lisboa.
- Maia, L., 2008. *A pressão social no despotar e na intrrupção do comportamento suicidário*, Lisboa: Psicoglobal.
- Mello, M. L. M. d., Barrias, J. & Breda, J., 2001. *Álcool e problemas ligados ao álcool em Portugal*. Lisboa: DGS.
- Michener, H. A., DeLamater, J. D. & Meyers, D. J., 2006. *Psicologia Social*. s.l.:Thomson Learning.
- Minayo, M. C. d. S., Hartz, Z. M. d. a. & Buss, P. M., 2005. *Qualidade de vida e saúde: um debate necessário*, Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz.
- Nunes, L. M. & Jóluskin, G., 2007. *Drogas e comportamentos de adicção. Um manual para estudantes e profissionais de saúde*, Porto: Universidade Fernando Pessoa.
- Oliveira, B. P., 2009. *Alcoolismo: Vivência familiar de uma doença social*, Porto: Faculdade de Letras da Universidade do Porto.
- OMS, 2017. *Organização Mundial da Saúde*. [Online] Available at: <http://www.who.int/eportuguese/countries/prt/pt/> [Acedido em 7 Dezembro 2016].
- Pessoa, U. F., 2014. *Manual de Elaboração de Trabalhos Científicos*, Porto: Universidade Fernando Pessoa.
- Pinto, P. H., 2009. *Os desafios na atenção aos usuários do álcool e outras drogas e a reabilitação psicossocial*, São Paulo: s.n.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

- Psiquiatria, A. A. d., 2013. *DSM-V*. s.l.:ARTMED.
- Rodrigues, M. A. F., 2009. *Estádios de motivação para o tratamento na dependência alcoólica – percursos individuais e género*, Porto: Universidade Fernando Pessoa.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A. & Kaplan, H. I., 2007. *Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/clinical Psychiatry*. 10 ed. Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins.
- Santos, F. F. M. d., 2017. *PorData*. [Online] Available at: <http://www.pordata.pt/Portugal> [Acedido em 22 Maio 2017].
- Saúde, T., 2017. *TuaSaúde*. [Online] Available at: <https://www.tuasaude.com> [Acedido em 20 Outubro 2016].
- Schalock, R. L. & Verdugo, M. A., 2002. *Quality of life for human service practitioners*. Washington DC: American Association on Mental Retardation.
- Sharp, M. & Corp., D., 2017. *Manual MSD*. [Online] Available at: <http://www.manuaismsd.pt/?id=118&cn=995&ss=> [Acedido em 12 Novembro 2016].
- SICAD, 2014. *Relatório Anual 2013: A situação do país em matéria do álcool*, Lisboa: SICAD.
- Verdugo, M., Arias, B., Gómez, L. & Schalock, R., 2010. Development of an objective instrument to assess quality of life in social services: Reliability and validity in Spain. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, pp. 105-123.
- WHO, 2017. *World Health Organization*. [Online] Available at: <http://www.who.int/en/> [Acedido em 21 Janeiro 2017].
- Zago, J. A., 1996. *Considerações sobre os aspectos psicossociais, clínicos e terapêuticos da drogadição*. s.l.:Informação psiquiátrica.

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas
alcoólicos

ANEXOS

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Anexo I – Consentimento Informado

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas
alcoólicos

DECLARAÇÃO DE CONSENTIMENTO

*Considerando a "Declaração de Helsínquia" da Associação Médica Mundial
(Helsínquia 1964; Tóquio 1975; Veneza 1983; Hong Kong 1989; Somerset West 1996 e Edimburgo 2000)*

Designação do Estudo (em português):

Eu, abaixo-assinado, (nome completo do doente ou voluntário são) _____

_____, compreendi a explicação que me foi fornecida acerca da minha participação na investigação que se tenciona realizar, bem como do estudo em que serei incluído. Foi-me dada oportunidade de fazer as perguntas que julguei necessárias e de todas obtive resposta satisfatória.

Tomei conhecimento de que, de acordo com as recomendações da Declaração de Helsínquia, a informação ou explicação que me foi prestada versou os objectivos e os métodos e, se ocorrer uma situação de prática clínica, os benefícios previstos, os riscos potenciais e o eventual desconforto. Além disso, foi-me afirmado que tenho o direito de recusar a todo o tempo a minha participação no estudo, sem que isso possa ter como efeito qualquer prejuízo pessoal.

Por isso, consinto que me seja aplicado o método ou o tratamento, se for caso disso, propostos pelo investigador.

