

CONSUMO DE ÁLCOOL E QUALIDADE DE VIDA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Luciane Manzatto, *Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP*, Piracicaba, São Paulo - Brasil

Túlio Brandão Xavier Rocha, *Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP*, Piracicaba, São Paulo - Brasil

Guanis de Barros Vilela Júnior, *Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP*, Piracicaba, São Paulo - Brasil

Gleucy Martimiano Lopes, *METROCAMP*, Campinas, São Paulo - Brasil

Juliana Alves de Sousa, *METROCAMP*, Campinas, São Paulo - Brasil

RESUMO

Este estudo teve como objetivo avaliar o consumo de álcool entre universitários e seu impacto na qualidade de vida (QV) dos mesmos. A amostra constituída de 170 sujeitos, de ambos os sexos, com idade de 22,95 (\pm 4,60) anos, acadêmicos da cidade de Campinas. Para a mensuração de QV, foi utilizado o WHOQOL-breve, e para a identificação e estratificação do alcoolismo foi utilizado o AUDIT. Os questionários supracitados foram aplicados e a tabulação dos resultados foi realizada através de sintaxes específicas por meio do software SPSS16. Foram correlacionados os dados relativos a cada um dos domínios do WHOQOL-breve com o alcoolismo. Em relação ao coeficiente de Cronbach que avaliou consistência interna das respostas, no caso do WHOQOL o resultado foi de 0,845 enquanto que no AUDIT foi de 0,865. Com a análise dos domínios do WHOQOL-breve, constatamos que o domínio social teve 73,37%, seguido do domínio físico, com 72,32%. O domínio psicológico apresentou um escore de 69,38% enquanto que o domínio referente ao meio ambiente obteve o escore mínimo de 60,82%. De acordo com o AUDIT, constatamos que 31,79% dos alunos pesquisados possuem algum nível de risco, e que 10% dos mesmos fazem uso nocivo ou provavelmente já são dependentes do álcool. Ao relacionarmos os dados com Correlações de Spearman, verificamos que a única correlação significativa em 1% foi a do AUDIT com o domínio psicológico do WHOQOL. Tais resultados evidenciam a importância de estudos longitudinais sobre o tema e a necessidade de políticas públicas que promovam entre os jovens, valores pautados na construção coletiva de uma vida mais digna, mais autônoma e mais cidadã.

Palavras-Chave: Alcoolismo, Desempenho acadêmico; Qualidade de vida.

ALCOHOL CONSUMPTION AND QUALITY OF LIFE IN COLLEGE STUDENTS

ABSTRACT

This study aimed to evaluate alcohol consumption among college students and their impact on quality of life (QOL) of them. The sample consisted of 170 subjects of both genders,

Conexões: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 9, n. 1, p. 37-53, jan./abr. 2011.
ISBN: 1983-9030

aged 22.95 (\pm 4.60) years, scholars of the city of Campinas. To measure QOL, we used the WHOQOL-brief and to the identification and stratification of alcoholism was used AUDIT. The questionnaires were applied above and tabulation of results was performed using specific syntaxes through software SPSS16. Were correlated data for each of the domains of WHOQOL-brief with alcoholism. In relation to that assessed by Cronbach coefficient of internal consistency of responses in the case of the WHOQOL result was 0.845 whereas the AUDIT was 0.865. With the analysis of the domains of WHOQOL-brief, we find that the social sector was 73.37%, followed by the physical domain, with 72.32%. The psychological domain had a score of 69.38% while the field relating to the environment earned the minimum score of 60.82%. According to the Audit, found that 31.79% of students surveyed have some level of risk, and that 10% of them are probably already abuse or are dependent on alcohol. Relating the data with Spearman correlations, we find that the only significant correlation at 1% was the AUDIT with the psychological domain of WHOQOL. These results highlight the importance of longitudinal studies on the subject and the need for public policies that promote among young people, values guided by the collective construction of a better life, and more autonomous citizen.

Key-Words: Alcoholism, Academic performance; Quality of life.

INTRODUÇÃO

As pesquisas em qualidade de vida cada vez mais são realizadas com abordagens multidisciplinares na tentativa de apreender a complexidade inerente às várias facetas e dimensões que a compõe.

