

CARACTERIZAÇÃO DOS PADRÕES DO CONSUMO DO ÁLCOOL EM ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE DE AVEIRO

Adriana Costa

Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro
adrianacosta@ua.pt

Joana Figueiredo

Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro
figueiredonadia@ua.pt

Pedro Monteiro

Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro
monteiro.pedro@ua.pt

Sara Costa

Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro
sarambjscosta@ua.pt

Sílvia Xavier

Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro
silvia_cristina_20@hotmail.com

Resumo

Verificamos uma atual preocupação internacional relativamente à influência do consumo de álcool na saúde pública, e como estes padrões de consumo se refletem nas diversas fases do desenvolvimento do indivíduo. Em Portugal, o seu consumo excessivo fazer parte integrante do percurso académico, em que os estudos e as aplicações praticas são reduzidas, apesar da sua relevância na saúde pública, percurso académico e repercussões na vida adulta. No presente trabalho pretendemos avaliar e caraterizar os hábitos do consumo de álcool, entender a relação entre o consumo de álcool ao longo do percurso académico e as suas consequências futuras.

Os participantes de ambos os sexos, num total de 395 estudantes, reponderam aos instrumentos de avaliação: ASSIST, e o Questionário de Avaliação das Consequências do Consumo de Bebidas Alcoólicas nos Jovens Adultos.



Alguns dos resultados deste estudo, estão de acordo com a revisão bibliográfica, nomeadamente elevados consumos de álcool em contexto académico, consumos do tipo *binge-drinking* e quando comparados por género, verifica-se a supremacia dos homens. São necessárias mais investigações que nos permitam trazer uma maior evidência desta problemática

Palavras-chave: Consumo; Álcool; Estudantes; *Binge-drinking*; Consequências.

Abstract

There is a current international concern related to the influence of alcohol consumption in public health, and how this consumption patterns reflect in the different stages of development of the individual. In Portugal, although excessive alcohol consumption is part of the older academic traditions, there aren't many studies despite its relevance to public health, the academic journey, and repercussions in adult life. In this *work* we intend to evaluate and characterize alcohol consumption habits, understand the relationship between alcohol consumption, along the academic path, and its future consequences. We also aim to contribute to the signalization of the risk factors of the University of Aveiro's students, in order to improve the intervention already fulfilled.

The participants of both genders, in a total of 395 students, answered to the evaluation tools: ASSIST, and the Survey of Evaluation of consequences of alcoholic beverages consumption in young adults. It is verified that some of the results of this study, are in agreement with the bibliographic review, namely high alcohol consumptions in academic context, binge-drinking the type of consumptions and when compared by gender, the supremacy of men is observed. More investigation is required to allow us to bring more emphasis to this problematic.

Keywords: Consumption; Alcohol; Students; Binge-drinking; Consequences.

Introdução

A sociedade portuguesa considera o álcool uma droga legal que pode resultar numa vasta rede de problemas para a saúde pública, o que pode constituir uma carga



social e económica significativa para o país (Gomes-Pedro & Fernandes, 2001). Estima-se que existam cerca de setecentos e cinquenta mil consumidores de álcool em excesso, dos quais seiscentos mil estão sinalizados como alcoólicos (Cabral & Nogueira, 2004; Marinho, 2008). Em 2010, a Organização Mundial de Saúde e o Plano Nacional contra o Alcoolismo recomendam um valor de 2 UBP (Unidades de Bebida Padrão) por dia para o sexo feminino (16g de álcool) e 3 UBP para o sexo masculino (24g de álcool).

A Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (2013) classificou Portugal em 11.º lugar na lista de consumo de bebidas alcoólicas anuais por pessoa, com mais de 15 anos de idade e segundo o Instituto Nacional de Saúde (2014), 70% da população residente em Portugal com mais de 15 anos de idade consumiu bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses, verificando-se a uma diferença estatisticamente significativa entre os sexos, sendo este mais prevalente no sexo masculino. Reporta ainda que no grupo etário 15-24 anos, 67,3% afirmaram ter consumido bebidas alcoólicas nos últimos 12 meses, de novo, com uma diferença entre os sexos. Em Portugal, a prevalência de episódios de excesso de consumo de bebidas alcoólicas, como *binge-drinking*, foi de 20,4% na população com idade superior a 15 anos, verificando-se uma diferença bastante significativa entre os sexos. Comparativamente às mulheres que apresentam uma prevalência de 11,5% e estima-se que 30,1% da população do sexo masculino recorra a estes comportamentos (Instituto da Droga e da Toxicoddependência, 2010).

