



# Straight Talk

Um guia para os **pais** sobre o consumo de álcool pelos adolescentes



# Índice

## Página

De que trata este folheto?	2
Por que razão este folheto é necessário?	4
Quais são os factos acerca do álcool?	8
Quem ensina os nossos adolescentes a usarem álcool?	14
Por que é que os adolescentes bebem?	15
Que factores podem levar os adolescentes a beber?	18
Quatro coisas que pode fazer para retardar os hábitos de consumo de álcool na adolescência.	20
Quais são os sinais do meu filho(a) adolescente estar a usar álcool?	23
Que faço se souber ou suspeitar que o meu filho(a) adolescente bebe?	24
Que devo fazer quando o meu filho(a) adolescente chegar a casa depois de beber?	26
Que devo fazer numa emergência?	27
O que diz a lei?	28
Onde me posso dirigir para obter ajuda?	31



## De que trata este folheto?

Bem-vindo ao 'Straight Talk' - um guia para os pais sobre o consumo de álcool pelos adolescentes.

O folheto oferece informações sobre o uso do álcool por parte dos adolescentes, dá aconselhamento prático para os pais sobre como lidar com o álcool e explica o que diz a lei acerca dos adolescentes e do álcool.

Este folheto será útil para os pais que:

- queiram que os seus filhos adolescentes comecem a beber o mais tarde possível, ou
- saibam ou suspeitem que o seu filho(a) adolescente possa estar a consumir álcool.

A investigação demonstra que as mensagens claras dos pais realçando ser inaceitável o consumo de álcool pelos menores, retarda o início do consumo de álcool em adolescentes.

Muitos adolescentes experimentam álcool. O factor mais importante para atrasar o início do consumo de álcool é o acompanhamento positivo dos pais com base na boa comunicação, negociação e definição de limites firmes.



*A coisa mais importante que pode fazer como pai é apoiar o seu filho(a) adolescente para atrasar os hábitos de consumo. Se o fizer, o risco de uso prejudicial do álcool é muito menor mais tarde na vida.*

Não importa o que os adolescentes dizem ou pensem, eles precisam de pais que lhes falem acerca do álcool.

Eles precisam de pais que:

- sejam informados;
- conheçam os factos; e
- definam limites para eles.

Este folheto ajuda-o a ajudar o seu filho(a) adolescente.



# Por que razão este folheto é necessário?

## A Irlanda e o álcool

O consumo de álcool faz parte do dia a dia dos adultos na Irlanda. Bebemo-lo para festejar, lamentar e socializar. O álcool pode ser comprado na loja local, estação de serviço, supermercado ou loja autorizada a vender bebidas alcoólicas.

## Consumido com moderação, o álcool é uma droga agradável e socialmente aceitável.

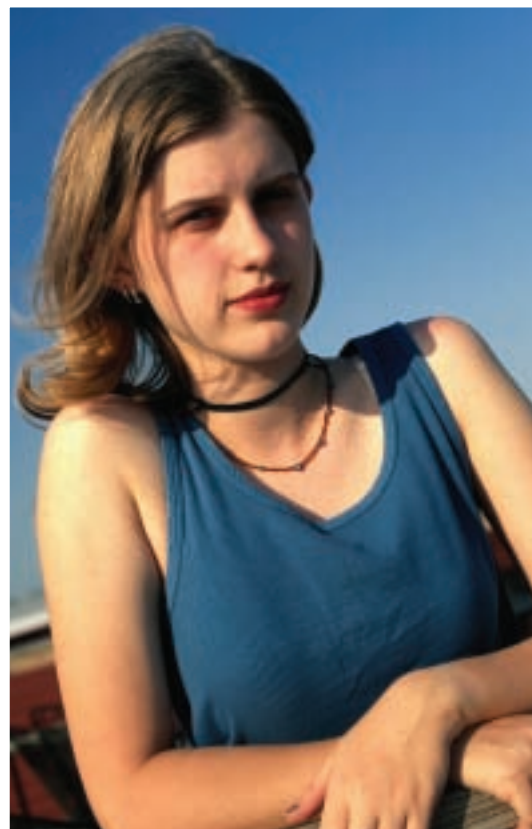
O álcool nem sempre é consumido de forma sensata na sociedade irlandesa e o excesso de consumo está a tornar-se muito comum. A investigação demonstra que os irlandeses:

- bebem mais do que as pessoas de outros países europeus;
- apresentam os mais elevados níveis de consumo excessivo na Europa; e
- sofrem mais efeitos prejudiciais pelo uso do álcool do que os outros europeus.

