



## M-HEALTH E PROMOÇÃO DA SAÚDE: INTERVENÇÃO COM USUÁRIOS DE BEBIDAS ALCOÓLICAS BASEADA EM MENSAGENS DE TEXTO

*Veridiana Catelan Mainardes<sup>1</sup>, Francieli Cristina de Souza Ferri<sup>2</sup>, Sandra Cristina Catelan-Mainardes<sup>3</sup>, Leonardo Pestillo de Oliveira<sup>4</sup>*

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Medicina, Universidade Cesumar – UNICESUMAR, Campus Maringá-PR. Bolsista PIBIC/CNPq-UniCesumar, veridianacatelan@gmail.com

<sup>2</sup>Doutoranda do Programa de Pós-Graduação de Stricto Sensu em Promoção da Saúde, Universidade Cesumar – UNICESUMAR. Bolsista (PROSUP CAPES). francieliferri2@gmail.com

<sup>3</sup>Coorientadora, Mestre, Docente, Pesquisadora da Universidade Cesumar, Maringá-PR, sandra.mainardes@unicesumar.edu.br

<sup>4</sup>Orientador, Pós doutor, Docente do Programa de Pós-graduação Stricto Sensu em Promoção da Saúde, UNICESUMAR. Pesquisador, Bolsista Produtividade do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. leonardo.oliveira@unicesumar.edu.br

### RESUMO

Considerado um preocupante problema de saúde pública, relaciona-se ao predomínio do uso abusivo de bebidas alcoólicas em jovens adultos, dos 18 aos 34 anos, à época universitária, onde adquirem maior liberdade e independência para as tomadas de decisões. Desta forma, faz-se necessário a realização de pesquisas que busquem o uso e consequências do abuso ou dependência em estudantes, mediante ações e estratégias de promoção da saúde com ferramentas que identifiquem potenciais grupos de riscos e detectem o uso inadequado do álcool, como o *Alcohol Use Disorders Identification Test* (AUDIT). Sendo assim, esta pesquisa objetiva desenvolver uma intervenção baseada no uso de mensagens de texto com usuários de álcool e verificar o impacto desta intervenção no comportamento e qualidade de vida dos participantes. Caracteriza-se como transversal-descritivo e será realizado com estudantes universitários, maiores de 18 anos, de qualquer curso da instituição de ensino Universidade Cesumar em Maringá-Paraná. Realizou-se em três etapas. A primeira com coleta de dados, contemplando um questionário sociodemográfico; aplicação do AUDIT e informações sobre o entendimento de literacia em saúde. O segundo momento com a seleção dos participantes que preencheram os critérios e foram convidados via WhasApp a participarem de entrevistas semiestruturadas sobre a relação com a bebida alcoólica. Após as entrevistas, realizou a intervenção com mensagens de texto, com 12 pessoas, durante 12 semanas. Foi observado mudanças comportamentais com redução de danos causados pelo uso do álcool.

**PALAVRAS-CHAVE:** Consumo de bebidas alcoólicas; Saúde mental; Promoção da saúde.

### 1 INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2018), o álcool é a droga mais consumida no mundo e o principal fator de risco e incapacidade em pessoas com idade entre 15 e 49 anos. O consumo desenfreado de bebidas alcoólicas é considerado um preocupante problema de saúde pública provocando elevados custos ao sistema de saúde (MONTEIRO, 2016; MANGUEIRA 2015).

É fundamental o conhecimento acerca dos padrões de consumo de bebidas alcoólicas para prever as consequências de seu uso e fatores relacionados à dependência química. A linha entre consumo social e dependência é tênue. A progressão do consumo é sutil e envolve, além da quantidade consumida, a frequência, circunstância e consequências. A OMS (2014) caracteriza a dose padrão de álcool puro em 10 g e considera o uso nocivo a ingestão superior a 20g de álcool puro por dia ou o consumo 2x na semana (CISA, 2019; WHO, 2014).

Na transição entre adolescência e vida universitária, costuma-se observar o início da vida boêmia e seus exageros. Ao adentrarem a faculdade, os jovens desenvolvem uma nova identidade, liberdade e independência para tomada de decisões. Como consequência, experimentam novas vivências, experiências, o distanciamento da família, a moradia conjunta com outros estudantes e



começam a passar a maior parte do tempo no âmbito universitário, podendo favorecer um maior consumo de bebidas alcoólicas, bem como os riscos associados ao mesmo (FÓFANO, RIBEIRO & RIBEIRO, 2010; SILVA & PETROSKI, 2012).