Diniz e Schor,¹ reforça essa idéia citando que o avanço tecnológico foi um dos componentes que propiciou maiores possibilidades para a recuperação da saúde e prolongamento da vida; o segundo fator consiste na mudança do panorama epidemiológico das doenças, sendo que o perfil dominante passou a ser o das doenças crônicas; o terceiro fator trata da tendência de mudança sobre a visão do ser humano, antes visto como organismo biológico que deveria ser reparado e hoje, como um agente social.

Mas em consequência das freqüentes mudanças no estilo de vida da população, atualmente as principais causas de mortes estão relacionadas com as doenças crônico-degenerativas.² O álcool tem sido relacionado a mais de 60 condições médicas, dentre elas o câncer, doenças cardiovasculares, cirrose, acidentes com veículos automotores, homicídios, etc. A maior parte das doenças tem uma relação de dose-resposta com o volume do consumo de álcool, ou seja, o risco de doenças aumenta de acordo com o aumento do consumo.³

Sabe-se que pelo menos 2,3 milhões de pessoas morrem por ano em todo o mundo, por causa de complicações relacionadas ao consumo de álcool, o que totaliza 3,7% da mortalidade mundial, de acordo um relatório elaborado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2007. Um estudo publicado pelo Ministério da Saúde em janeiro de 2009, constatou que o número de mortes por doenças relacionadas ao consumo de bebidas alcoólicas aumentou de 10,7 mortes por 100 mil habitantes em 2000 para 12,64 em 2006, o

que equivale a uma elevação em 18,3%, em seis anos. Os dados utilizados na pesquisa foram retirados do Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM) no Brasil referentes aos anos de 2000 a 2006. No período analisado, foram contabilizados 146.349 óbitos associados ao consumo do álcool, o que dá uma média de 57 mortes por dia. Desse total, 92.946 estão plenamente ligadas ao excesso de bebida. De acordo com levantamento, as maiores vítimas são os adultos de ambos os sexos, que estão na faixa etária entre 50 e 59 anos.

Mesmo a QV sendo de grande interesse na área da saúde, é pouco explorada quando relaciona o alcoolismo e os universitários.

Os jovens são os mais vulneráveis ao consumo do álcool, principalmente na fase universitária, período de transição, no qual o jovem está exposto a novas experiências e muitas vezes longe de supervisões de adultos, principalmente jovens que deixam suas cidades para viver em repúblicas.⁴

Uma pesquisa realizada pelo CISA (Centro de Informações Sobre Saúde e Álcool) aponta o uso preocupante de bebida alcoólica entre jovens universitários, os quais se tornam vulneráveis a mortes violentas como, por exemplo, acidentes de automóveis. Dentre os prejuízos causados pelo consumo excessivo de álcool está a queda de desempenho acadêmico, assunto o qual iremos analisar nessa pesquisa.

Em 19 de junho de 2008 foi aprovada a Lei 11.705, modificando o Código de Trânsito Brasileiro. Apelada de "lei seca", proíbe o consumo da quantidade de bebida alcoólica superior a 0,1mg de álcool por litro de ar expelido no exame do bafômetro (ou 2 dg de

álcool por litro de sangue) por condutores de veículos, ficando o condutor transgressor sujeito a pena de multa, a suspensão da carteira de habilitação por 12 meses e até a pena de detenção, dependendo da concentração de álcool por litro de sangue. Após um ano de Lei Seca, o número de internações e de mortes por acidentes de trânsito no Brasil caiu mais de 20%, segundo o Ministério da Saúde. Estes números podem melhorar se houver uma maior conscientização dos universitários que saem à noite para se divertirem, beberem e dirigem.

O objetivo deste estudo foi avaliar o consumo de álcool entre jovens universitários na cidade de Campinas/SP.

REVISÃO BIBLIOGRAFICA

O termo Qualidade de vida abrange diferentes significados: diz respeito a como as pessoas vivem, sentem e compreendem seu cotidiano. Envolve, portanto, saúde, educação, transporte, moradia, trabalho e participação nas decisões que lhes dizem respeito e determinam como vivem o mundo. Compreende desse modo, situações extremamente variadas, como anos de escolaridade, atendimento digno em caso de doenças e acidentes, conforto e pontualidade nas condições para se dirigir a diferentes locais, alimentação em quantidade suficiente e com qualidade adequada e, até mesmo, posse de aparelhos eletrodomésticos.⁵

Vilela Júnior e Leite⁶ reforçam essa afirmação, afirmando que o termo QV é tratado sobre diversos olhares, seja da ciência, senso comum, ponto de vista objetivo ou subjetivo e em abordagens individuais e coletivas.

