

# O Uso de Drogas e Álcool na Adolescência: Causas, Consequências e Prevenção

A adolescência é uma fase marcada por intensas transformações físicas, emocionais e sociais. Trata-se de um período de descoberta e construção de identidade, no qual os jovens enfrentam pressões sociais, conflitos internos e a busca por aceitação. Nesse contexto, o uso de substâncias psicoativas, como drogas ilícitas e álcool, infelizmente, surge como uma realidade preocupante. O envolvimento de adolescentes com essas substâncias pode causar danos profundos à saúde física e mental, impactando negativamente seu desenvolvimento e comprometendo o futuro.

## Causas do Uso de Drogas e Álcool na Adolescência

Vários fatores contribuem para o início do uso de drogas e álcool entre adolescentes. Um dos principais é a influência do grupo social. A busca por aceitação entre os pares pode levar o jovem a experimentar substâncias para se sentir incluído ou para evitar a rejeição. Muitas vezes, a pressão dos amigos é direta, com incentivos explícitos para o uso, mas também pode ser sutil, como o desejo de se adequar ao comportamento comum do grupo.

Outro fator importante é a curiosidade natural da idade. Os adolescentes costumam estar em busca de novas experiências, desejam testar limites e muitas vezes acreditam que são invulneráveis aos riscos. Essa sensação de onipotência, comum na adolescência, pode levá-los a minimizar os perigos associados ao uso de drogas e álcool.

Além disso, *problemas familiares e questões emocionais* contribuem significativamente para esse cenário. Jovens que vivem em ambientes familiares desestruturados, com histórico de violência, negligência, abuso ou ausência de vínculos afetivos, estão mais vulneráveis ao uso de substâncias como uma forma de escapar da realidade. Da mesma forma, adolescentes que enfrentam depressão, ansiedade, baixa autoestima ou transtornos psicológicos podem recorrer às drogas como um mecanismo de alívio emocional.

O *acesso facilitado* a essas substâncias também é um fator relevante. O álcool, por exemplo, é legalizado e amplamente aceito socialmente, o que o torna uma das substâncias mais consumidas pelos jovens. Festas, eventos familiares e até mesmo o ambiente escolar podem ser locais onde o álcool está presente, sendo visto muitas vezes como um “rito de passagem” para a vida adulta.

## Fatores de Risco

Além das causas já mencionadas, existem fatores de risco mais específicos que aumentam a probabilidade de um adolescente consumir drogas ou álcool:

- Histórico familiar de uso de substâncias: Ter pais ou familiares que consomem drogas ou álcool aumenta a vulnerabilidade do jovem ao mesmo comportamento, seja por genética ou influência do ambiente.
- Baixo desempenho escolar: Falta de motivação, dificuldades de aprendizagem e desinteresse pela escola são frequentemente associados ao uso precoce de substâncias.
- Ambiente urbano violento ou desfavorável: A exposição contínua à violência, criminalidade, pobreza e desigualdade social favorece o envolvimento precoce com drogas.
- Falta de supervisão dos pais ou cuidadores: Jovens que passam muito tempo sozinhos ou têm pouca supervisão estão mais propensos a se envolver com grupos de risco.
- Baixa autoestima e dificuldade em lidar com emoções: A carência de habilidades para lidar com frustrações, perdas e conflitos pode levar o adolescente a buscar refúgio nas drogas.
- Transtornos mentais não diagnosticados ou não tratados: Depressão, ansiedade, TDAH e outros transtornos psiquiátricos são frequentemente associados ao início do uso de substâncias.

A presença acumulada desses fatores aumenta significativamente o risco de um adolescente se envolver com substâncias psicoativas, reforçando a importância da intervenção precoce.

## Tipos de Substâncias Mais Usadas

Entre os adolescentes, o **álcool** é, de longe, a substância mais consumida. Por ser legal e estar presente em diversas situações sociais, muitos jovens têm seu primeiro contato com bebidas alcoólicas ainda muito cedo. Pesquisas indicam que a iniciação ao álcool pode ocorrer

por volta dos 12 a 14 anos, idade em que o cérebro ainda está em formação e, portanto, extremamente vulnerável aos efeitos da substância.

Além do álcool, **maconha**, **cigarro**, **inalantes** (como cola, lança-perfume), **medicamentos controlados** usados de forma indevida (como ansiolíticos e estimulantes), e outras drogas ilícitas como **ecstasy** e **cocaína** também aparecem nas estatísticas de uso entre adolescentes. Muitas dessas drogas são vistas erroneamente como “menos perigosas” ou “recreativas”, o que contribui para sua experimentação.

## Consequências do Uso de Drogas e Álcool

O uso de drogas e álcool na adolescência traz sérias consequências tanto no curto quanto no longo prazo. Em primeiro lugar, essas substâncias afetam o desenvolvimento do cérebro, que só atinge sua maturidade completa por volta dos 25 anos. O uso precoce pode comprometer áreas relacionadas à memória, atenção, aprendizado e controle emocional.

Do ponto de vista comportamental, o uso de drogas e álcool pode levar a **queda no rendimento escolar**, **problemas disciplinares**, **isolamento social**, **conflitos familiares** e até envolvimento com a criminalidade. Muitos adolescentes que consomem substâncias também apresentam comportamento impulsivo, maior propensão a acidentes, como acidentes de trânsito, e risco aumentado de gravidez precoce ou exposição a doenças sexualmente transmissíveis.

