



DECLARAÇÃO DE COIMBRA

Os contextos recreativos desempenham um papel importante na vida das cidades e dos jovens mas têm, em várias situações, uma ligação intrínseca com a ruptura de hábitos de vida saudáveis e a associação a uma multiplicidade de factores de risco em várias áreas (violência, consumo de álcool e outras substâncias, sinistralidade rodoviária, etc.).

Assim, as Entidades Promotoras do Fórum Internacional Noite Saudável das Cidades vêm expressar publicamente as preocupações que os peritos intervenientes neste Fórum explanaram quanto aos riscos delas resultantes para a Saúde e Bem-Estar dos cidadãos.

Um inquérito de 2013 (IREFREA) a 500 frequentadores da noite maiores de 16 anos, em Coimbra, revelou que:

- Em 64,5% dos casos, e nos últimos 12 meses, as relações sexuais tinham ocorrido sob o efeito de álcool;
- 43,5%, nos últimos 30 dias, tinham andado num carro conduzido por alguém embriagado ou sob o efeito de outras drogas;
- A idade de início de consumo de álcool, em média, era de 13,86 anos e tabaco, 15,65 anos;
- 13% admitiram consumir todos os dias cannabis e 10% snifar;
- 60% referiram sentir mais violência e agressividade na noite;
- 43% referiram notar um maior consumo de drogas ilegais;
- 80% destacaram a má qualidade das bebidas;
- 32% sentem a falta de apoio, de equipas de rua e de referência para serviços de saúde.

A apresentação da PSP de Coimbra evidenciou um **aumento de acidentes rodoviários** em 2015, nomeadamente no período das 21h às 7h, bem como 510 detenções por álcool e falta de habilitação legal para conduzir.

O Divisão de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (DICAD) informou que, entre 2005 e 2014, mais de 450 Novas Substâncias Psicoactivas foram registadas no Centro de Alerta do Observatório Europeu da Droga e da Toxicodependência (OEDT), com diferentes estruturas químicas e que pouco ou nada se conhece dos riscos associados ao seu consumo ou forma de tratamento. Por outro lado, as substâncias têm hoje um maior grau de pureza, o que torna o seu princípio psicoactivo muito mais potente e de maior risco/perigo para o utilizador a curto, médio e longo prazo (exs. dependências, violências, sinistralidade rodoviária, rupturas familiares e outras,



doenças infecto-contagiosas, gravidez precoce e indesejada, desmotivação e baixo rendimento na escola e no trabalho)

Foram referidos factores que agravam os riscos ligados ao **consumo de substâncias** sobre os quais é importante intervir, tais como a precocidade nos consumos, a associação de comportamentos de risco e de excessos mais frequentes nos adolescentes e outras circunstâncias particulares.

Hoje, substituindo a associação à marginalidade e exclusão, as substâncias estão associadas à cultura do ócio e do prazer que conduz a um novo perfil de consumidores, mais jovens, perfeitamente integrados na sociedade, que consomem com fins recreativos e socializantes, de forma descontínua, desdenhando os riscos do consumo. As investigações desenvolvidas nos últimos anos revelam-nos que este padrão de consumo pode provocar transtornos físicos, psicológicos e de comportamento. As estratégias de intervenção não se podem ficar pela prevenção (a tentativa de que os consumos não ocorram) mas devem incluir estratégias de redução de riscos, sobretudo veiculadas entre pares.

Por outro lado, a **violência** praticada por pessoas jovens é uma das formas mais visíveis de violência na sociedade. As principais vítimas e perpetradores são os próprios adolescentes e jovens adultos. Há ligações muito próximas entre a violência nesta fase do ciclo vital e outras formas de violência. As culturas que não oferecem alternativas não violentas para resolver conflitos, parecem ter índices mais elevados de violência juvenil (OMS, 2002).

No global, as causas da ruptura de hábitos de vida saudáveis associadas aos contextos recreativos têm subjacente uma multiplicidade de factores de risco; encontramos-las na história de cada indivíduo, de cada família, de cada bairro, de cada cidade, do nosso país e do mundo globalizado em que vivemos. Enfrentamos um "problema" de saúde pública, que tende a agravar-se, mas que podemos prevenir.