Dado o papel importante que o álcool desempenha em resultados de saúde, o desenvolvimento de ferramentas que detectem o uso indevido de álcool tornou-se essencial na prática clínica e na pesquisa em saúde pública. Uma das ferramentas mais utilizadas em pesquisas científicas é o questionário conhecido como *Alcohol Use Disorders Identification Test* (AUDIT). O AUDIT é utilizado para identificar potenciais grupos de risco e rastrear o uso inadequado do álcool, medir consumo, sintomas e consequências pessoais e sociais, em amostras clínicas e na população geral, aplicável em diversos cenários (SANTOS *et al.*, 2013; GARCIA, BASSITT & PINTO, 2020).

Devido à limitação de recursos humanos disponíveis para o auxílio dos cuidados contínuos de saúde em doenças crônicas, tornou-se viável a busca por intervenções alternativas no fornecimento de serviços de mesma qualidade, mas de baixo custo (SONG *et al.*, 2019). Considera-se que o uso criativo da tecnologia, mediante dispositivos móveis (*mHealth*) tem um potencial de reduzir os custos e melhorar o desempenho dos cuidados em saúde (KUMAR *et al.*, 2013).

Partindo destes aspectos destacados, o presente projeto visa desenvolver uma intervenção de baixo custo, baseada no uso de mensagens de texto com estudantes universitários usuários de álcool e verificar o impacto desta intervenção. Quais seriam as melhores estratégias tecnológicas a serem utilizadas no contexto universitário? Quais estratégias impactam positivamente na mudança de comportamento e qualidade de vida dos participantes? Como a internet e o uso da tecnologia podem impulsionar a promoção da saúde quando relacionada ao desenvolvimento e a subjetividade do ser humano? Estes questionamentos servirão como base para o desenvolvimento de objetivos e metodologias próprias para serem respondidos.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo caracteriza-se como transversal-descriptivo. Foram participantes deste estudo universitário de ambos os sexos, com idade superior a 18 anos, que façam parte do registro acadêmico da instituição (Universidade Cesumar) na cidade de Maringá-Paraná, independente do curso. Critérios de inclusão: estudantes universitários que consomem bebidas alcoólicas, com idade superior a 18 anos, e que possam entender e responder às perguntas adequadamente.

Foram aplicados 3 instrumentos de coleta de dados. O primeiro, um questionário Sociodemográfico, no intuito de obter dados para compor o perfil dos participantes. O segundo para avaliar o uso de álcool dos participantes, sendo utilizado o Alcohol Use Disorder Identification Test (AUDIT), com a classificação de: uso de baixo risco (0 a 7 pontos), uso de risco (8 a 15 pontos), uso nocivo (16 a 19 pontos) e provável dependência (20 a 40 pontos) (SANTOS *et al.*, 2013). O terceiro foi utilizado um instrumento de Literacia em Saúde para avaliar o conhecimento e estabelecer as intervenções sobre saúde na população, facilitando a educação em saúde a todos.

Foram selecionados aqueles participantes que preencheram as informações de contato completas para participarem da etapa de intervenção de mensagens de texto para redução de danos causados pelo álcool. Os participantes foram convidados via aplicativo multiplataforma de mensagens instantâneas (Whatsapp), a participar de entrevistas semiestruturadas sobre a relação com a bebida alcoólica. As entrevistas foram conduzidas de forma iterativa, sendo realizada o total de 12 com temas referentes ao uso de álcool e estratégias de envio e recebimento das mensagens.



Após a realização das entrevistas, foi desenvolvido uma intervenção via mensagens de texto pelo aplicativo WhatsApp, com 12 pessoas, durante 12 semanas. As características de envio de mensagens de texto foram definidas com base na análise dos resultados das entrevistas realizadas, além de mensagens que foram extraídas de campanhas oficiais contra o uso abusivo de álcool.

Posteriormente, foi realizada as análises dos dados. A análise estatística constituiu em uma análise descritiva, por meio de tabelas de frequência simples. Uma abordagem qualitativa e iterativa, também foi utilizada na análise do áudio das entrevistas. E a análise de conteúdos, seguiu um processo rigoroso envolvendo pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados.