Data: ____ / ____ / 200__

Assinatura do doente ou voluntário são: _____

O Investigador responsável:

Nome:

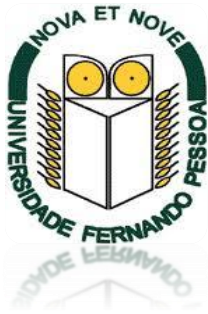
Assinatura:

Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Anexo II- Questionário

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos



Faculdade das Ciências da Saúde

Questionário

No âmbito do trabalho de investigação inserido na disciplina de Projeto de Graduação que surge no plano curricular do 4º ano da Licenciatura em Enfermagem, vimos por este meio solicitar a sua colaboração para o preenchimento deste questionário.

Os estudos têm como temas “O papel que desempenha a ansiedade e o stresse nos indivíduos alcoólicos em fase de recuperação” e “Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos.”

O seguinte questionário será utilizado exclusivamente na investigação em causa. É garantido o seu anonimato e confidencialidade, pelo que não deve identificar-se em nenhuma parte do mesmo.

Em média o tempo de preenchimento é de cerca de 10 minutos (aproximadamente).

Agradecemos desde já a disponibilidade e colaboração, lembrando que os resultados desta investigação dependerão da veracidade das respostas obtidas.

Obrigada!

As alunas,

Ana Beatriz Correia dos Santos

Viviana Sofia Martelo da Costa

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

1ª Parte - Questões relativas à própria pessoa

Na primeira parte do questionário encontram-se algumas questões acerca da pessoa em si, de modo a conseguirmos contabilizar e distinguir os diversos indivíduos que participaram no preenchimento deste questionário. É confidencial pelo que ninguém saberá de que pessoa se trata. Agradecemos que respondam com a maior sinceridade.

1. Idade:

- Até 18-25 Anos
- 26-45 Anos
- 46-65 Anos
- Acima de 65 anos

2. Género:

- Feminino
- Masculino

3. Estado civil:

- Solteiro
 - Casado
 - Divorciado
 - Viúvo
- Outro: _____

4. Habilitações literárias:

- 2º Ciclo (5º ou 6º ano)
 - 3º Ciclo (7º, 8º, ou 9º ano)
 - Ensino secundário
 - Licenciatura
- Outro: _____

Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Na seguinte fase vão ser colocadas questões relacionadas com as bebidas alcoólicas e relacionadas com o padrão de consumo das mesmas. Agradecemos que respondam com a maior sinceridade possível, porque trata-se de uma investigação relevante para os temas em causa. Sempre que necessário, assinale com uma cruz (x) os quadrados relativos às suas respostas.

1. Em que idade começou a consumir bebidas alcoólicas?

- 12-18 Anos
 19-25 Anos
 26-45 Anos
 46-65 Anos
 Acima de 65 anos

2. Qual era a sua bebida de eleição?

- Vinho
 Cerveja
 Bebidas espirituais (vodka, gin, whisky)
Outra: _____

3. Com que frequência consumia bebidas alcoólicas?

- Todos os dias
 Só aos fins-de-semana
 Uma vez por mês
Outros: _____

4. Com quem começou a consumir bebidas alcoólicas?

- Sozinho
 Família
 Amigos
 Namorado (a)
 Desconhecido

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

5. Qual o motivo que o (a) levou a consumir bebidas alcoólicas?

- Problemas pessoais
- Problemas económicos
- Problemas de saúde
- Problemas no trabalho
- “Peer Pressure” (pressão social)

6. Após o consumo de bebidas alcoólicas que alterações sente no seu corpo?

- Náuseas
- Vómitos
- Tremores
- Alterações na visão
- Ansiedade
- Insónias
- Agressividade
- Excitação

7. A longo prazo, que consequências poderiam surgir no seu organismo, devido ao consumo excessivo de álcool?

- Cirrose hepática
- Disfunção sexual
- Insuficiência cardíaca
- Hepatite alcoólica
- Esofagite
- Hipertensão arterial

8. Sentia necessidade em consumir bebidas alcoólicas?

- Sim
- Não

9. Alguma vez consumiu álcool às escondidas?

- Sim
- Não

10. Alguma vez escondeu bebidas em casa, para que não descobrissem o seu problema?

- Sim
- Não

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

11. Tinha sentimentos de culpa quando consumia bebidas alcoólicas?

Sim

Não

12. Sentia vontade de se livrar deste problema?

Sim

Não

13. Como classificava o seu consumo de álcool?

Normal

Excessivo

Doentio

14. O que o motivou a mudança deste comportamento aditivo?

Saúde

Família

Emprego

Dinheiro

Outros: _____

2ª Parte - Questões relativas à Ansiedade e ao Stresse na sua vida

Esta parte do questionário é composta por 12 questões relativas à Ansiedade e ao Stresse na sua vida. Sempre que necessário, assinale com uma cruz (x) os quadrados relativos às suas respostas.