Os danos causados pelo álcool podem ser vistos nos nossos tribunais, hospitais, casas e escolas.

Tem-se assistido a um acréscimo na violência das ruas, nos acidentes, na condução sob o efeito do álcool, intoxicação alcoólica, suicídio, dependência do álcool, cancros e outras doenças relacionadas com o álcool.

Os adolescentes que bebem são muitas das vezes culpados por estes problemas, mas muitos dos danos são provocados ou acontecem aos adultos.



# Os adolescentes e o uso do álcool

## As boas notícias

Praticamente metade das crianças em idade escolar nunca bebeu e o número de adolescentes menores de 15 anos que experimenta o álcool diminuiu.

Isso são boas notícias para os pais e para os adolescentes.

**A investigação demonstra que alguns adolescentes começam a beber porque pensam erradamente “que todos o fazem!”.**

A maioria dos adolescentes apenas experimenta o álcool ou o consome para fins recreativos. Contudo, alguns podem consumir álcool de forma problemática e o consumo está associado ao suicídio.

*A idade legal para o consumo de álcool é os 18 anos. Mas a realidade é que muitos adolescentes bebem regularmente antes dos 18 anos.*



## Os riscos

O consumo de álcool na adolescência traz riscos e mesmo a experimentação do álcool num dado momento pode trazer problemas ao seu filho(a) adolescente.

Isso porque o seu filho(a) adolescente ainda está em fase de crescimento e desenvolvimento. Os corpos, mentes e emoções dos adolescentes ainda estão a ganhar maturidade, por isso são muito vulneráveis aos efeitos imediatos do álcool.

Os adolescentes precisam de mensagens claras dos pais de que o consumo de bebidas pelos menores é inaceitável.

Isso reduz o risco de problemas de álcool na vida adulta. Antes de poder falar ao seu filho(a) adolescente acerca do consumo de álcool e estabelecer limites, tem de conhecer os factos acerca do álcool.



# Quais são os factos acerca do álcool?

## O que é o álcool?

O álcool é uma droga que é absorvida pela corrente sanguínea através do estômago.

Uma droga muda a forma como o corpo funciona; afecta a mente, o corpo e as emoções.

O álcool afecta o sistema nervoso central. Isso quer dizer que afecta a nossa frequência respiratória e cardíaca, assim como a forma como pensamos, sentimos, apreendemos as coisas e nos comportamos.

Porque o álcool nos pode tornar descuidados ou excitar, muitas pessoas pensam que o álcool é uma droga estimulante. Mas não é.

O álcool é um sedativo. Quanto mais bebe mais isso é notório – pode ficar com letargia ou sonolência ou mais emotivo(a), por exemplo.

As bebidas alcoólicas aparecem em 6 formas diferentes:

- cerveja
- sidra
- vinho
- bebidas espirituosas
- licor e
- “alcopops” (bebidas alcoólicas açucaradas).



## O que é uma bebida standard?



1 bebida standard contém 10 g de álcool puro



Na Irlanda uma bebida standard tem cerca de 10 g de álcool puro.

No Reino Unido uma bebida standard, também chamada de unidade de álcool, tem cerca de 8 g de álcool puro.

Seguem-se alguns exemplos de uma bebida standard.

- Uma medida de pub de bebidas espirituosas (35,5 ml)
- Um copo de vinho pequeno (12,5% de volume)
- Meia caneca de cerveja normal
- Um “alcopop” (uma garrafa de 275 ml)

Uma garrafa de vinho com 12,5% álcool contém cerca de sete bebidas standard.

