

O USO DE ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS E SEUS POSSÍVEIS FATORES DE PROTEÇÃO EM TEMPOS DE PANDEMIA

Cristian Silva Tavares de Moura¹

Daniele Ferreira Silva de Carvalho²

Camila Miranda de Amorim Resende³

Colaboração:

Izabel Cristina dos Santos Silva⁴

Maria Helena Grillo⁵

Resumo

Este estudo objetiva investigar o uso de álcool e/ou outras drogas em tempos de quarentena em Volta Redonda (RJ) e municípios vizinhos. A coleta de dados foi realizada a partir de formulário do Google respondido por duzentas e vinte e sete pessoas em sua maioria de 18 a 30 anos, ensino superior incompleto, com renda média familiar de 1 a 5 salários mínimos. Observou-se, dentre os respondentes da pesquisa, um aumento da vontade e do uso de álcool e outras drogas com destaque especial para medicações como ansiolíticos, antidepressivos, cigarro e maconha em contraste à queda do uso de álcool neste mesmo cenário. Tal crescimento pode estar atrelado à elevação dos problemas de saúde mental em tempos de pandemia do coronavírus observada de um modo mais amplo em todo país. Sugere-se, neste sentido, que a busca de drogas (lícitas ou ilícitas) tenha ocorrido como um alívio para o sofrimento emocional. Analisou-se as respostas acerca das atividades prazerosas desenvolvidas durante a pandemia. As principais alternativas adotadas pelos participantes para a vivência do lúdico, de hobbies e formas de obtenção de prazer foram: redes sociais; programas de TV e/ou filmes e séries; leitura; jogos eletrônicos; culinária; namoro; prática de esportes. Essas atividades, quando geram sensação de bem estar para os indivíduos, são compreendidas como possíveis “fatores de proteção” para o uso de álcool e outras drogas e devem, por isso, ser incentivadas.

Palavras-Chave: Adicção. Coronavírus. Saúde Mental.

¹Graduando em Psicologia pelo UGB/FERP.

²Graduanda em Psicologia pelo UGB/FERP.

³Mestre e Doutora em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social pelo Programa EICOS/ IP/UFRJ.

⁴Graduanda em Psicologia pelo UGB/FERP.

⁵Graduanda em Psicologia pelo UGB/FERP.

THE USE OF ALCOHOL AND OTHER DRUGS AND THEIR POSSIBLE PROTECTIVE FACTORS IN PANDEMIC TIMES

Abstract

This study aims to investigate the use of alcohol and/or other drugs in quarantine times in Volta Redonda (RJ) and neighboring municipalities. Data collection was carried out using a Google form answered by two hundred and twenty-seven people, mostly 18 to 30 years old, with incomplete higher education, with an average family income of 1 to 5 minimum wages. Among the survey respondents, there was an increase in the desire and use of alcohol and other drugs with special emphasis on medications such as anxiolytics, antidepressants, cigarettes and marijuana in contrast to the drop in alcohol use in this same scenario. Such growth may be linked to the increase in mental health problems in times of the coronavirus pandemic observed more widely across the country. In this sense, it is suggested that the search for drugs (legal or illegal) has occurred as a relief for emotional suffering. The responses about the pleasurable activities developed during the pandemic were analyzed. The main alternatives adopted by the participants for experiencing playfulness, hobbies and ways of obtaining pleasure were: social networks; TV programs and / or films and series; reading; electronic games; cooking; dating; sports practice. These activities, when they generate a sense of well-being for individuals, are understood as possible “protective factors” for the use of alcohol and other drugs and should, therefore, be encouraged.

Keywords: addiction. Coronavirus. Mental Health.

Introdução

O uso de álcool e outras drogas é uma problemática que permeia a humanidade e que tem se mostrado um grande desafio há muito tempo nas áreas da saúde, social e da justiça, como destacam Figlie e Diehl (2014). No cenário de pandemia de COVID-19, uma realidade atípica de quarentena foi instalada hegemonicamente em vários lugares do mundo, dentre eles o Brasil, o que tem implicado no distanciamento social e na mudança da rotina e dos hábitos de vida das pessoas. Ansiedade, estresse e transtornos de humor se tornaram mais frequentes e podem ser atribuídos a vários fatores que incluem medo da morte, incertezas, renda insuficiente, solidão, angústias,

etc. Para lidar com essas demandas não é incomum o uso de álcool e outras drogas como uma bengala.

Esse estudo é parte de uma pesquisa maior aprovada no Comitê de Ética em Pesquisa do UGB/FERP que, em parceria com a Coordenadoria Municipal de Prevenção às Drogas, busca conhecer instituições no município de Volta Redonda que desenvolvam projetos e programas que proporcionem espaços para a vivência do lúdico, do prazer, de crianças e adolescentes, bem como compreender o objetivo destes projetos e programas no sentido de refletir sobre a importância da existência e divulgação dos mesmos para a prevenção do uso de álcool e outras drogas no município. A emergência da pandemia do coronavírus impôs o adiamento do objetivo maior da pesquisa, mas trouxe uma nova indagação relacionada à temática principal que embasou o presente estudo.