1. Se no início da sua recuperação tivesse que definir o álcool, qual o aspeto que melhor o caracterizava:

Relaxante

Motivador

Destrutivo

Outro: _____

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

2. Era da opinião que com o consumo de álcool os seus problemas desapareceriam?

- Sim
- Não
- Em algumas situações

3. O que sentia após o consumo de álcool?

- Ansiedade
- Excitação
- Depressão
- Stresse

4. O consumo de álcool ajudava a diminuir a ansiedade e o stresse do seu dia-a-dia?

- Sim
- Não
- Alguns momentos

5. Em que situação do dia sentia maior ansiedade em ingerir bebidas alcoólicas?

- Manhã
- Meio do dia
- Tarde
- Noite

6. Ficava ansioso pelas ocasiões festivas porque as associava ao consumo de álcool?

- Sim
- Não
- Algumas ocasiões

7. Ficava ansioso ao ingerir álcool diante das pessoas nessas ocasiões festivas?

- Sim
- Não
- Dependendo da ocasião
- Dependendo do tipo de pessoas

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

8. Alguma vez o álcool foi o principal causador de todo o stresse causado em si?

Sim

Não

9. Na ingestão de bebidas alcoólicas sentia que o seu dia-a-dia se tornava menos stressante?

Sim

Não

10. Que tipo de ajuda procurou para resolver o seu problema com o consumo de álcool?

Psicoterapias

Terapias de grupo

Terapias individual

11. Estas ajudas contribuíram para a sua reabilitação e diminuição da ansiedade e do stresse em que se encontrava?

Sim

Não

12. Desde a procura de ajuda até á atualidade, alguma vez teve uma recaída devido ao stresse ou á ansiedade do seu dia-a-dia?

Sim

Não

Algumas vezes

3ª Parte - Questões relativas à Pressão Social

Esta parte do questionário é composta por 12 questões relativas à Pressão Social. Sempre que necessário, assinala com uma cruz (x) os quadrados relativos às suas respostas.

1. Ao fim de algum tempo, considerou que o consumo de álcool poderia trazer consequências negativas para a sua vida?

Sim

Não

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

2. Quais as consequências sociais que poderiam surgir devido ao consumo excessivo de álcool?

- Desemprego
- Isolamento
- Irresponsabilidade familiar e social
- Acidentes de viação

Outro: _____

3. Quando começou a consumir encarava o álcool como uma saída para os seus problemas?

- Sim
- Não
- Em algumas situações

4. Quais as situações que o levavam a consumir?

- Família
- Trabalho
- Problemas monetários
- Pressão social

Outro: _____

5. Em ocasiões festivas, sentia-se oprimido pelos olhares das pessoas quando ingeria bebidas alcoólicas?

- Sim
- Não
- Dependendo da ocasião
- Dependendo do tipo de pessoas

6. Alguma vez ingeriu bebidas alcoólicas durante o seu horário de trabalho?

- Sim
- Não
- Algumas vezes

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

7. Convivia com pessoas dependentes de álcool e outras substâncias?

- Sim
 Não
 Por vezes

8. Qual o âmbito da sua vida que foi mais afetado negativamente com o álcool?

- Família
 Amigos
 Trabalho
Outros: _____

9. Qual o âmbito da sua vida que foi mais afetado positivamente com o álcool?

- Família
 Amigos
 Trabalho
Outros: _____

10. Achava que os seus problemas com a sociedade desapareceriam com o consumo de bebidas alcoólicas?

- Sim
 Não
 Em algumas situações

Em que aspecto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

11. A reabilitação psicossocial consiste na ajuda dada ao indivíduo para controlar a vontade de usar ou abusar de uma substância (neste caso o álcool) e a reconquistar ou alcançar uma melhoria da qualidade de vida e das suas atividades na sociedade.

a. Após ter encontrado ajuda para ultrapassar o seu problema sentiu melhorias na sua vida?

Sim

Não

Por vezes

b. Sabendo que ultrapassou a sua dependência, sente-se novamente confortável perante a sociedade?

Sim

Não

Algumas vezes

Obrigada pela sua colaboração!

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Anexo III - Cronograma

Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos

Cronograma	Em que aspeto a pressão social afeta na qualidade de vida de indivíduos com problemas alcoólicos									
Tempo	2015		2016			2017				
	Janeiro	Fevereiro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio
I-Fase Conceptual	X	X				X	X	X		
Definição do problema de investigação e da pergunta	X	X						X		
Definição de Objetivos Gerais e Específicos	X	X				X	X	X		
Revisão da Literatura	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
II- Fase Metodológica								X	X	
Desenho de Investigação									X	
Definição do Meio e do Tipo de Estudo									X	
Definição da População Alvo e Variáveis em Estudo									X	
Construção do Instrumento e método de colheita de dados									X	
Construção do Pré-teste									X	
Análise dos dados colhidos e tratamento dos mesmos									X	
III- Fase Empírica										X
Análise da caracterização da Amostra										X
Apresentação e análise dos Resultados										X
Discussão dos Resultados										X
Legenda: Atividades realizadas	X									