Paralelamente, o Instituto Nacional de Abuso de Álcool e Alcoolismo (INAAA, 2014) reportou uma prevalência de consumo de álcool de 71.0% na população dos Estados Unidos com mais de 18 anos de idade nos últimos 12 meses e da adoção de comportamentos de *binge-drinking* de 24.7% no último mês. Segundo Schuckit (1998) o grupo etário em que existem mais consumidores de álcool *per capita* é o grupo dos 16-25 anos, e é nesta faixa etária que se encontram muitos estudantes do Ensino Superior. Quanto ao comportamento de *binge-drinking* nesta faixa etária, a percentagem foi de 37.9% (INAAA, 2014).

O ingresso para o Ensino Superior é uma das transições mais importantes da vida dos jovens adultos, este é um período de mudanças, de assumir responsabilidades e de estabilizar a nível pessoal, social e profissional (Santos, Pereira & Veiga (2011). A integração na universidade é um processo multifacetado construído através das relações que o estudante desenvolve com a instituição. A



universidade torna-se assim um contexto onde se pretende proporcionar o desenvolvimento pessoal dos jovens, promover a integração e o ajustamento académico, pessoal, social e afetivo dos estudantes, constituindo um suporte do desenvolvimento presente e futuro (Ferreira, 2008). Consequentemente os problemas mais frequentes na população universitária são a ansiedade, o stress, a solidão e os problemas económicos (Santos, Pereira & Veiga (2011).

Vários autores (Colby et al., 2009; Arnett, 2005) afirmaram que os estudantes usam o álcool como ferramenta no auxílio da socialização, desinibição e integração e uma vez que o ambiente universitário é sinónimo de liberdade e poucas responsabilidades, estes definem o consumo excessivo de álcool como aceitável. Este consumo excessivo é muitas vezes usado pelos estudantes como forma de preencher certas necessidades da personalidade do indivíduo, pode representar um mecanismo de defesa contra sentimentos depressivos e tem sido também relacionado com impulsividade, a deficiente auto estima, o locus de controlo, a agressividade e os níveis de ansiedade muito elevados (Ferreira, 2008).

O consumo de álcool excessivo encontra-se associado a comportamentos de risco da saúde individual e coletiva e segundo um estudo realizado por Ferreira (2008), numa amostra portuguesa, os comportamentos de risco que se correlacionam mais com o consumo de álcool são nomeadamente relações sexuais desprotegidas, consumo doutras drogas, alucinações, conflitos, lutas, problemas com a polícia, acidentes de viação e embriaguez. Outros estudos reportaram ainda que o elevado consumo de álcool pode precipitar a perturbação de abuso de álcool (Negrão, 2004).

De acordo com o DSM-5 (2013), a genética pode apresentar-se como fator de risco para o desenvolvimento de perturbação de abuso de álcool. Esta patologia apresenta comorbilidades com outras perturbações, tais como, Perturbações de Ansiedade, Perturbação Depressiva Major e Perturbação de Hiperatividade e Déficit de Atenção (Vilela, Almeida, & Macho, 2011; Brière, Rohde, Seeley, Klein, & Lewinsohn, 2014). Verificou-se que estas comorbilidades denotam-se mais nos jovens adultos comparativamente aos adolescentes e que a existência da Perturbação de Abuso de Álcool é um fator predisponente para o desenvolvimento de outras patologias (Brière & Lewinsohn, 2014). Dantzer, et al (2006) diz que o consumo excessivo de álcool encontra-se positivamente associado com o facto de o estudante estar deslocado da família de origem, de ter condições socioeconómicas mais elevadas, ter pais mais instruídos e apresentar um consumo excessivo de álcool nos



pais. Ademais, segundo o estudo de White, Johnson e Buyske (2000), o comportamento de consumo de álcool por parte dos pais pode modelar em quantidade e frequência o consumo dos filhos.