Outros autores como Minayo et al.,⁷ comenta que: “qualidade de vida é uma noção eminentemente humana que aproxima-se do grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental.” A autora pressupõe uma síntese cultural de todos os elementos que determinada sociedade considera como seu padrão de conforto e bem-estar

A Organização Mundial de Saúde (OMS), através do seu grupo de qualidade de vida, o “The WHOQOL Group”, criado em 1995, desenvolveu um conjunto de esforços que reuniu cientista de todo o mundo para estabelecer um único conceito sobre QV, que foi definida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”, abrangendo o tema que redefiniu o entendimento científico da palavra qualidade de vida como sendo associado, atualmente, ao sinônimo de estado de saúde, estado funcional, bem estar psicológico, aspectos positivos da vida, satisfação das necessidades e avaliação da própria vida, ou seja, um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não simplesmente como a ausência de doença, desencadeando uma discussão a respeito da possibilidade de medir o bem estar.

A QV possui vários questionamentos referentes ao seu conceito além de apresentar vários ângulos pelos quais é possível estudá-la. Ela pode ser diferenciada a partir de seus objetivos, formas de abordagem, resultados observados, e as diversas interpretações referentes ao contexto em que é estudada ou aplicada. A maneira com que as pessoas se relacionam entre si, o ambiente e a sociedade e a forma de influência sobre a QV é um contexto que começa a ser discutido e estudado.

O estilo e os hábitos de vida, que nada mais é do que maneira usual de ser e que são formados e adquiridos de acordo com as vivências, ambiente, cultura e costumes em que a pessoa está inserida, podem influenciar de maneira tanto positiva quanto negativa na QV. E o consumo abusivo do álcool pode ser encarado como uns dos aspectos que pode comprometer a qualidade de vida dos jovens.

A maneira como álcool influencia a saúde e a QV das pessoas tem despertado bastante interesse nos estudiosos da saúde pública. Visto que esse é um contexto preocupante principalmente quando analisamos pelos malefícios causados pelo consumo irresponsável do álcool.

Alguns autores como Edwards e Cook,⁸ e Laranjeira,⁹ consideram o alcoolismo uma doença que ocorre com o uso prolongado e excessivo de álcool. Essa doença estaria associada a família, cultura e sociedade, dificultando a capacidade do indivíduo de escolher a forma, o momento e a quantidade de bebida alcoólica que será consumida. A dependência afeta profundamente o estilo de vida devido os efeitos do álcool.

Pesquisas têm contribuído para relacionar o consumo de álcool com algumas doenças específicas o que acaba deixando claro que a ingestão de álcool traz conseqüências ao organismo de maneira multidimensional.

O álcool tem sido relacionado a mais de 60 condições médicas, dentre elas as patologias como câncer e cirrose, acidentes, homicídios entre outros. Por isso os estudos relacionados ao consumo excessivo de álcool são de extrema importância, principalmente no processo de conscientização e esclarecimento da população com relação à ingestão sem moderação de bebidas alcoólicas.

O consumo de álcool entre adolescentes e adultos jovens tem se mostrando um grande problema de saúde pública, principalmente quando associados à diversos comportamentos de risco. De acordo com Silva et al.,¹⁰ estudos mostram que o envolvimento com “drogas ilícitas” ocorre principalmente dentro da população de adolescentes e adultos jovens. No Brasil, onde 35 milhões de pessoas têm menos de 30 anos, os problemas relacionados ao consumo de substâncias psicoativas podem ser preocupantes.

De acordo com Peuker⁴, 2006 o período de transição para a universidade tem sido apontado como uma fase de vulnerabilidade aumentada ao uso de álcool e outras drogas. A queda do desempenho acadêmico, prejuízo no desenvolvimento e na estruturação de habilidades cognitivo-comportamentais e emocionais, danos ao patrimônio público e violência são as principais conseqüências da ingestão excessiva do álcool nesse grupo específico de pessoas.

Os universitários apresentam padrões típicos de uso de álcool e fatores de risco, relacionados à ingestão da substância, que os diferenciam da população geral como, por exemplo, as normas sociais e comportamentais específicas.