Esta pesquisa interrogou como tem sido o uso de álcool e/ou outras drogas em tempos de pandemia dos munícipes de Volta Redonda e região adjacente e buscou investigar quais alternativas têm sido adotadas pelos participantes para a vivência do lúdico, dos hobbies, de outras formas de prazer, uma vez que a quarentena consequente à pandemia promoveu mudança na rotina e, em muitos casos, impossibilitou a continuidade de hábitos e comportamentos saudáveis.

Referencial teórico

O uso de álcool e outras drogas é uma problemática que cerca a humanidade desde a mais tenra história e é tangenciado por um grave problema de saúde pública, com consequências que não abrangem apenas o pessoal, mas todas as esferas que atravessam a humanidade como a social, a econômica e a política (MARQUES; CRUZ, 2000). O uso e abuso de substâncias psicoativas na maioria dos casos tem início na adolescência e se estende para a vida adulta. O número crescente de jovens que se envolvem com o uso de substâncias ilícitas é verificado em todas as camadas sociais e não apenas nas populações menos favorecidas economicamente (ROMERA,2013).

No imaginário popular, é comum considerarmos como drogas apenas as substâncias ilícitas, porém devemos também levar em conta o uso das chamadas drogas lícitas como o álcool, tabaco e medicamentos. De um modo geral, é preciso considerarmos que tudo o que é usado desordenadamente pode causar dependência e trazer algum prejuízo para o sujeito, seja físico, psicológico, social, para a saúde, financeiro, etc.

No fim do ano de 2019, o vírus COVID-19 se alastrou pelo mundo, tendo seu apogeu em 2020, comprometendo milhares de vidas com doenças respiratórias e outras comorbidades, o que implicou que muitas pessoas de diversos países vivessem sob quarentena e uma série de cuidados especiais, como o uso de máscaras, distanciamento social, higienização constante do corpo e dos objetos. Além dos impactos para a saúde física, os impactos emocionais decorrentes da pandemia de COVID-19 e do consequente isolamento social também têm sido grandes para a saúde mental da população.

Para ilustrar o supracitado, uma pesquisa feita pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro, UERJ, destacou que o número de casos de depressão quase dobrou enquanto os de ansiedade e estresse aumentaram 80% no período de quarentena. Segundo o estudo feito, os problemas de saúde mental estão aumentando em escala preocupante durante a pandemia do novo coronavírus e o isolamento social. A pesquisa foi feita através de um questionário online durante os dias 20 de março e 20 de abril e contou com a resposta de 1460 pessoas de 23 estados. O levantamento aponta que as mulheres são mais propensas que os homens a sofrer com a ansiedade e estresse durante o período de pandemia (DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO DA UERJ, 2020).

O uso de substâncias, lícitas ou ilícitas, não é incomum como tentativa de suporte emocional. Como ressaltam Pinheiro e Marafanti (2014), indivíduos ansiosos acabam por usar o álcool como uma “estratégia mal fundada de automedicação” (p. 119). Os mesmos autores destacam que, de modo geral, a associação entre diversos transtornos mentais e o abuso de dependência de substâncias já é comprovada pela literatura científica.

Considerando esta articulação entre o uso de substâncias lícitas e ilícitas e os transtornos mentais, este trabalho buscou compreender se, diante do aumento dos quadros de fragilidade emocional decorrentes da pandemia de COVID-19, também houve um acréscimo do uso de álcool e outras drogas na população pesquisada. Se propôs também a investigar que alternativas têm sido adotadas pelos entrevistados para a vivência do lúdico, dos hobbies, de outras formas de prazer.

A busca por conhecer melhor alternativas de obtenção de prazer se amparou na compreensão de fatores de risco e fatores de proteção para a experimentação e dependência do uso de álcool e outras drogas. Fatores de risco são situações ou eventos que afetam de forma negativa o indivíduo, o colocando em uma situação de maior vulnerabilidade à experimentação e ao abuso de drogas (DIEHL; FIGLIE, 2014). Segundo Macedo et al. (2014), os fatores de risco presentes no uso de álcool e outras drogas são: os individuais (sintomas de depressão, ansiedade e insegurança), os familiares (pais ou irmãos usuários de álcool e outras drogas e violência ou conflitos familiares), os escolares (baixo desempenho e exclusão), os sociais (violência e falta de trabalho e lazer), e, por fim, os fatores especificamente relacionados ao álcool e outras drogas que seriam a disponibilidade da droga e a influência da mídia.

Por outro lado, fatores relacionados com a redução do potencial de abuso de álcool e outras drogas e que aumentam a resistência à experimentação dos mesmos são chamados de “fatores de proteção” (DIEHL; FIGLIE, 2014). São inúmeros os fatores que podem ser considerados protetivos para a experimentação do uso e abuso de álcool e outras drogas como, por exemplo, fatores individuais (vínculos interpessoais positivos), familiares (envolvimento afetivo entre pais e filhos, suporte familiar), escolar (bom desempenho e bom relacionamento com os pares), sociais (lazer, cultura e oportunidades), religiosidade e os mais diretamente relacionados ao uso de álcool e outras drogas, que seriam ter informações corretas sobre o uso e seus efeitos (FERRO; MENESES-GAYA, 2015).