O presente estudo pretende analisar e caracterizar os hábitos do consumo de álcool em estudantes da Universidade de Aveiro. Procuramos ainda descrever quais as consequências que mais se verificam devido ao consumo excessivo de álcool e explorar a correlação deste com o historial familiar.

Propomos, considerando a revisão bibliográfica recente, algumas hipóteses para esta investigação. A frequência do consumo de álcool será mais elevada no sexo masculino. A frequência do consumo de álcool aumenta ao longo do percurso académico e na presença de histórico familiar com adição. As consequências do consumo de bebidas alcoólicas estão associadas ao comportamento de *binge-drinking*.

Métodos

Amostra

Foram recolhidos para a amostra 453 alunos, dos quais 58 foram excluídos devido à falta de preenchimento de alguns itens dos questionários ou por não frequentarem o ciclo de estudos pretendido. Deste modo, a amostra final é constituída por 395 estudantes da Universidade de Aveiro, 192 do sexo masculino (48.6%) e 203 do sexo feminino (51,4%), com idades compreendidas entre os 18 e 41 anos (M=20.01, DP=2.37). O recrutamento foi feito de forma aleatória pelos diferentes cursos e grau de ensino da licenciatura da universidade, 33,7% eram alunos de 1.º ano, 34,4% do 2.º ano e 31,9% do 3.º ano. Dos inquiridos 99.5% são de nacionalidade portuguesa, 99.2% solteiros, 34.7% apresentam 2014 como ano de acesso ao ensino superior, sendo 4.1% trabalhadores estudantes e 95.9% estudantes ordinários. Relativamente à residência, 41.0% reportam viver com os pais e 40.8% com amigos

Instrumentos

Neste projeto foram utilizados quatro instrumentos de autorresposta, o Questionário Sociodemográfico, o Questionário de Avaliação das Consequências do Consumo de Bebidas Alcoólicas nos Jovens Adultos e o Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST).



O Questionário Sociodemográfico que foi realizado com o objetivo de recolher diversos dados sociodemográficos com elevado interesse na caracterização da amostra.

O Questionário de Avaliação das Consequências do Consumo de Bebidas Alcoólicas nos Jovens Adultos, designado na versão original por Brief Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire (B-YAACQ), foi desenvolvido por Kahler, Strong & Read (2005). Apresenta-se como um instrumento concebido para apoiar a identificação dos “problemas relacionados com o consumo de álcool em estudantes universitários num continuum de severidade” (Kahler et al., 2005, p.1180). É composto por 24 itens relacionados com as possíveis consequências do consumo de bebidas alcoólicas, obedecendo a um formato de resposta dicotómica (i.e., Sim ou Não). Neste questionário é solicitado aos sujeitos que respondam de acordo com a sua experiência ao longo do último ano. Quanto mais elevada for a pontuação total, maior é a tendência para experienciar problemas e consequências adversas relacionadas com o consumo de bebidas alcoólicas (Martins, 2010). A versão portuguesa do B-YAACQ validada por Ferreira, Martins, Coelho & Kahler (2014) apresenta uma adequada confiabilidade interna ($\alpha = 0,87$) e validade concorrente (Ferreira & Kahler, 2014).

O Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST) criado pela OMS, surge na sequência do desenvolvimento e eficácia do AUDIT, como resposta à magnitude nociva que o consumo de substâncias psicoativas representa para a saúde pública. É de fácil e célere aplicação, de aferição de resultados e de interpretação, assim como também as suas pontuações correlacionam dimensões relativas às consequências no âmbito dos comportamentos aditivos e dependências, ou seja, os resultados podem ser relacionados com os níveis de consumo e com as intervenções a preconizar (SICAD, 2016). Este instrumento foi validado para a população portuguesa por Valadas, Gonçalves & Faísca (2009) que referem que o inventário possui uma homogeneidade adequada, com valores de correlação média entre 0.13 e 0.58. Em termos de precisão das medidas fornecidas pelo ASSIST, encontraram indicadores de consistência interna satisfatória com valores de α de Cronbach entre 0,79 e 0,83 nas três escalas do instrumento, sendo que as mesmas foram analisadas individualmente (Valadas, Gonçalves & Faísca, 2009)