## Quais são as directrizes para consumo de baixo risco?

Não há níveis seguros de consumo entre adolescentes mas os limites semanais de baixo risco para os adultos são:

- até 14 bebidas standard numa semana para as mulheres e
- até 21 bebidas standard numa semana para os homens.

O consumo de bebidas deve ser espaçado ao longo da semana, não se deve consumir de uma só vez. Beber acima dos níveis seguros pode prejudicar.

Atenção, as medidas das bebidas não são sempre as mesmas. Aquilo que lhe é servido num pub e aquilo que você serve a si mesmo pode ser muito diferente.

Estes limites semanais não se aplicam aos adolescentes ou a grávidas, doentes, pessoas deprimidas ou a tomar medicação. É mais saudável que os adolescentes não bebam álcool.

## O que é beber em excesso?

Quando bebemos 6 ou mais bebidas standard isso é descrito como beber em excesso.

Beber em excesso é prejudicial e com toda a probabilidade aumenta o nosso risco de sofrer acidentes, ferimentos, violência ou intoxicação.



Consumir mais de 5 bebidas standard de uma vez pode aumentar seriamente os efeitos nocivos do álcool.

*“Alcopops” são mais populares entre as raparigas.  
A cerveja é mais popular entre os rapazes.*

## Como é que o álcool nos afecta?

O álcool afecta cada pessoa de forma diferente. Os efeitos do álcool dependem de quem o bebe, aquilo que se bebe e a situação na qual ele é usado.

### Quem bebe

- Que idade têm?
- É homem ou mulher? O álcool afecta as mulheres mais rapidamente do que os homens.
- Qual é o seu peso?
- Como é que se sentem acerca de si mesmos?
- Quais são as suas convicções acerca do álcool?
- Com que frequência consomem álcool?
- Quais são as suas razões para o consumo do álcool? Por exemplo, podem beber por se sentirem deprimidos.
- Qual é o seu estado de espírito?

### O que é que bebem

- Quanto?
- Com que rapidez?
- Com que frequência?
- Qual é o teor de álcool?
- Comeram antes de beber?

### Onde é que estão a beber

- Onde – festa ou pub?
- Quando – sexta-feira à noite ou segunda-feira ao meio-dia?
- Com quem – amigos ou sozinho?
- Que limites estabeleceram – duas bebidas e ir para casa de táxi ou beber o máximo possível antes de sair?

*Menos significa mais. Menos álcool significa mais dinheiro, mais energia, mais controlo.*

## Quanto tempo dura os efeitos da bebida?

Em geral começa-se a sentir os efeitos do álcool passados 5 ou 10 minutos de começar a beber. Depois demora uma hora para cada bebida standard que tomar percorra o seu sistema.

Os adolescentes precisam de saber que ao beber café, apanhar ar fresco, vomitar (para se livrarem do álcool no estômago) ou tomar duchas de água fria não curam a bebedeira.

Há uma grande diferença entre um homem beber duas garrafas de cerveja num pub e uma rapariga adolescente beber duas garrafas de cerveja numa ruela com os amigos.



# Quem ensina os nossos adolescentes a usarem álcool?

## Você!

As crianças começam a desenvolver o conhecimento do álcool numa idade muito precoce através da:

- televisão;
- publicidade;
- sua família; e
- sua comunidade.

A investigação mostra que no momento em que uma criança atinge os cinco anos de idade, já formou as suas atitudes e opiniões básicas acerca do álcool.

Os adolescentes aprendem acerca do álcool através das:

- suas próprias experiências; e
- observando os efeitos da bebida na família, amigos e comunidade.

Os nossos adolescentes aprendem dos:

*“...pais e colegas, cartazes e propaganda, de especialistas, donos de pub, padres, poetas e artistas, que na Irlanda... uma boa ocasião social e ingestão de álcool são simplesmente a mesma coisa - sem uma boa bebida e umas poucas boas bebidas, não se pode passar um bom momento.”*

Sunday Independent





# Por que é que os adolescentes bebem?

Os adolescentes bebem por muitas razões diferentes.

- Por curiosidade.
- Querem ser aceites e ter sentimento de pertença.
- Porque os amigos bebem.
- Fá-los sentir mais velhos.
- Por rebeldia.
- Por tédio.