Existem, portanto, inúmeros fatores de risco e proteção que influenciam na resistência à experimentação e no abuso de álcool e outras drogas, ainda que seja preciso considerarmos que, para cada sujeito ou grupos específicos, os mesmos

fatores podem contribuir de modo diferenciado. No geral, no entanto, é comum observarmos em nossa sociedade um enfoque no trabalho de prevenção ao uso de álcool e outras drogas voltado especialmente aos fatores sociais, como lazer, cultura e esporte.

A autora do artigo “Esporte, lazer e prevenção ao uso de drogas: dos discursos equivocados aos caminhos possíveis” questiona a forma ingênua e simplista que se estabelece nesta relação entre esporte, lazer e prevenção ao uso de drogas (ROMERA, 2013). Segundo o artigo, o Programa Esporte e Lazer da Cidade (PELC) é um programa desenvolvido pelo antigo Ministério do Esporte desde 2003 que objetiva a ampliação, democratização e universalização do acesso à prática e ao conhecimento do esporte recreativo e de lazer. Este Programa normalmente aborda duas preocupações centrais que acredita poder resolver: o uso do tempo livre e a necessidade de ocupá-lo de forma saudável; e a prática esportiva como solução para salvar e retirar os jovens das ruas, afastando-os das drogas e de suas consequências. Atribui-se, assim, às práticas esportivas, o poder de salvar e controlar o tempo livre dos jovens, sem levar em consideração toda a complexidade que abarca o uso de drogas, desconsiderando os usuários, suas necessidades, histórias de vida e suas singularidades.

Para que as práticas de esporte e lazer oferecidas pelos programas sociais nas comunidades, periferias, áreas pacificadas, sejam capazes de prevenir o uso de drogas entre os jovens, é necessário, segundo Romera (2013), considerar a conjugação de esforços de distintas áreas de intervenção dentre eles o esporte, o lazer, a educação como forma de minimizar o problema e visar ao crescimento do ser humano como um todo, com o envolvimento de vários segmentos sociais nas áreas da formação profissional, saúde, emprego, transporte, abarcando todas as necessidades humanas. Como vimos, os fatores sociais de proteção ao uso de álcool e outras drogas são importantes, mas não são os únicos a influenciarem no uso e abuso de álcool e outras drogas.

Pratta e Santos (2007), em uma pesquisa feita com adolescentes, buscaram conhecer seus hábitos e identificar alguns fatores de risco e de proteção para o uso

de substâncias psicoativas. Segundo os autores, o lazer é uma estratégia relevante neste contexto, sendo assim torna-se importante buscar conhecer os tipos de atividades de lazer que são mais efetuadas pelos adolescentes e quais suas possíveis associações com o uso de drogas lícitas e ilícitas. Foi observado que as atividades de lazer estavam atribuídas a quatro situações sendo elas: atividades recreativas em grupos, atividades realizadas quando sozinhos em casa, atividades com a família e atividades culturais. Foi analisada a participação nestas atividades entre o grupo usuário e outro grupo não usuário de substâncias psicoativas.

Para o grupo de adolescentes que fazem uso de substâncias psicoativas, as atividades apresentadas com maior frequência foram atividades realizadas quando sozinhos em casa como “ouvir música” (73,9%) e “assistir televisão” (63%); atividades recreativas em grupo como sair com amigos do mesmo sexo (58,2%) e sair com amigos do sexo oposto (51,5%). Foram constatadas algumas diferenças estatísticas entre os grupos de usuários e não-usuários de substâncias psicoativas. No grupo de usuário, 16,4% vão à igreja ou serviço religioso, 37,3% frequentam clubes e praias, 29,8% frequentam bares. No grupo de não usuários, 29,8% vão à igreja ou serviço religioso, 12,3% frequentam clubes e praias, 3,5% frequentam bares.

Os dados do artigo supracitado evidenciam uma variedade considerável de atividades realizadas pelos adolescentes no momento de lazer (PRATTA; SANTOS, 2007). As diferenças significativas entre os dois grupos de adolescentes considerados para o estudo apareceram em atividades específicas. Assim “ir à igreja ou serviço religioso”, “praticar esportes” e “sair com a família” foram mais frequentes entre os adolescentes não-usuários, enquanto atividades como “frequentar clubes/praias”, “sair com amigos” e “frequentar bares” foram pontuados como sendo mais comumente realizadas por adolescentes usuários.

Este último estudo ressalta que há, portanto, hábitos e comportamentos diferenciados entre pessoas que fazem uso de álcool e outras drogas e outras que não fazem este uso. Ganha destaque entre os não-usuários vínculos interpessoais positivos, afiliação religiosa e a prática de esportes, fatores compreendidos por Ferro e Meneses-Gaya (2015) como fatores sociais de proteção. Esta compreensão sobre

os fatores de proteção, com destaque para os sociais, norteou esta pesquisa, que, além de interrogar como tem sido o uso de álcool e/ou outras drogas em tempos de pandemia dos municípios de Volta Redonda e região adjacente, buscou investigar também os hábitos e práticas prazerosas desenvolvidas pelos entrevistados na quarentena. Consideramos que o cenário atípico em que vivemos no período do desenvolvimento desta pesquisa fez com que todos nós precisássemos mudar hábitos e comportamentos que impactaram nas relações intra e interpessoais de um modo geral.