Procedimento

Em primeiro lugar foram realizados, via correio eletrónico, pedidos de

autorização aos autores dos instrumentos utilizados no presente estudo. Seguidamente, foi também solicitada autorização para a aplicação dos instrumentos necessários à persecução deste estudo aos vários Diretores de Departamento da Universidade de Aveiro, assim como aos docentes das Unidades Curriculares selecionadas para aplicação do protocolo de investigação. Obtidas as devidas autorizações, procedeu-se à aplicação do protocolo de investigação durante o 2.º semestre do ano letivo 2015/2016. A aplicação dos instrumentos foi realizada em grupo, antes ou após a realização de uma aula, e teve uma duração aproximada de 20 minutos. Previamente à participação os alunos receberam um consentimento informado onde eram esclarecidos acerca da confidencialidade dos dados e da participação exclusivamente voluntária na tarefa.

A análise estatística foi efetuada no programa IBM SPSS *Statistics* 23.0, recorrendo-se a uma análise através de t-testes, anovas e correlações

Resultados

Padrão do Consumo de Álcool

No que se trata do consumo de álcool pelos estudantes da Universidade de Aveiro, verifica-se que 86.3% dos inquiridos afirmam ter consumido pelo menos uma vez bebidas alcoólicas, destes 39.0% indicam que a frequência deste consumo foi de uma ou duas vezes nos últimos 3 meses. Destes que já consumiram pelo menos uma vez álcool, 39.0% consumiu com uma frequência de 1 ou 2 vezes, 23.5% consome semanalmente e 22.9% mensalmente, nos últimos 3 meses.

Relativamente à diferença do consumo entre sexos, constatou-se que não existe diferença significativa entre os mesmos, $t(339) = 1.72$, $p = .086$. Sendo os resultados do sexo masculino 51.03% e as do sexo feminino 48.97%. A análise efetuada relativamente à frequência do consumo de álcool no último trimestre em função dos anos de licenciatura, demonstrou que existe uma ligeira diminuição entre o primeiro ano ($M = 2.23$, $DP = 1.47$), o segundo ($M = 2.10$, $DP = 1.47$) e o terceiro ano ($M = 2.03$, $DP = 1.45$), sendo estes resultados estatisticamente não significativos $F(2) = .643$, $p = .526$. Na correlação entre a frequência de consumo de álcool nos últimos 3 meses e a idade, é positiva com valores de $\rho = .108$ com $p = .031$, sendo estes resultados estatisticamente significativos.

Relativamente ao *binge-drinking* há uma frequência de 75.9% de estudantes que



não pratica este comportamento, 24.9 % afirmou ter comportamentos de *binge-drinking*. A correlação efetuada entre os comportamentos de *binge-drinking* e a frequência de consumo nos últimos 3 meses, apresentam valores estatisticamente significativos, com $\rho=.256$; $p=.00$. Após a autoavaliação dos estudantes sobre o nível do seu problema com consumo álcool, 82.3% denotam ausência de problema em relação ao fator de interferência que este tem na sua vida, 85.3% dos estudantes considera que este é nada incapacitante. Realizamos uma correlação entre a autoavaliação dos estudantes sobre a gravidade do seu problema com o consumo álcool e a frequência do consumo de álcool nos últimos 3 meses sendo os valores estatisticamente significativos, com $\rho=.399$; $p=.000$.

Dos alunos inquiridos, 94.9% afirmam nunca ter recorrido a serviços de apoio à saúde mental. Após uma análise deste com a frequência de consumo de álcool nos últimos 3 meses, obteve-se uma correlação não estatisticamente significativa, $\rho=-.061$; $p=.228$

Segundo a análise do questionário ASSIST, verificamos que o sexo masculino tem pontuação mais alta ($M=4.18$; $DP=4.853$) em relação ao feminino ($M=3.25$; $DP=3.976$).