O ambiente social tem muita influência para o consumo excessivo de álcool entre universitários. Fato este que fica bastante evidente, com a frequência constante dos universitários a bares, pois na maioria das vezes, em suas horas de lazer são poucos os universitários engajam-se em atividades culturais e/ou esportivas. Em seu tempo livre, geralmente, os estudantes costumam assistir televisão ou sair com amigos, e essas saídas estão relacionadas diretamente a idas a bares ou festas onde o uso de álcool é frequente.

Além disso, universitários bem mais expostos a ambientes onde o álcool é facilmente

obtido o que acaba disponibilizando maior probabilidade de consumirem álcool de maneira excessiva do que aqueles que não estão expostos a situações desta natureza.

O uso de álcool entre universitários também pode ser favorecido de forma indireta. Estudantes influenciam-se mutuamente em termos de beber pela modelagem ou imitação do comportamento de beber. A seleção de colegas, a escolha do tipo de substância, o padrão de uso e a forma como o consumo de substâncias de seus pares é percebida e parecem interagir neste processo. Sabe-se também que universitários tendem a superestimar tanto a aceitabilidade quanto o comportamento de beber propriamente dito de seus pares.⁴

Ao ingressar nas universidades muitos jovens adultos estão expostos a novas experiências, sem que contar que existe uma diminuição na supervisão de outros adultos como pais e responsáveis, além do que, o repertório comportamental desses indivíduos esta em fase de desenvolvimento o que acaba favorecendo a vulnerabilidade para o início e para a manutenção do uso de álcool e outras drogas.

Segundo a Organização Mundial da Saúde, todas as formas estudadas para a redução do consumo de álcool estão associadas a uma melhora na saúde de modo geral, porém as políticas de saúde pública relativas ao álcool não devem estar baseadas apenas na mortalidade. Outros problemas tais como morbidez, problemas criminais e sociais, acidentes de trânsito, comportamento sexual inseguro e violência, alertando sobre a necessidade de uma intervenção mais adequada nas formas de prevenção do alcoolismo, não discutindo apenas o problema da mortalidade.

O presente estudo foi realizado para aferir o consumo de álcool entre universitários e seu impacto na qualidade de vida dos mesmos. Trata-se de um tema importante, pois será fornecido um *feedback* aos mesmos a respeito do resultado e com isso é possível uma promoção na educação e na qualidade de vida.

METODOLOGIA

Foi realizada uma pesquisa de campo, de caráter transversal e descritivo. Para a mensuração das variáveis de qualidade de vida, foi utilizado o WHOQOL (*The World Health Organization Quality of Life*)-breve, instrumento validado pela Organização Mundial de Saúde, composto por 26 questões que abrangem quatro domínios: domínio físico, psicológico, relações sociais e do meio ambiente.

Para a identificação e estratificação do alcoolismo foi utilizado o AUDIT (*The Alcohol Use Disorders Identification Test*), também validado para a população brasileira, composto por 10 questões de múltipla escolha abordando o padrão de consumo de bebidas alcoólicas e suas conseqüências nos 12 últimos meses. O escore total varia de zero a 40 pontos e de acordo com ele é possível identificar quatro padrões de uso de álcool ou zonas de risco, ou seja, 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 ou mais pontos).

Todos os participantes da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (T.C.L.E).

Os questionários supracitados foram aplicados em 170 sujeitos, de ambos os sexos, com idade de 22,95 (\pm 4,60) anos e estudantes universitários durante o período noturno na cidade de Campinas.

O tratamento estatístico foi realizado com SPSS 16.0, através da sintaxe do WHOQOL e da sintaxe do AUDIT, com estatísticas não paramétricas, correlacionando o resultado do AUDIT com o resultado geral do WHOQOL - breve com seus respectivos domínios, através da realização do teste *SPEARMAN*. A consistência interna das respostas foi obtida através do coeficiente de *Cronbach*.

APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO

Luciane Manzatto, *Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP*, Piracicaba, São
Com a análise dos diferentes domínios do WHOQOL breve, constatamos que o domínio social foi o que apresentou a melhor pontuação com 73,37%. Em seguida com o melhor escore veio o domínio físico, com 72,32%, o domínio psicológico apresentou um escore de 69,38% enquanto que o domínio referente ao meio ambiente obteve o escore mínimo 60,82%, conforme mostra a Tabela 1:

Tabela 1 - Representação dos domínios

Uso de baixo risco (0 a 7 pontos)	Uso de risco (8 a 15 pontos)	Uso nocivo (16 a 19 pontos)	Provável dependência (20 ou mais pontos)
68,20%	21,80%	4,71%	5,29%

Contudo, as médias não apresentaram diferenças significativas, apresentando escores semelhantes entre si. Portanto, de acordo com a tabela podemos averiguar que o domínio

social foi o que apresentou a melhor percepção por parte dos universitários em relação a sua qualidade de vida, seguido dos domínios físico, social e por último, o domínio do meio ambiente.