Material e métodos

Pesquisa quantitativa realizada por meio de coleta de dados estruturados através de questionários de múltipla escolha, elucidando o uso de álcool e outras drogas em tempos de pandemia do novo coronavírus em Volta Redonda (RJ) e municípios vizinhos, bem como as alternativas adotadas pelos participantes para a vivência do lúdico, dos hobbies, de formas de obtenção de prazer. O uso de referências bibliográficas, como pesquisas em livros e artigos, foi utilizado em concomitância neste trabalho.

Participantes

Não foi estabelecido um público prévio para a pesquisa que se utilizou do formulário do Google Forms enviado de forma randômica, ou seja, não estabelecendo de antemão dados característicos do grupo participante como gênero, escolaridade, idade, renda. Participaram desta pesquisa duzentas e vinte e sete pessoas sendo essas 59,5% do sexo feminino e 40,5% do sexo masculino, variando em faixa etária de 15 a 70 anos.

Instrumentos

Utilizamos o formulário do Google como instrumento da pesquisa. Todos os cinco pesquisadores atrelados a esta pesquisa enviaram o formulário via aplicativo de mensagens para seus contatos de 20 de julho até 27 de julho de 2020, ou seja, por uma semana. Foi decidido aguardar mais uma semana, até 3 de agosto, para, porventura, ampliar o número de respostas. Encerrou-se a possibilidade de respostas no dia 3 de agosto de 2020, quando foi iniciada a análise dos dados.

O formulário foi estruturado para abranger as seguintes questões: dados pessoais do participante (sexo, idade, renda, escolaridade, cidade de moradia); o prévio uso de alguma substância; se a pandemia provocou alguma mudança de vontade sobre este uso e, em caso afirmativo, quais substâncias foram utilizadas e em que frequência. Foi encerrado o formulário com a pergunta sobre a vivência do lúdico, dos hobbies, de outras formas de prazer, em geral, em tempos de quarentena.

Análise de dados

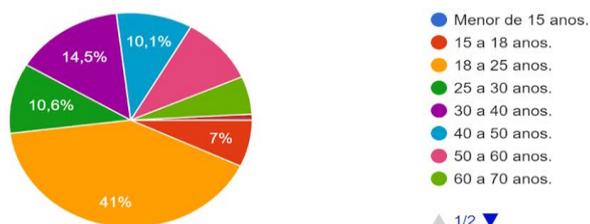
Os resultados foram gerados através de uma tabela em Excel e analisados de acordo com as proporções das respostas obtidas.

Resultados e discussão

O presente trabalho, feito via formulário Google, foi aplicado a uma população geral com uma porcentagem de 40,5% masculina e 59,5 % feminina, com a faixa etária predominante de 51,6% de 18 a 30 anos, com 5,7% possuindo uma renda mensal de até 1 salário-mínimo e 64,4% de 1 a 5 salários mínimos, como é possível verificar através das figuras 1 e 2 extraídas do formulário Google.

Figura 1. Gráfico de faixa etária

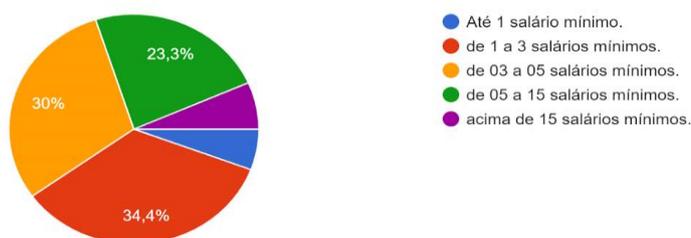
Faixa etária
 227 respostas



Fonte: Pesquisa do Autor

Figura 2. Renda média familiar

Renda média familiar
 227 respostas



Fonte: Pesquisa do Autor

Sobre a escolaridade, 39,2% declararam ter o ensino superior incompleto, 30,8% ensino superior completo, 20,7% ensino médio completo e o restante de 9,3% dividido entre os demais graus de escolaridade (vide figura 3 extraída do formulário Google). Os indivíduos participantes da pesquisa são principalmente residentes na cidade de Volta Redonda (63% de participantes), 10,1% munícipes da cidade de Barra Mansa e o restante das demais regiões adjacentes.