Relativamente ao histórico de consumo por parte de familiares, denota-se que apenas 14.9% dos alunos afirma ter familiares com problemas aditivos, verifica-se que são os tios que apresentam maior percentagem 40.7%. Quanto ao tipo do problema aditivo os valores são 58.9% álcool, 32.1% drogas e 8.9% ambas. Após uma análise através da correlação de Spearman verificou-se que os dados não são estatisticamente significativos, $\rho=.065$, $p=.201$.

Consumo de Álcool e Consequências

Após a análise do questionário relacionado com as consequências do consumo excessivo de álcool, verificou-se que no item 1 (Senti ressaca -dores de cabeça, enjoos- na manhã seguinte após ter bebido em excesso) 49.4% dos estudantes afirmam ter estes comportamentos, sendo estes valores estatisticamente significativos, $\rho=.274$, $p=.001$. Verifica-se, também, que no item 5 (Senti-me com menos energia ou senti-me cansado(a) depois de ter bebido em excesso) existe uma taxa de afirmação de 49.9%, denotando-se valores de correlação, $\rho=0.337$, $p=0.001$, pelos quais podemos afirmar que são valores significativos. Constatou-se que em relação ao item 19 (Já conduzi um carro quando sabia que tinha bebido em excesso para poder

conduzir em segurança), 90.4 % dos inquiridos afirmam não ter passado por essa experiência, sendo os valores de correlação $\rho=.172$, $p=.001$. Com uma taxa de 94.9% os estudantes questionados responderam de forma negativa em relação ao item 6(O consumo excessivo de álcool levou-me a situações sexuais que mais tarde lamentei) sendo que os valores de correlação, $\rho=.070$, $p=.166$ não são significativos. Em relação ao cansaço e fadiga afirmados pelos estudantes após um consumo excessivo de álcool, denota-se valores de correlação, $\rho=.337$, $p=.001$, pelos quais podemos afirmar que são valores estatisticamente significativos.

Discussão

O ingresso dos jovens para o ensino superior é acompanhado por mudanças a nível das relações pessoais e institucionais, o que por consequência pode levar a comportamentos de risco, como o consumo excessivo de álcool, com o intuito de uma melhor adaptação (Pedersen & von Soest, 2013).

Os resultados obtidos, indicam que a prática da frequência do consumo de álcool continua a ser recorrente entre os estudantes universitários. Resultados estes que vão corroborar estudos anteriormente realizados (Santos, Pereira & Veiga, 2011 e Rodrigues et al. 2014). Podemos afirmar que o sexo masculino é o que com mais frequência consome álcool, o que se verifica que vai de encontro à nossa hipótese, no entanto a diferença entre os sexos é diminuta, sendo que estes resultados se aproximam de estudos realizados por Santos, Pereira e Veiga (2011) e Rodrigues et al. (2014).

Verificamos que a frequência do consumo de álcool diminui ao longo dos três anos de licenciatura, o que vai contra à hipótese inicial. Estes dados, podem ser explicados devido aos estudantes utilizarem o álcool como um mecanismo de desinibição e integração, o que pode justificar um valor superior no primeiro ano de licenciatura, assim como referem os autores Colby et al. (2009) e Arnett (2005).

Relativamente aos comportamentos de *binge-drinking*, verificamos uma correlação positiva com a frequência de consumo de álcool nos últimos 3 meses, o que nos leva a novos resultados anteriormente ainda não estudados.

Verificamos relativamente ao insight dos alunos em relação à gravidade do seu problema com o consumo de álcool, que estes apresentam valores estatisticamente significativos, quando correlacionado com a frequência de consumo de álcool nos



últimos 3 meses. Sendo assim, os alunos que afirmaram uma gravidade mais elevada com o consumo de álcool, efetivamente apresentam uma frequência de consumo mais elevada.

Do ponto de vista interventivo, e após a análise do ASSIST, sugerem-se intervenções verificamos que não se deve aplicar nenhuma intervenção na generalidade da amostra, uma vez não atingem valores do somatório acima de 10.

Um dos objetivos deste projeto foi analisar os comportamentos de risco a que o *binge-drinking* está associado. Neste estudo, apuramos que as relações sexuais depois de um consumo é um comportamento de risco cujos resultados são pouco significativos. Uma justificação que consideramos plausível é o carácter íntimo da afirmação. Relativamente, ao mau estar físico, fadiga e à condução sob o efeito de álcool foram consequências em que se verificou resultados estatisticamente significativos. Estes dados só vêm confirmar o estudo anteriormente realizado nesta área (Negrão, 2004).