O projeto foi encaminhado para aprovação pelo Comitê Permanente em Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Cesumar (UniCesumar). Os participantes, antes das entrevistas, foram esclarecidos quanto ao objetivo do estudo e a seus direitos, conforme a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e suas complementares, e neste momento assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) de maneira online. Tendo assim o parecer circunstanciado com o nº 4.678.681.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em relação as entrevistas, foram obtidos os seguintes resultados sociodemográficos dos estudantes universitários. Verificou-se que 72,62% pertencem ao sexo feminino enquanto 27,38% ao masculino, predominando a faixa etária dos 21 aos 25 anos (67,07%). A maioria (73,49%) reside com pais ou familiares e 18,67% residem sozinhos. Todos os participantes ainda estão cursando o ensino superior, atuando na área de Biológicas/Saúde, estando entre o 9º e 12º períodos.

Quando questionados quanto ao consumo de álcool, a maioria relatou beber de 2 a 4 vezes por mês com uma média de 2 a 3 doses. Quanto à frequência, cerca de 39,88% relataram beber mais que 6 doses ao menos uma vez no mês, e 33,93% negaram este consumo mensal. Dos participantes 79,17% relataram nunca terem percebido que não conseguiam parar de beber, bem como, 77,38% relataram que o álcool não os impediu de realizar suas tarefas nos últimos 12 meses. Quase a totalidade dos entrevistados (97%) nunca precisaram beber logo pela manhã para se sentirem bem, bem como um pouco mais da metade (53%) nunca sentiram culpa ocasionada pela bebida, e em torno de 71% dos participantes nunca se sentiram preocupados pelo ato de beber. Em relação ao esquecimento ocasionado pela ingestão de bebidas alcoólicas, cerca de 60,71% relataram não terem passado por este processo no último ano. Considerando o questionário do AUDIT entre os universitários da Universidade CESUMAR, o resultado adquirido foi em sua maioria em Risco (50,60%) e Baixo Risco (47,02%).

No tocante a faixa etária predominante, entre 21 e 25 anos, e o consumo entre 2 a 4 vezes por mês em média 2 a 3 doses, condiz com o exposto pela OMS (2018), no álcool sendo a principal droga consumida entre 15 e 45 anos, em um uso nocivo de consumo em 2x na semana. Grande parte do debate midiático sobre o crescimento do consumo de álcool, especialmente entre os jovens, tem-se centrado no consumo excessivo, comportamento antissocial e sérias queixas relacionadas com o álcool físico, tais como doenças hepáticas (LAI *et al.*, 2019).

Pode-se fazer um paralelo com este consumo à vida universitária. Muitos jovens estudantes estão expostos a mudanças nos arranjos da vida e suas atividades sociais quando iniciam o ensino superior, sendo que acabam por intensificar ou até menos iniciar o consumo de bebidas alcoólicas durante o período. Uma explicação é que esta prática de ingerir álcool torna-se um meio de interação social, divertimento, alívio de estresse emocional e ansiedade, prazer, pertencimento ao



grupo, ou seja, são inúmeras situações, positivas e negativas que motivam e induzem ao uso.

Entretanto, cabe também ao indivíduo perceber que atrelado ao consumo desenfreado de substâncias alcoólicas, surgem as situações de risco, aos comportamentos correlacionados incluindo o ato de fumar, uso de substâncias ilícitas, colocar-se em situações de perigo. Desta forma, verifica-se que a literacia em saúde afeta significativamente os resultados em saúde, ou seja, indivíduos com menor literacia associam-se ao pior acesso aos cuidados de saúde, maiores hospitalizações, menor aderência a tratamentos médicos, menor utilização de cuidados preventivos, menor capacidade de compreensão e entendimento, tornando-se mais susceptíveis ao uso e/ou dependência de substâncias (BRAUN *et al.*, 2019).