Figura 3. Escolaridade dos participantes

Escolaridade
 227 respostas

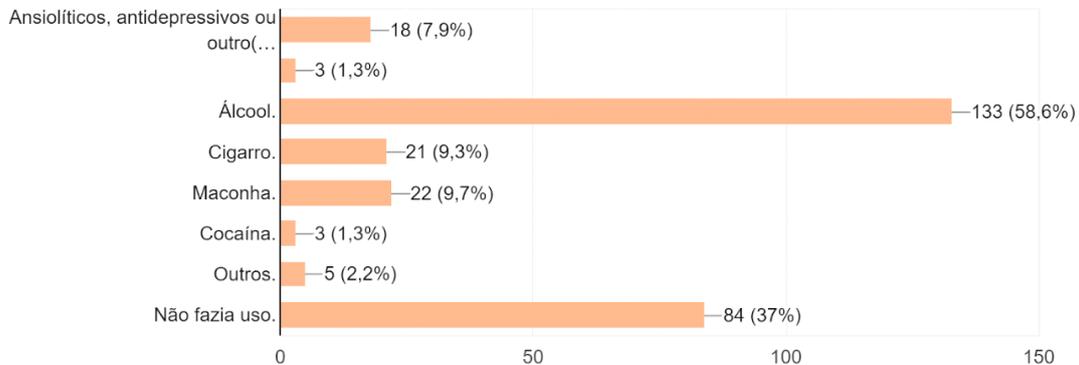


Fonte: Pesquisa do Autor

Conforme observado na figura 4 extraída do formulário Google elaborado no presente estudo, o uso de ansiolíticos, antidepressivos ou similares com prescrição médica antes da pandemia obteve 7,9% de taxa, enquanto o mesmo uso sem prescrição médica obteve taxa de 1,3%. O álcool obteve 58,6%; o cigarro 9,3%; a maconha 9,7%. Todos estes dados correspondem ao consumo anterior à pandemia.

Figura 4. Uso de alguma droga antes da pandemia

Se sim, qual (is)?
 227 respostas

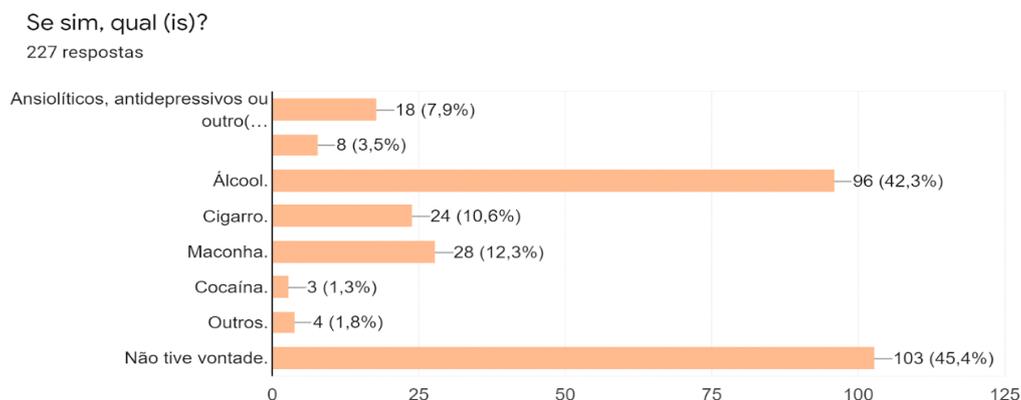


Fonte: Pesquisa do Autor

Durante a pandemia, o uso de álcool relatado pelos entrevistados obteve uma porcentagem de 42,3% (vide figura 5 extraída do formulário Google), ou seja, menor do que a porcentagem obtida sobre o consumo dos entrevistados anterior à pandemia (58,6%). Esse cenário é diferente para medicações como ansiolíticos e antidepressivos sem prescrição médica, para as quais houve uma apuração de 3,5%. Sobre o uso de drogas como o cigarro e a maconha, houve um resultado de 10,6% e 12,3% respectivamente. No geral, 46,3% das pessoas relataram ter tido vontade de usar algum tipo de droga (lícita ou ilícita) em tempos de pandemia, ainda que apenas 40,5% tenham declarado que, de fato, fizeram algum uso.

Quanto à variável do uso, comparando as porcentagens das figuras 4 e 5 extraídas do formulário Google, se computou alterações no caso das medicações (ansiolíticos e antidepressivos) sem prescrição médica: um aumento de 2,2%. Houve acréscimo também no caso do cigarro, de 1,3%, e da maconha, de 2,6%; quanto ao álcool, em contraste, houve uma queda de 16,6%.

Figura 5. Uso de droga durante a pandemia



Fonte: Pesquisa do Autor

Ao iniciar o presente estudo, se levantou como hipótese inicial que o aumento da ansiedade bem como de outros possíveis sintomas emocionais emergidos em tempos de isolamento social causaria o aumento do uso de substâncias químicas na busca da diminuição de tais sintomas. Os dados obtidos, em especial quanto ao uso de álcool, apontam para a direção oposta. Analisando os últimos dados, juntamente com os dados de caracterização da população que respondeu o questionário – preponderantemente jovem e, em parte significativa, hipoteticamente estudante de graduação (ensino superior incompleto) – analisou-se que tal queda pode estar associada a uma mudança, devido à pandemia do coronavírus, do principal modo de consumo de álcool por esta população: em situação de encontros sociais como bares, baladas e chopadas. Cabe destacar que, por determinação do Estado, bares, baladas e encontros sociais com aglomeração de pessoas encontravam-se fechados quando as entrevistas foram feitas.