Constatamos que, o domínio físico teve a segunda melhor avaliação, aspecto esperado, pois geralmente os estudantes de educação física são adeptos a prática de exercícios físicos e esportes ou por causa da profissão ou mesmo por que gostam, e isso pode contribuir de maneira muito positiva para o seu bem estar físico. Apesar de muitos alunos geralmente trabalharem na área ou não, e conseqüentemente apresentarem sinais de estresse físico, esse fator não prejudicou o desempenho desse domínio. De acordo com Palma et al,¹¹ o excesso de horas e a intensificação do esforço físico no trabalho, que na maioria das vezes foge ao controle dos profissionais, são fatores considerados elementares nas análises sobre a carga de trabalho e suas relações com a fadiga, o *burnout*, as doenças cardiovasculares e a ocorrência de acidentes e isso poderia influenciar e muito no desempenho desse domínio, visto que grande parte dos estudantes de educação física já trabalha ou estagiam na área.

Já o domínio das relações sociais apresentou o maior resultado quando comparado com os demais domínios. Fato este que nos surpreendeu, levando-nos a entender que os estudantes buscam na universidade não só o conhecimento, mas também o convívio social. De acordo com Setton¹² a educação, a familiar e escolar estariam longe de ter apenas um valor instrumental, ou seja, ser a aquisição de aprendizagens úteis. Elas exerceriam; sobretudo uma influência total na personalidade dos indivíduos. Ficando claro que o processo educativo continua por uma vida inteira, pois a educação não se restringe apenas a um espaço formal, como por exemplo, a sala de aula, ela deve estar presente em todos os

espaços, pois o ser humano não se educa apenas na sala de aula, aliás, ele se educa muito mais fora dela.

A partir dos dados obtidos na escala que avaliou o domínio psicológico, podemos observar uma pontuação não muito satisfatória, acreditamos que o uso de álcool, como veremos a seguir, pôde contribuir para esse resultado, pois a maioria buscam no álcool um refugio psicológico, o que pode gerar uma dependência alcoólica.

O domínio meio ambiente que englobando os aspectos referentes à falta, insuficiência, inadequação ou insatisfação relacionada a aspectos como os espaços de lazer, dinheiro, informações, ambiente de trabalho, serviços de saúde, meio de transporte e segurança pública, obteve o pior resultado quando comparado com os demais domínios. Este item tem grande importância na percepção de qualidade de vida do indivíduo, pois os resultados positivos neste domínio podem confirmar uma qualidade de vida adequada, visto que esse domínio abrange os todos os tópicos citados anteriormente. Supõe-se que esse domínio tenha resultado esse escore baixo devido a um grande número de estudantes universitários que trabalham e necessitam de meios como o transporte público, ou mesmo porque alguma vez já foi assaltado, e precisou recorrer à segurança pública e constatou a falência desse órgão, pois as pessoas acreditam que apenas quem tem uma situação financeira boa é capaz de frequentar a faculdade. Sendo assim os resultados nos apresenta uma baixa QV entre os estudantes.

Já com relação aos resultados obtidos por meio do teste aplicado para a identificação e estratificação do alcoolismo, constatamos que 68,20% dos pesquisados, mais da metade dos estudantes fez uso de baixo risco. 21,80% dos participantes apresentaram uso de risco.

Apenas 4,71% fazem uso nocivo. E por fim, 5,29% dos estudantes, encontram-se no quadro de provável dependência, assim como mostra a tabela abaixo:

Tabela 2 - Resultados obtidos por meio do teste aplicado para a identificação e estratificação do alcoolismo

Domínio Físico	Domínio Psicológico	Domínio Social	Domínio Meio Ambiente
72,32%	69,38%	73,37%	60,82%

De acordo com a tabela referente aos resultados do AUDIT, constatamos que o consumo de álcool entre os universitários é alto, sendo que 31,79% dos alunos pesquisados possuem algum nível de risco, e que 10% dos mesmos fazem uso nocivo ou provavelmente já são dependentes.