Com relação ao entendimento acerca da literacia em saúde, os entrevistados foram questionados sobre o nível de entendimento e compreensão que possuem ao analisarem as instruções fornecidas pelas bulas de medicamento, sendo que 36,31% refere compreender muito bem e 33,993% compreende bem. Observa-se um padrão semelhante ao analisar a compreensão sobre as informações de saúde contidas em folhetos e cartilhas. É interessante observar que a maioria dos estudantes (51,19%) sabem onde encontrarem informações sobre doenças ou queixas, bem como frequentemente ou quase sempre, conseguem ajudar amigos e familiares com dúvidas sobre saúde (41,67%). A maioria dos participantes acreditam possuir discernimento sobre os conselhos dados e os materiais encontrados na internet para sua saúde. Fato estes, relacionados aos resultados gerais sobre o bom entendimento sobre saúde, podem relacionar-se ao fato de que todos os estudantes participantes da pesquisa são da área de Biológicas/Saúde, ou seja, pessoas que estão em contato direto e por vezes, diário, com o processo de saúde-doença. A perspectiva poderia ter sido bem diferente, se os universitários entrevistados estivessem inseridos no contexto da área de Humanas, Exatas, Tecnológicas ou Agrárias.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O consumo excessivo de álcool por estudantes universitários é um problema social e de saúde pública, sendo que erroneamente, a cada dia, normaliza-se este consumo atrelado as mudanças cotidianas do ingresso ao ensino superior, bem como ao acalento de angústias, nova identidade, liberdade e indecisões do período, esquecendo-se dos danos diretos e significativos aos usuários de álcool. Em vista disso, é imprescindível a abordagem, sensibilização e implementação de estratégias intervencionistas. As tecnologias em saúde, se bem utilizadas, podem ser um ótimo auxiliar no dia-a-dia do processo saúde-doença, trazendo benefícios na prevenção e cuidado do usuário de álcool, ainda mais se tratando do público alvo universitário, pela fácil compreensão de uso, acesso e baixo custo.

#### REFERÊNCIAS

BRAUN, V.; CLARKE, V.; HAYFIELD, N.; TERRY, G. Thematic analysis. *In*: LIAMPUTTONG, P. (ed.). **Handbook of Research Methods in Health Social Sciences**. Singapore: Springer, 2019; pp. 843-860

CISA – CENTRO DE INFORMAÇÕES SOBRE SAÚDE E ÁLCOOL. Disponível em: [http://www.cisa.org.br/novo\\_home.php](http://www.cisa.org.br/novo_home.php). Acesso em: 14 nov. 2020.



FÓFANO, G. A.; RIBEIRO, L. C.; RIBEIRO, M. S. **Perfil dos calouros da UFJF com relação ao uso de substâncias psicoativas**. Trabalho apresentado no XVII Encontro Nacional de Estudos Populacionais, Caxambu, MG, Brasil, 2010.

GARCIA, P.C de O.; BASSITT, D. P.; PINTO, F. C. G. Alcohol use, abuse and dependence among elderly in outpatient treatment through the application of AUDIT. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, São Paulo, v. 66, n. 3, p. 307-313, mar. 2020. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.66.3.307>.

KUMAR, S. *et al.* Mobile health technology evaluation: the mhealth evidence workshop. **Journal of Preventive Medicine**, v. 45, n. 2, p. 228–236, 2013. Doi: [10.1016/j.amepre.2013.03.017].

LAI, J.; HANTON, P.; JURY, A.; TUASON, C. Reducing days of alcohol use improves lifestyle and wellbeing: An analysis of outcomes data from New Zealand adult community alcohol and other drug services. **N Z Med J**. 2019;132(1495):54-64.

MANGUEIRA, S.O. *et al.* Promoção da saúde e políticas públicas do álcool no Brasil: revisão integrativa da literatura. **Psicologia & Sociedade**, v. 27, n. 1, p. 157-168, 2015.

MONTEIRO, M.G. Políticas públicas para prevenção dos danos relacionados ao consumo de álcool. **Epidemiologia Serviço de Saúde**, Brasília, 25 (1):171-174, jan-mar 2016.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Global status report on alcohol and health**. [internet]. Geneva: World Health Organization; 2018. Disponível em: [https://www.who.int/substance\\_abuse/publications/global\\_alcohol\\_report/en/](https://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/en/).

SANTOS, W. S. *et al.* Alcohol Use Disorder Identification Test (AUDIT): explorando seus parâmetros psicométricos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 61, n. 3, p. 117-123, 2012.

SILVA, D. A. S.; PETROSKI, E. L. The simultaneous presence of health risk behaviors in freshman college students in Brasil. **Journal of Community Health**, 37(3), p. 591-598, 2012.

SONG, Ting *et al.* Mobile Health Interventions for Self-Control of Unhealthy Alcohol Use: Systematic Review. **JMIR Mhealth Uhealth**, v. 7, p. 01-14, 2019. Disponível em: <Http://mhealth.jmir.org/2019/1/e10899/>. Acesso em: 08 abr. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Global status report on alcohol and health 2014**. 2014.