Importante destacar o aumento do uso da maconha que é uma das drogas ilícitas mais usadas no Brasil, cujo nome científico é *cannabis sativa*. É uma droga psicoativa e tem como principal substância o tetrahydrocannabinol que é o responsável pelo efeito perturbador do sistema nervoso central (SNC). Além dos efeitos físicos, a maconha tem vários efeitos psicológicos e psiquiátricos como a sensação de bem-estar, calma e relaxamento, hilaridade, angústia, prejuízos de memória e atenção, delírios e alucinações, leve euforia, intensificação de experiências sensoriais, alterações da percepção e sintomas similares do transtorno de pânico (OLIVEIRA, DIEHL, CORDEIRO, 2014). Alguns destes efeitos são bem observados para a supressão ou redução das alterações no humor e ansiedade. Como destacam Boarati, Lopes e Scivoletto (2014), um fator que muitas vezes facilita a manutenção do uso da maconha é o fato de que ela leva a um estado de relaxamento muito desejado.

No uso do cigarro também houve um leve aumento de 9,3% para 10,6%. O cigarro é rico em uma substância psicoativa chamada nicotina que apresenta ação estimulante no sistema nervoso central e é a principal responsável pelo desenvolvimento da dependência (OLIVEIRA, DIEHL, CORDEIRO, 2014). Além de seus efeitos físicos pelo uso crônico como doenças cardiovasculares, doenças

pulmonares, câncer, etc, e de seus efeitos sociais, o cigarro causa elevação leve de humor, aumento de concentração e diminuição da necessidade de sono. Segundo Pinheiro e Marafanti (2014), a literatura científica tem demonstrado que indivíduos com transtornos de ansiedade têm maiores taxas de tabagismo, o que pode ser um indicativo que embasa o aumento, ainda que não significativo, do uso de cigarro na pandemia.

O presente trabalho aponta, portanto, para um aumento, ainda que leve, do consumo de algumas drogas lícitas e ilícitas em tempos de pandemia entre os entrevistados. Tal crescimento pode estar atrelado à elevação dos problemas de saúde mental em tempos de pandemia do coronavírus observada de um modo mais amplo em todo país pelo estudo da UERJ (DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO DA UERJ, 2020).

Sugere-se, neste sentido, que o aumento das pessoas com transtornos de ansiedade, depressão ou outras tantas questões emocionais, provocadas ou acentuadas pelo período de pandemia, pode estar relacionado ao acréscimo na busca de drogas (lícitas ou ilícitas), provavelmente como um alívio para seu sofrimento emocional como a tristeza, falta de energia, inquietação, irritabilidade, dentre outros. Importante destacar, no entanto, como ressaltam Pinheiro e Marafanti (2014), que o efeito deste uso pode ser o oposto do esperado ou inicialmente buscado, pois as drogas (lícitas ou ilícitas) podem trazer uma sensação de prazer imediato, mas depois tendem a agravar os sintomas característicos dos quadros psicopatológicos.

No que diz respeito às alternativas adotadas pelos participantes para a vivência do lúdico, dos hobbies, de formas de obtenção de prazer, as opções com maior porcentagem foram: redes sociais (78,9%); programas de TV e/ou filmes e séries (57,1%); leitura (44,5%); jogos eletrônicos (33,9%); culinária (32,6%); namoro (28,2%); prática de esportes (27,35).

Chama a atenção a porcentagem de uso de redes sociais (78,9%) e de jogos eletrônicos (33,9%), como alternativa de obtenção e prazer. É importante destacar que:

(...) alguns pesquisadores acreditam que o uso da realidade virtual em demasia seria um sintoma de outros quadros, como depressão e ansiedade. Desse modo, a internet equivaleria à possibilidade de escapar de situações problemáticas. (AZEVEDO; PEREIRA, 2014, p. 262)

Em momentos de angústia, depressão e fuga as pessoas tendem a se apoiar na internet e jogos como enfrentamento da situação em que se encontram ou mesmo de procrastinar a se deparar com sua realidade e dificuldades, o que se assemelha com a resposta de adictos em álcool e outras drogas (ABREU et al., 2008). Essa tese pode ser articulada com o fato de um número expressivo de pessoas terem se refugiado aos meios eletrônicos como forma de lúdico e prazer no período pandêmico de COVID-19.

Em uma análise mais panorâmica da problemática, o vício em internet e jogos eletrônicos, assim como a própria nomenclatura, não é consensual entre os pesquisadores, que estão ainda esperando um “bater de martelo”, o que não inviabiliza e nem invalida o reconhecimento dos transtornos e sua urgência no contemporâneo, conforme observado por Abreu et al. (2008) em sua revisão da literatura sobre o tema.

O fato acima mencionado não descaracteriza também as questões compulsivas observadas e debatidas sobre o assunto, como uma proposta de que o nome “uso problemático da internet” é uma forma mais elucidativa de entender a dependência que se manifesta em aplicativos como chats, compras, redes sociais, vídeos, em vez do vício em internet propriamente dito (ABREU et al., 2008).