Os adolescentes podem também beber para:

- celebrar eventos especiais (resultados de exames, aniversários, Debutantes);
- se sentirem mais confiantes;
- relaxar;
- reduzir o stress (stress de exames, pressões de relacionamentos);
- lidar com tristezas, infelicidade, rejeição ou baixa auto-estima; ou
- se embebedar!

*Os adolescentes podem usar álcool porque querem sair da fase de 'criança' e vêem a bebida como sinal de maturidade. Na qualidade de pais, tem de desafiar a opinião de que é preciso beber para se ser adulto.*

# Efeitos do uso do álcool entre os adolescentes

- **Ressaca**

Quando os adolescentes tiverem 'ressaca' estão a passar por um tipo de intoxicação alcoólica. Ficam desidratados e em resultado disso, sentem-se enjoados, têm dores de cabeça e ficam irritáveis.

- **Maus resultados na escola**

Os adolescentes que usam álcool podem ter menos memória daquilo que aprenderam. Isso tem efeitos de arrastamento na escola, especialmente em época de exames. O uso do álcool pode ser o resultado e a causa das dificuldades na escola. Pode também impedir o desenvolvimento de outras competências, tais como tomadas de decisão, competências pessoais e sociais.

- **Beber, fumar e tomar drogas**

Os adolescentes que bebem e fumam têm mais probabilidade de tomarem drogas.

- **Comportamento anti-social e saúde mental**

O excesso de bebida está associado ao comportamento anti-social, a problemas de saúde mental e danos permanentes ao cérebro.

- **Morte prematura**

As principais causas de morte entre os 16 e os 25 anos de idade são os acidentes, o suicídio e a violência. O álcool está muitas vezes associado a estes casos.

- **Sexo inseguro**

Há uma ligação certa entre a ingestão de álcool antes do sexo e não uso de contraceção. Isso pode levar a crise de gravidez e um maior risco de ser contaminado por infecção sexualmente transmissível (IST).

### Se um adolescente bebe antes dos 15 anos tem:

- quatro vezes mais probabilidade de desenvolver uma dependência do álcool do que aqueles que esperam até fazer 21 anos;
- sete vezes mais probabilidade de se envolver num acidente de viação por causa da bebida; e
- 11 vezes mais probabilidade de sofrer lesões acidentais após a ingestão de bebidas.

Todavia o uso do álcool durante a idade da adolescência pode diminuir o desenvolvimento cerebral e provocar a perda de memória e de outras competências.

### Apesar disso:

- os jovens irlandeses, dinamarqueses e britânicos bebem mais álcool do que quaisquer outros jovens na Europa;
- a maioria dos adolescentes experimenta o álcool antes da idade legal para beber e alguns bebem regularmente; e
- os momentos de embriaguez entre adultos e adolescentes na Irlanda são ainda recordados com orgulho.

Estes são aspectos da nossa cultura de bebida que têm de ser contestados.



# Que factores podem levar os adolescentes a beber?

- Passar o tempo com os amigos em meios não controlados por adulto (casa de amigos, na rua ou em parques)
- Os amigos bebem
- Excesso de exposição aos hábitos de beber dos adultos
- Irmãos e irmãs mais velhos que exageram na bebida
- Estar envolvido em problemas de comportamento numa idade muito precoce
- Morar num bairro problemático
- Faltar à escola
- Separação dos pais
- Dispor de mais dinheiro e maior poder de compra

Precisamos de estar conscientes do que pode encorajar os adolescentes a beber para podermos tomar as medidas necessárias para atrasar os hábitos de consumo do álcool dos adolescentes.