Ao relacionarmos os dados com Correlações de *Spearman*, verificamos que a única correlação significativa em 1% foi a do AUDIT com o domínio psicológico. Provavelmente em função do uso do álcool para atenuar demandas psíquicas, ou seja, o sujeito bebe para suprir alguma necessidade, ele encontra no álcool um meio de esquecer os problemas. O álcool também pode ser utilizado como meio de combate ao estresse, utilizado como forma de descontração, visto que o ambiente acadêmico adicionado ao meio estressante de trabalho causa um descontrole psicológico muito grande aos universitários, o que acaba fazendo com que eles se projetem para o consumo do álcool.

Já com relação ao coeficiente de *Cronbach* que avaliou consistência interna das respostas, no caso do WHOQOL o resultado foi de 0,845 e quanto o AUDIT o resultado foi de 0,865 o que também confirma a validade do instrumento para a população estudada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo possibilitou uma análise sobre a QV e o consumo de álcool entre estudantes; os resultados nos mostram que a QV entre os universitários não atingem níveis satisfatórios. O consumo de álcool pelos estudantes é uma forma de buscar o prazer momentâneo, e a busca por esse prazer pode levar a dependência alcoólica o que evidencia os riscos de adquirir uma dependência nessa fase da vida.

Considerando que os estudantes dessa pesquisa estão inseridos em um estilo de vida ativo, apenas o domínio social teve maior resultado entre os demais domínios, onde deixa claro que a convivência entre os estudantes é de grande significância para os participantes da pesquisa.

Sendo a QV o resultado da mediação que os sujeitos fazem entre aquilo que têm e aquilo que são, no âmbito psicofísico e socioambiental, ressaltamos a importância de estudos longitudinais sobre o tema e a necessidade de políticas públicas que promovam entre os jovens, valores pautados na construção coletiva de uma vida mais digna, mais autônoma e mais cidadã.

REFERÊNCIAS

¹DINIZ, D. P.; SCHOR, N., 2005 *apud* CHEPP, C. C. Estudo transversal da qualidade de vida através da escala whoqol-bref da população octogenária e nonagenária de siderópolis. Santa Catarina: Universidade do Extremo Sul Catarinense, 2006.

²GORDIA, A. P. Associação da atividade física, consumo de álcool e índice de massa corporal com a qualidade de vida de adolescentes. **Rev. Bras. Cinean. Des. Hum.**, v. 10, n. 3, 2008.

³ROOM, R.; BABOR, T.; REHM, J.; Alcohol and public health. **Lancet**, v. 365, n. 9458, p. 518-530, 2005.

⁴PEUKER, A. C. et al. Expectativas de beber problemático entre universitários. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 22 n. 2, p. 193-200, maio/ago.2006.

⁵GONÇALVES, A.; VILARTA, R. **Qualidade de vida e atividade física: explorando teoria e prática**. Barueri: Manole, 2004.

⁶VILELA JUNIOR, G. B. **Qualidade de vida e novas tecnologias**. Campinas: Ipês Editorial, 2007.

⁷MINAYO, M. C. S. **A saúde em estado de choque**. Rio de Janeiro: Espaço e Tempo, 1992.

⁸EDWARDS, G.; MARSHALL, E. J.; COOK, C. C. H. **O tratamento do alcoolismo: um guia para profissionais da saúde**. Porto Alegre: ArtMed, 1999.

⁹LARANJEIRA R. Bases para uma política de tratamento dos problemas relacionados ao álcool e outras drogas no Estado de São Paulo. **J. Bras Psiq**, v.45, n.4, p. 191-196.

¹⁰SILVA, L. V. E. R. et al. Fatores associados ao consumo de álcool e drogas entre estudantes universitários. **Rev. Saúde Públ.**, v. 40, n. 2, p. 280-288.

¹¹PALMA, A.; ABREU, R. A.; CUNHA, C. A. Comportamentos de risco e vulnerabilidade entre estudantes de Educação Física. **Rev. Bras. Epidemiol.**, v.10, n.1, p. 117-126, 2007.

¹²SETTON, M. G. J. A particularidade do processo de socialização contemporâneo. **Tempo Soc.**, v. 17, n. 2, p. 335-350, 2005.