A dependência ocorre em função do tempo despendido nas atividades de jogos eletrônicos, baseando-se na teoria da substituição de atividades sociais, segundo a qual o indivíduo que se envolve durante muitas horas por dia em uma determinada atividade e acaba por negligenciar outras atividades importantes, como estudar, conviver com amigos e familiares, praticar esportes, dormir etc. (...) A dependência de Internet pode ser encontrada em qualquer faixa etária, nível educacional e estrato socioeconômico. (...) Sabe-se, hoje, que à medida que as tecnologias invadem progressivamente as rotinas de vida, o contato com o computador cada vez mais deixa de ser um fato ocasional e, portanto, o número de atividades mediadas pela Internet

aumenta de maneira significativa, bem como o número de acessos. (ABREU et al., 2008)

Desse modo, a internet equivaleria à possibilidade de escapar de situações problemáticas (AZEVEDO; PEREIRA, 2014). Importante refletir, portanto, se estas alternativas para obtenção de prazer apontada pelos pesquisados estaria contemplada nos fatores protetivos para o uso de álcool e outras drogas ou, ao contrário, deveriam ser consideradas como fatores de risco.

Outras opções, como a prática de esportes, leitura, culinária, já se aproximam mais da concepção de “fatores protetivos”. Estes fatores, como vimos, fortalecem a resistência das pessoas para a evitação do primeiro contato com a droga e proporcionam alternativas que geram prazer, o que muitas vezes as distanciam do uso de álcool e outras drogas, além de propiciar momentos de reflexões sobre o tema (MOREIRA; VÓVIO; MICHELI, 2015).

Ainda que seja necessário considerar a especificidade da vivência destes fatores para cada pessoa para que possamos efetivamente considerá-los como fatores de proteção, sabemos que fatores que tendem a contribuir para construção da autoestima, como destaca Romera (2013), tendem a ser tomados como fatores de proteção.

Acreditamos, assim, que a vivência de práticas prazerosas não compulsivas ou exageradas, principalmente as que contribuem para a construção da autoestima, funcionam como fatores de proteção para o uso de álcool e outras drogas e devem, por isso, ser estimuladas. O que encontramos entre o público entrevistado ilustra bem o possível para a época em que a pesquisa foi feita, ou seja, momento de forte isolamento social e restrição de funcionamento de bares, restaurantes, casas noturnas, parques etc. As principais atividades prazerosas apontadas pelos entrevistados foram aquelas que podiam ser realizadas em casa, individualmente ou com poucas pessoas.

Consideração Finais

Estudos têm apontado para o aumento de problemas de saúde mental atrelados à pandemia do coronavírus. Neste contexto, esta pesquisa investigou o uso de álcool e outras drogas em Volta Redonda e regiões adjacentes no período de pandemia e buscou entender quais alternativas têm sido adotadas pelos participantes para a vivência do lúdico, dos hobbies, de outras formas de prazer. Segundo pesquisa feita, o uso de substâncias psicoativas na região investigada, principalmente cigarro e maconha, teve um aumento no período de isolamento social decorrente da pandemia. O consumo de álcool, ao contrário, teve uma queda registrada pela pesquisa que foi compreendida considerando o cenário de fechamento de bares e restaurantes e a proibição de festas e casas noturnas. A porcentagem de pessoas que desejavam fazer consumo de álcool e drogas foi alta. Sugere-se que esta elevação no uso, bem como a grande porcentagem de pessoas que relata desejo de uso, esteja relacionada ao aumento de problemas emocionais em tempos de pandemia, como destacado ao longo do trabalho.

No que diz respeito à vivência do lúdico, de atividades e hábitos prazerosos que tendem a funcionar como fatores de proteção ao uso de álcool e outras drogas encontramos, claro, uma limitação diante das restrições impostas pela quarentena. Uma grande porcentagem de pessoas relatou atividades ligadas aos aparatos eletrônicos, como TV, computador, redes sociais que, diante da discussão apresentada neste artigo, questionamos se podem ser consideradas fatores de proteção ao uso de álcool e outras drogas. Outras atividades citadas pelos entrevistados estão mais atreladas ao que Ferro e Meneses-Gaya (2015) destacaram como fatores sociais de proteção.

O que observamos, de modo geral, é que a vivência de atividades que podem ser tomadas como fatores de proteção para o uso de álcool e outras drogas ficou bastante reduzida por efeito das restrições impostas pela pandemia de COVID-19. Muitos encontros presenciais entre familiares e amigos tiveram que ser adiados, a vivência das relações escolares foi suspensa e até as práticas religiosas tiveram que

ser virtualizadas. Diante das restrições vividas, os resultados desta pesquisa, em especial no que diz respeito à vontade de usar álcool e outras drogas durante a pandemia, nos levam a sugerir que alguns entrevistados podem ter buscado no álcool e em outras drogas (lícitas ou ilícitas) uma fonte de prazer, além do alívio para questões emocionais que já foi bem debatido ao longo da pesquisa.