As entidades Promotoras do Fórum "Noite Saudável das Cidades" concluíram que a abordagem para este problema deverá passar, essencialmente pela actualização da linguagem e dos meios: da concertação e consenso da comunidade para traçar um plano de acção e encontrar soluções criativas, multidisciplinares e multissetoriais, em rede, apropriadas por todos, à conjugação de recursos humanos e materiais em projectos conjuntos pré-definidos, passando pela utilização de plataformas digitais para trabalho em rede e pela disseminação recorrendo às redes sociais, aplicações informáticas, marketing, media e linguagens não-verbais... O *modus operandi* terá de ser transversal e adoptar os meios e linguagens do século em que vivemos.



Só o entusiasmo de todos - poderes públicos, entidades públicas e privadas de ensino, saúde, desporto, cultura e turismo, autoridades policiais e judiciais, autarquias, associações e ONGs, empresários e comerciantes, famílias, jovens e adolescentes -, numa estratégia comum permitirá eliminar os factores de risco nas actividades recreativas, tornando-as mais saudáveis, seguras e alegres.

Da negociação entre sectores com interesses por vezes contraditórios, poderão nascer espaços de diversão saudáveis e locais de convívio descontraídos e seguros. Todos queremos festa e boa disposição sem consequências negativas e prejudiciais, tanto para os frequentadores da noite, como para os restantes habitantes da cidade.

Assim, com o objectivo de reunir recursos e definir estratégias que permitam à população da cidade vivências salutareas em comunidade associadas aos contextos recreativos e à recreação nocturna, definimos como central:

- Desenvolver um projecto na Região Centro para mobilização geral das comunidades cidadinas na prevenção nos factores de risco associadas aos contextos recreativos e à recreação nocturna;
- Definir, com o envolvimento das Autarquias e poderes locais, políticas tendentes à criação de contextos recreativos saudáveis;
- Desenvolver com cada Município da Região Centro um conjunto de iniciativas de prevenção universal, selectiva e indicada, capaz de promover mudanças positivas nos comportamentos e nos espaços de diversão nocturna;
- Motivar os empresários e todos os que trabalham na noite, através de acções de formação específicas, sensibilizando-os para os benefícios da mudança dos comportamentos e atitudes nas diferentes actividades que desempenham;
- Distinguir com “Selo de Qualidade” as Empresas que fizerem esforços e tomarem medidas específicas para controlar os factores de risco, tornando os seus espaços mais seguros e saudáveis;
- Incentivar as autarquias a criar roteiros da “Noite Saudável e Segura” com a localização e acessos aos espaços da cidade que oferecem maiores garantias de segurança para todos: jovens, adultos, turistas e população em geral;
- Apoiar a actuação concertada de projectos de prevenção na rua, levados a cabo por jovens voluntários e por organizações com preparação específica para este tipo de actividades.



- Investir na criação de um Observatório para o estudo dos factores de risco/protectores capazes de ajudar a promover cidades mais saudáveis e seguras.
- Conhecer os fatores que aumentam o risco é essencial para o desenvolvimento de políticas e programas eficazes ao nível da prevenção/intervenção
- Propor a criação de uma rede de cidades portuguesas com políticas nocturnas saudáveis, inserindo-a depois nas redes internacionais que partilham o mesmo objectivo;
- Reforçar laços e partilhar experiências com as organizações de cidades estrangeiras associadas a iniciativas internacionais de sucesso.

Finalmente e atendendo a que este projecto-piloto vem ao encontro das preocupações do Governo — e pode representar no futuro uma iniciativa a disseminar no país —, vimos expressar nesta Declaração de Coimbra a importância do apoio governamental ao mesmo, fundamentalmente a dois níveis: no incentivo à participação dos vários Organismos Públicos da região Centro que representam potenciais “interfaces” na resposta ao “problema” e na ampla divulgação deste projecto.