



Baralhadas

Um baralho de
copos e noitadas

**Material de Prevenção de
Problemas Ligados ao Álcool**

Caderno de Apresentação



Introdução

O “Baralhadas – Um Baralho de Copos e Noitadas” é um material lúdico – pedagógico da autoria da ARISCO - Instituição para a Promoção Social e da Saúde, destinado à exploração dos problemas ligados ao álcool, tendo por base conteúdos relacionados com o contexto recreativo e as atitudes que lhe estão associadas.

Dirigido a maiores de 16 anos, o “Baralhadas” poderá funcionar como um material de prevenção de problemas ligados ao álcool, antecipando as dinâmicas de uma saída, em grupo, em contexto recreativo, ou como uma ferramenta de intervenção no campo da redução de risco, na medida em que, aplicado em contexto recreativo, através de estratégias de promoção de atividades alternativas de prazer, coloca a ênfase na antecipação das consequências de opções de consumo nestes contextos.

São múltiplas as dimensões para que este material pertente contribuir. Por um lado a dimensão informativa, de caráter pedagógico, centrada na caracterização de cada uma das principais bebidas, alcoólicas ou não, consumidas em contexto recreativo, bem como dos principais alimentos associados a este contexto; uma consciencialização dos diferentes fatores de proteção e de risco que consciente ou inconscientemente condicionam os comportamentos de consumo; as crenças e as motivações que potenciam ou relativizam os fatores que o contexto proporciona; e sobretudo a conjugação de todos estes fatores numa dinâmica particular que resulta da combinação das características pessoais dos intervenientes, do contexto que os recebe e da natureza da substância que é consumida.

Por outro lado, o “Baralhadas” procura promover uma abordagem, de caráter lúdico, que proporcione uma reflexão sobre a temática do consumo de álcool em contexto recreativo. Esta abordagem está centrada num jogo de grupo (mínimo 4 jogadores) e de estratégia, baseado num baralho de cartas, no qual cada jogador (ou equipa) tentará atingir um determinado objetivo apenas do seu conhecimento, procurando em simultâneo evitar que os restantes jogadores (ou equipas) atinjam os seus.

O equilíbrio entre o lúdico e o pedagógico, a utilização de uma linguagem familiar aos jovens e a criação de um contexto desafiante pretendem funcionar como promotores de um *contexto ótimo de desenvolvimento* que, através da conjugação entre conhecimento, estratégia e tomada de decisão, contribua para uma consciencialização que possa conduzir à mudança comportamental e ao incremento de uma *literacia de saúde* nesta área. O recurso a uma metodologia de ação – reflexão permite elaborar e organizar as vivências, ideias e emoções despertadas pelo jogo, as quais são preservadas numa memória específica associada ao prazer proporcionado pela experiência.



Na génese deste material esteve sempre presente a ideia do mesmo poder ser suficientemente flexível para ser utilizado de diferentes formas e em contextos de aplicação bastante distintos. Por um lado, parece-nos essencial que o “Baralhadas” possa, na sua versão mais simples, funcionar como um material lúdico de aplicação rápida e pontual, destinada à sensibilização para a temática do consumo excessivo de bebidas alcoólicas. Neste formato poderá ser explorado o seu potencial enquanto instrumento de apoio a intervenções de proximidade em contexto recreativo.

No entanto, consideramos também que este mesmo material poderá servir de base a uma intervenção mais continuada e consistente, que tenha por objetivo a prevenção de problemas ligados ao álcool e a redução de danos associados ao seu consumo. Neste sentido, pretende-se desenvolver um programa multi-sessões centrado na exploração de cada uma das componentes anteriormente referidas – contextos, características pessoais, influência grupal, natureza das substâncias consumidas, fatores de proteção e de risco; fatores ambientais – dirigido a todos aqueles que tenham um contacto direto ou indireto com o contexto recreativo.

Em qualquer dos casos, é objetivo deste material, numa perspetiva de literacia em saúde, promover um melhor conhecimento e exploração de recursos disponíveis, nomeadamente *websites* institucionais, instrumentos de apoio (ex. cálculo da taxa de alcoolémia) informação sobre procedimentos em situação de intoxicação aguda e rede de referência.

O desenvolvimento da intervenção com base no “Baralhadas” deverá pressupor um processo de formação e acompanhamento técnico, da responsabilidade da ARISCO, dirigida aos profissionais que trabalhem com a população alvo no sentido de garantir o melhor aproveitamento das potencialidades deste material.

Considera-se que este material, uma vez produzido, não deverá ser de venda livre. O acesso ao mesmo é reservado a instituições e profissionais que, no âmbito da sua intervenção, concretizem o processo formativo que lhe está associado, sendo o material entregue como reconhecimento da habilitação para o seu uso.