Devido ao tempo limitado, a recolha deste estudo não foi suficientemente grande para generalizar para os estudantes da Universidade de Aveiro. Para além disso, verificou-se, que em Portugal, existem mais estudos sobre a influência do álcool em estudantes do ensino secundário do que em estudantes universitários. Considera-se de extrema importância, informar que as respostas dadas pelos indivíduos podem estar enviesadas, devido à reprovação de certos comportamentos por parte da sociedade. Facto, que nos leva a ter um maior cuidado na interpretação dos resultados, sendo esta uma situação comum nos estudos efetuados através de questionários de autorresposta (Wood, Read, Palfai, & Stevenson, 2001). Outra limitação que apontamos é que este é um estudo transversal e como tal, não permite perceber as variações nos consumos de álcool dos alunos ao longo do tempo, nem perceber se existem estudantes que apresentam consumos nocivos de forma permanente. Para além disso, as questões são relativas ao último ano, avaliando desta forma o estado e não a continuidade.

Em síntese, diremos que o consumo de álcool está associado a certos comportamentos de risco e que estes podem colocar em causa a segurança pública e do próprio indivíduo. Nesse sentido, sugere-se que as instituições do ensino superior devam apostar mais na prevenção dos comportamentos de risco e promover estilos de vida mais saudável.



Agradecimentos

Os autores agradecem o apoio dos docentes Isabel Santos e Anabela Pereira.

Referências Bibliográficas

- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5 - Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais*. (Climepsi Editores, Ed.) (5ª ed.).
- Arnett, J. J. (2005). The Developmental Context of Substance use in Emerging Adulthood. *Journal of Drug Issues*, 35(2), 235–254. <http://doi.org/10.1177/002204260503500202>
- Brière, F. N., Rohde, P., Seeley, J. R., Klein, D., & Lewinsohn, P. M. (2014). Comorbidity between major depression and alcohol use disorder from adolescence to adulthood. *Comprehensive Psychiatry*, 55(3), 526–533. <http://doi.org/10.1016/j.comppsy.2013.10.007>
- Cabral, A., & Nogueira, J. (2004). O Consumo de álcool na adolescência. *Servir*, 52(2), 65-67.
- Canavarro, M. C. (1999). Inventário de Sintomas Psicopatológicos: BSI. In M. R. Simões, M. Gonçalves, & L. S. Almeida (Eds.), *Testes e provas psicológicas em Portugal* (vol. II, pp. 87-109). Braga: SHO/APPORT
- Dantzer, C., Wardle, J., Fuller, R., Pampalone, S. Z., & Steptoe, A. (n.d.). International study of heavy drinking: attitudes and sociodemographic factors in university students. *Journal of American College Health: J of ACH*, 55(2), 83–9. <http://doi.org/10.3200/JACH.55.2.83-90>
- Ferreira, J. A., Martins, J. S., Coelho, M. S., & Kahler, C. W. (2014). Validation of Brief Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire (B-YAACQ): Portuguese Version. *The Spanish Journal of Psychology*, 17, E71. <http://doi.org/10.1017/sjp.2014.74>
- Gameiro, S., Moura-Ramos, M., Canavarro, M., & Soares, I. (2009). Desfechos do parto e depressão pós-parto em mulheres que recorreram a técnicas de reprodução medicamente assistida. In *Acta Obstetria Genecologia Portuguesa* (pp. 134–142).
- Gomes-pedro, J. C., & Fernandes, A. (2001). Álcool e Desenvolvimento, 32, 275–278.
- IDT. (2010). Para a Redução Dos Problemas Ligados Ao Álcool 2010 - 2012, 71. Retrieved from <http://www.ordemenfermeiros.pt/colegios/Documents/Plano NacionalReducaoProblLigadosAlcool.pdf>



