

Escreva o nome da Escola, do distrito ou Região Autónoma em que se insere e a Sessão em que participa (Básico ou Secundário). O projecto de Recomendação tem de respeitar os seguintes limites de texto: exposição de motivos – 3300 caracteres (incluindo espaços); cada medida – 850 caracteres (incluindo espaços). Confira estes limites no seu texto antes de copiar e colar nos espaços previstos.

|   |
|---|
| Identificação da Escola: Externato Infante D.Henrique |
| Circulo: Braga, Ruílhe                                |
| Sessão: Básico  |

## Projecto de Recomendação:

**Exposição de motivos:** (considerações ou argumentos que justificam ou enquadram as medidas propostas)

O consumo de drogas é um tema preocupante e polémico. Quando se fala em drogas, toda a gente pensa imediatamente em 'coisas' que se fumam e se injetam, mais as segundas que as primeiras. No entanto, não podemos deixar de constatar que, em termos de dependência e de danos fisiológicos, o álcool e o tabaco (para não falar de medicamentos e outros produtos que causam adição) são tão maus como muitas das tais drogas fumáveis e injetáveis. Segundo a OMS, droga é qualquer substância que, introduzida no organismo, interfere no seu funcionamento. Hoje em dia são muitos os jovens/adolescentes que consomem droga; uns porque isso fá-los esquecer os problemas que têm de ultrapassar, outros simplesmente por divertimento ou porque querem parecer superiores aos outros. Mas, infelizmente, quer por um motivo quer por outro, os adolescentes tornaram-se muito dependentes dessas substâncias e a verdade é que é muito difícil de largarem o vício.

O Doping é outro problema da atualidade decorrente do uso de drogas (Estimulantes; Narcóticos; Esteróides anabólicos, entre outros) que têm por objetivo melhorar artificialmente o desempenho desportivo. O Doping é uma ameaça para o desporto pondo em risco o princípio da competição aberta e justa, prejudicando centenas de pessoas não só nas competições desportivas profissionais mas também amadoras. Estudos realizados pela Comissão Europeia revelaram que atletas amadores também estão a consumir, cada vez mais, drogas para melhorar o seu desempenho físico. As razões que levam as pessoas a utilizarem este tipo de substâncias são muito variadas, dependendo dos objetivos que cada um procura atingir com a sua utilização. Os atletas de competição e alguns jovens em idade escolar procuram nestas substâncias uma forma de melhorar o seu rendimento desportivo. Outros, pretendem apenas melhorar a sua imagem corporal, tentando dar resposta a uma sociedade onde a imagem exterior é demasiado valorizada. Neste contexto, algumas entidades, como a Agência Mundial Anti -Doping (WADA ), a UNESCO e estados-membros da UE estão a tentar de alguma forma resolver este problema, tentando encontrar medidas para que este tipo de drogas não seja tão consumida pelas pessoas.

Para finalizar refira-se que, na sociedade, as pessoas associam “as dependências” ao consumo de drogas mas existem muitas pessoas pelo nosso mundo fora que estão dependentes,

Escreva o nome da Escola, do distrito ou Região Autónoma em que se insere e a Sessão em que participa (Básico ou Secundário). O projecto de Recomendação tem de respeitar os seguintes limites de texto: exposição de motivos – 3300 caracteres (incluindo espaços); cada medida – 850 caracteres (incluindo espaços). Confira estes limites no seu texto antes de copiar e colar nos espaços previstos.

mesmo não consumindo drogas. Para justificar esta ideia, veja-se o exemplo das redes sociais como o facebook ou os jogos de computador online. Embora não sejam considerados drogas, no entanto, causam dependência a muitos jovens que poderão levar a consequências muito graves no comportamento e estilo de vida implicando, em alguns casos, o uso da violência e prejudicando a sua saúde.

**Medidas propostas:** (redigir com clareza e objectividade, sem alíneas)

1. Criar Centros Públicos de Recuperação e Acompanhamento Psicológico aos Toxicodependentes e Centros de Alcoologia auxiliando, deste modo, os toxicodependentes através de criação de mais centros de reabilitação gratuitos bem como a criação ou financiamento de uma entidade já existente que os apoie, com o objetivo de por fim a esse flagelo que são as toxicodependências.

2. Realizar campanhas de sensibilização e promover um maior número de exames de despiste antidoping no desporto, não só aos desportistas profissionais mas também a jovens que praticam desporto amador em competição, fazendo assim com que haja um maior controlo sobre o consumo de substâncias dopantes que podem, além de desvirtuar o espírito salutar da competição desportiva, ser prejudiciais para a saúde dos jovens que as tomam, por vezes de forma inconsciente, sem ter a noção das consequências de tais atitudes.

3. Criar mais espaços de ocupação de tempos livres dos jovens na sociedade e nas escolas, tais como oficinas de atividades extra-curriculares, salões de música, espaços desportivos, workshops de artes, entre muitos outros, com o objetivo de fazer com que os jovens não passem tanto tempo no Facebook ou em jogos de computador on line e que evitem consumir álcool ou drogas.