Vivemos, sem dúvida, um período extremamente atípico que promoveu em cada um de nós transformações e reações distintas e singulares. Foram muitas as mudanças que nos afastaram fisicamente uns dos outros e outras tantas, ainda que mais curtas temporalmente, que nos distanciaram, inclusive, do contato com o espaço público e com a natureza. Lidar com todas estas alterações na nossa rotina não foi simples, mas muitos conseguiram buscar formas de prazer saudáveis, ainda que com restrições.

Referências

ABREU, Cristiano Nabuco de; KARAM, Rafael Gomes; GÓES, Dora Sampaio; SPRITZER, Daniel Tornaim. Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, São Paulo, v.30, n. 2, p. 156-167, jun. 2008.

AZEVEDO, Renata Cruz Soares de; PEREIRA, Bruna Antunes de Aguiar Ximenes. O desafio da nova era: prevenção das dependências não químicas. In: FIGLIE, Neliana Buzi; DIEHL, Alessandra. (orgs.) **Prevenção ao uso de álcool e drogas: o que cada um de nós pode e deve fazer? Um guia para pais, professores e profissionais que buscam um desenvolvimento saudável para crianças e adolescentes.** Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 259-269.

BOARATI, Miguel Angelo; LOPES, Gabriel Magalhães; SCIVOLETTO, Sandra. Principais quadros clínicos, psicológicos e psiquiátricos da infância e adolescência que predisõem ao uso de álcool, tabaco e outras drogas. In: FIGLIE, Neliana Buzi; DIEHL, Alessandra. (orgs.) **Prevenção ao uso de álcool e drogas: o que cada um de nós pode e deve fazer? Um guia para pais, professores e profissionais que buscam um desenvolvimento saudável para crianças e adolescentes.** Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 95-116.

DIEHL, Alessandra; FIGLIE, Neliana Buzi. Fatores de risco e fatores de proteção. In: FIGLIE, Neliana Buzi; DIEHL, Alessandra. (orgs.) **Prevenção ao uso de álcool e drogas: o que cada um de nós pode e deve fazer? Um guia para pais, professores e profissionais que buscam um desenvolvimento saudável para crianças e adolescentes.** Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 39-49.

DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO DA UERJ. **Pesquisa da UERJ indica aumento de casos de depressão entre brasileiros durante a quarentena.** UERJ, 2020. Disponível em: <https://www.uerj.br/noticia/11028/>. Acesso em: 18 ago. 2020.

FERRO, Luiz Roberto Marquezi; MENESES-GAYA, Carolina. Resiliência como fator protetor no consumo de drogas entre universitários. **Saúde e Pesquisa**, v. 8, edição especial, p. 139-149, 2015.

FIGLIE, Neliana Buzi; DIEHL, Alessandra. O que é prevenção? In: FIGLIE, Neliana Buzi; DIEHL, Alessandra. (orgs.) **Prevenção ao uso de álcool e drogas: o que cada um de nós pode e deve fazer? Um guia para pais, professores e profissionais que buscam um desenvolvimento saudável para crianças e adolescentes.** Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 23-38.

MACEDO, Jaqueline Queiroz; AYGNES, Daniela Cursio; BARBOSA, Sara Pinto; LUIS, Margarita Villar. Concepções e vivências de estudantes quanto ao envolvimento

com substâncias psicoativas em uma escola pública de Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. **Cienc. enferm.**, Concepción, v. 20, n. 3, p. 95-107, dez. 2014.

MARQUES, Ana Cecília Petta Roselli; CRUZ, Marcelo S. O adolescente e o uso de drogas. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 32-36, dez. 2000.

MOREIRA, André; VÓVIO, Claudia Lemos; MICHELI, Denise de. Prevenção ao consumo abusivo de drogas na escola: desafios e possibilidades para a atuação do educador. **Educ. Pesqui.**, São Paulo, v. 41, n. 1, p. 119-135, mar. 2015.

OLIVEIRA, Ana Carolina Schmidt de; DIEHL, Alessandra; CORDEIRO, Daniel Cruz. Drogas, álcool e tabaco: que barato é esse? In: FIGLIE, Neliana Buzi; DIEHL, Alessandra. (orgs.) **Prevenção ao uso de álcool e drogas**: o que cada um de nós pode e deve fazer? Um guia para pais, professores e profissionais que buscam um desenvolvimento saudável para crianças e adolescentes. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 50-84.

PINHEIRO, Maria Carolina Pedalino; MARAFANTI, Ísis. Principais quadros psiquiátricos do adulto que predisõem ao uso de álcool, tabaco e outras drogas. In: FIGLIE, Neliana Buzi; DIEHL, Alessandra. (orgs.) **Prevenção ao uso de álcool e drogas**: o que cada um de nós pode e deve fazer? Um guia para pais, professores e profissionais que buscam um desenvolvimento saudável para crianças e adolescentes. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 117-138.

PRATTA, Elisângela Maria Machado; SANTOS, Manoel Antonio. Lazer e uso de substâncias psicoativas na adolescência: possíveis relações. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 23, n.1, p. 43-52, jan/mar 2007.

ROMERA, Liana Abrão. Esporte, Lazer e Prevenção ao Uso Drogas. **Licere**, Belo Horizonte, v. 16, n. 4, p. 1-19, dez. 2013.