- Kahler, C. W., Strong, D. R., & Read, J. P. (2005). Toward efficient and comprehensive measurement of the alcohol problems continuum in college students: the brief young adult alcohol consequences questionnaire. *Alcoholism, Clinical and Experimental Research*, 29(7), 1180–1189. <http://doi.org/10.1097/01.ALC.0000171940.95813.A5>
- Marinho, R. (2008). O álcool e os jovens. *Revista Portuguesa Clínica Geral*, 293–300. Retrieved from http://www2.nonio.uminho.pt/prevencao/pluginfile.php/1777/mod_page/content/1/O_alcool_e_os_jovens_Marinho_2008.pdf
- Martins J.; Coelho, M.; Ferreira, J. (2010). Hábitos de consumo de álcool em estudantes do ensino superior universitário: alguns dados empíricos. *Psychologica*, 53, 397–411. http://doi.org/http://dx.doi.org/10.14195/1647-8606_53_19
- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA). (2016). Alcohol and Statistics. Retrieved from <http://www.niaaa.nih.gov/alcohol-health/overview-alcohol-consumption/alcohol-facts-and-statistics>
- Negrão, F. (2004). Conhecer para prevenir: aspectos ligados ao consumo de álcool. Retrieved from http://www.medicosdeportugal.pt/action/2/cnt_id/756/
- OCDE Health Statistics. (2014). *How does Portugal compare?* Retrieved from <http://www.oecd.org/portugal/Briefing-Note-PORTUGAL-2014.pdf>
- Pedersen, W., & von Soest, T. (2013). Socialization to binge drinking: A population-based, longitudinal study with emphasis on parental influences. *Drug and Alcohol Dependence*, 133(2), 587–592. <http://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2013.07.028>
- Portal do Instituto Nacional de Estatística. (2014). Informação Estatística. Dados Estatísticos. Retrieved from https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCo
- Rodrigues, P. F. S., Salvador, A. C. F., Lourenço, I. C., & Santos, L. R. (2014). Padrões de consumo de álcool em estudantes da Universidade de Aveiro: Relação com comportamentos de risco e stress. *Análise Psicológica*, 4(32), 453–466. <http://doi.org/10.14417/ap.789>
- Santos, M., Pereira, A., & Veiga, F. (2011). Saúde mental e comportamentos de risco em estudantes universitários. *Dep. Educação, Doutoramen*. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10773/6738>
- Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências. (2016). Rede De Referência/ Articulação. ASSIST - Alcohol Smoking And Substance Involvement Screening Test. Retrieved from <http://www.sicad.pt/PT/Intervencao/>

RedeReferenciacao/SitePages/detalhe.aspx?itemId=3&lista=SICAD_INSTRUMENTOS&bkUrl=/BK/Intervencao/RedeReferenciacao/

- Schuckit, M. (1998). *Abuso de Álcool e Drogas*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Valadas, S. T., Gonçalves, F. R., & Faísca, L. (2009). Estudo de tradução, adaptação e validação do ASSIST numa amostra de estudantes universitários portugueses. *Revista Portuguesa de Educação*, 22(2), 191–217. Retrieved from http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php?script=sci_serial&pid=0871-9187&nrm=iso&lng=pt
- Vilela, L., Almeida, G., & Macho, P. (2011). Consumo de álcool em adolescentes e psicopatologia associada. *Revista Toxicodependências*, 17(236), 43–52.
- White, H. R., Johnson, V., & Buyske, S. (2000). Parental modeling and parenting behavior effects on offspring alcohol and cigarette use: A growth curve analysis. *Journal of Substance Abuse*, 12(3), 287–310. [http://doi.org/10.1016/S0899-3289\(00\)00056-0](http://doi.org/10.1016/S0899-3289(00)00056-0)
- Wood, M. D., Read, J. P., Palfai, T. P., & Stevenson, J. F. (2001). Social influence processes and college student drinking: The mediational role of alcohol outcome expectations. *Journal of Studies on Alcohol*, 62(1), 32–43. <http://doi.org/10.15288/jsa.2001.62.32>
- World Health Organization. (2010). *Self-help strategies for cutting down or stopping substance use: a guide*. Switzerland: WHO Press. Retrieved from http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44322/1/9789241599405_eng.pdf
- World Health Organization. (2014). Portugal. Alcohol Consumption: Levels And Patterns. Retrieved from http://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/profiles/prt.pdf