A médio e longo prazo, os adolescentes que fazem uso frequente de drogas e álcool têm maior probabilidade de desenvolver **dependência química**, **transtornos psiquiátricos** como depressão e esquizofrenia, e enfrentar dificuldades na vida adulta, como desemprego, marginalização e problemas legais. O ciclo de dependência pode ser difícil de quebrar e, muitas vezes, exige tratamento especializado.

## O Papel da Família e da Escola

A **família** exerce um papel crucial na prevenção do uso de drogas e álcool na adolescência. Um ambiente familiar acolhedor, com diálogo aberto, respeito mútuo e limites claros, é um importante fator de proteção. Pais atentos, que acompanham o dia a dia dos filhos, conhecem seus amigos e estão presentes emocionalmente, ajudam a construir a autoestima e a autonomia dos adolescentes, tornando-os menos vulneráveis à influência negativa do meio externo.

A **escola** também é um espaço fundamental para a prevenção. Mais do que transmitir conteúdos acadêmicos, a escola deve promover o desenvolvimento integral do aluno, incentivando valores como responsabilidade, empatia, solidariedade e espírito crítico. Programas de prevenção ao uso de drogas, palestras educativas, rodas de conversa e atividades extracurriculares que engajem os jovens são estratégias eficazes para fortalecer sua capacidade de tomar decisões conscientes.

É importante destacar que a prevenção não deve se basear apenas na proibição ou no medo, mas sim na **educação para a vida**. Os adolescentes precisam ser orientados sobre os riscos das substâncias de forma clara, honesta e sem julgamentos, desenvolvendo habilidades para lidar com frustrações, resistir à pressão dos colegas e buscar ajuda quando necessário.

## **Políticas Públicas e o Papel da Sociedade**

Além da família e da escola, o combate ao uso de drogas e álcool na adolescência exige **ações coordenadas da sociedade como um todo**, incluindo o governo, profissionais da saúde, organizações não governamentais e a mídia. É necessário investir em **políticas públicas eficazes**, que garantam o acesso à educação, cultura, esporte, lazer e atendimento psicossocial para os jovens.

Campanhas de conscientização, amplamente divulgadas, podem ajudar a mudar a percepção social sobre o uso de substâncias, quebrando mitos e estigmas. O controle da publicidade de bebidas alcoólicas, a fiscalização da venda de álcool para menores e a oferta de programas de tratamento acessíveis são medidas que devem caminhar em conjunto com a prevenção.

Os profissionais da saúde, por sua vez, precisam estar preparados para identificar sinais de uso precoce, acolher o adolescente e sua família e encaminhar para tratamento especializado quando necessário. O atendimento deve ser humanizado, respeitoso e livre de preconceitos, pois o estigma é uma das principais barreiras para que jovens busquem ajuda.

## **Caminhos para a Prevenção**

Prevenir o uso de drogas e álcool na adolescência é uma tarefa complexa, mas possível. É essencial **fortalecer os fatores de proteção** e **reduzir os fatores de risco**. Algumas estratégias eficazes incluem:

- **Promover o diálogo dentro de casa**, ouvindo os adolescentes sem julgamento e orientando com clareza.

- **Estar presente na vida dos filhos**, acompanhando seu desenvolvimento, interesses e amizades.
- **Estimular atividades saudáveis**, como esportes, arte, música e voluntariado, que ajudam a canalizar a energia dos jovens de forma positiva.
- **Ensinar a lidar com frustrações e emoções**, desenvolvendo a inteligência emocional e a resiliência.
- **Oferecer uma educação sexual e emocional de qualidade**, abordando temas como autoestima, limites, respeito e autonomia.
- **Buscar ajuda profissional sempre que necessário**, especialmente diante de mudanças bruscas de comportamento, queda no rendimento escolar ou sinais de depressão e isolamento.

## **Conclusão**

O uso de drogas e álcool na adolescência é uma questão séria de saúde pública que exige atenção, diálogo e ações concretas de toda a sociedade. A adolescência, embora desafiadora, é também uma fase cheia de potencial e possibilidades. Com apoio, educação e afeto, é possível orientar os jovens para escolhas saudáveis e conscientes, ajudando-os a construir um futuro livre das consequências do uso de substâncias.

Cabe a todos – pais, educadores, profissionais da saúde, autoridades e a própria juventude – o compromisso de transformar esse cenário, criando um ambiente mais seguro, acolhedor e cheio de oportunidades para que os adolescentes possam crescer de forma plena, saudável e feliz.

## Bibliografia

1. Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). *Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) – 2019*. <https://www.ibge.gov.br>
2. Organização Mundial da Saúde. *Relatório Mundial sobre Drogas – 2023*. <https://www.unodc.org>
3. Carlini, E. A. et al. (2010). *Levantamento Nacional sobre o uso de drogas entre estudantes do ensino fundamental e médio da rede pública de ensino nas 27 capitais brasileiras*. CEBRID/UNIFESP.
4. Borsa, J. C., & Nunes, M. L. T. (2011). *Fatores de risco e proteção ao uso de drogas na adolescência*. *Psicologia: Teoria e Prática*, 13(2), 111–124.
5. Ministério da Saúde. *Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD)*. <https://www.gov.br/justica/senad>
6. Sanches, M. & Andrade, A. G. (2018). *Prevenção ao uso de drogas: o papel da família e da escola*. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 40(Supl 1), S1–S10.

Eu Wanderson da conceição Reis, autorizo a publicação do trabalho.

31/05/2025.