## Quais são os factores que ajudam os adolescentes a retardarem os hábitos de consumo de álcool?

- ✓ Mensagens claras dos pais de que beber quando se é menor é inaceitável
- ✓ Exemplo claro dos pais sobre como beber de forma responsável
- ✓ Obter elogios e encorajamento dos pais
- ✓ Relacionamentos fortes com as suas famílias, amigos e professores
- ✓ Boas competências sociais
- ✓ Envolvimento na escola, grupos de jovens, actividades de desporto ou de igreja



# Quatro coisas que pode fazer para retardar os hábitos de consumo de álcool na adolescência

## 1. Fale e escute o seu filho(a) adolescente – é o maior apoio que lhes pode dar.

- Conheça os factos acerca do álcool.
- Fale ao seu filho(a) adolescente acerca do álcool de forma calma e factual.
- Escute o seu filho(a) adolescente. Eles têm as suas próprias histórias e convicções acerca do álcool. Tem de as escutar.
- Use oportunidades do dia a dia para levantar o assunto, por exemplo uma história de um programa de televisão.
- Torne muito claras as suas opiniões sobre ingestão de bebidas quando se é menor. Alguns pais sugerem que falar com outro adulto na presença de um adolescente é uma maneira útil de transmitir a mensagem.
- Passe tempo com o seu filho(a) adolescente, por exemplo se estiverem envolvidos em desporto vão juntos ver um jogo.
- Esteja disponível para falar.



## 2. Tenha regras na família.

- Discuta as regras com todos.
- Seja claro no que se refere a quem tem autorização ou não, por exemplo se não tiverem autorização para ir a festas de adolescentes onde seja servido álcool.
- Marque horas para “estar em casa” e mantenha-se firme.
- Que haja consequências pela violação das regras e mantenha-se firme.
- Não faça ameaças vãs ou imponha punições duras.

## 3. Saiba onde se encontra o seu filho(a) adolescente.

- Estão onde dizem estar? Se disserem que passam a noite na casa de um amigo, verifique.
- Irá lá estar um adulto a tomar conta?
- Com quem estão?
- A que horas voltam para casa?
- Como é que voltam para casa?
- Quanto dinheiro têm?



*Arranje uma rotina em casa que implique que você consegue ver e falar com eles quando regressam a casa depois de uma noite fora.*

#### 4. Se beber álcool, seja responsável. Pense nos seus próprios hábitos de consumo.

- Quanto bebe?
- Por que razão bebe?
- Precisa de reduzir?
- Que regras tem sobre os seus hábitos de consumo (por exemplo, não conduzir sob o efeito do álcool)?
- Saiba quanto álcool existe em casa e verifique regularmente.

Não se esqueça, aquilo que faz é presenciado pelo seu filho(a) adolescente e irá influenciar as mensagens que lhes transmite acerca do álcool.





# Quais são os sinais do meu filho(a) adolescente estar a usar álcool?

Há alguns sinais de que o seu filho(a) adolescente possa estar a beber.

- Cheiro a álcool
- Querer ficar em casa de amigos, especialmente depois de idas a discotecas ou festas
- Uso súbito de pastilhas de menta para a boca ou lavagem frequente dos dentes
- Usar demasiado perfume ou aftershave
- Tornar-se muito reservado (mais do que o habitual)
- Falta de coordenação na fala e nos movimentos
- Estar excitável, cabeça-no-ar ou rabugento
- Mudança dos padrões de sono ou estar cansado durante o dia
- Perda de interesse pelas coisas
- Obter más notas e faltar à escola
- Pedir dinheiro emprestado
- Roubar e mentir

Alguns destes sinais podem ser semelhantes às mudanças de comportamento normal por que passam os adolescentes, por isso é importante não se precipitar nas conclusões.

# Que faço se souber ou suspeitar que o meu filho(a) adolescente bebe?

- Peça-lhes para não beberem.
- Sugira alternativas ao seu filho(a) adolescente, tais como cervejas, vinhos e cocktails sem álcool.
- Se você ou outro pai o for levar e buscar, pode controlar a hora a que chegam e a que horas vão para casa. A maioria dos hábitos de consumo antes da idade legal acontece antes ou depois da discoteca.
- Se o seu filho(a) adolescente souber que terá de enfrentar a si ou outro adulto no final da noite pode beber muito menos, ou até nem beber.
- Diga-lhes para nunca:
  - deixarem uma bebida sozinha porque pode ser drogada;
  - misturar drogas com álcool;
  - conduzir sob o efeito do álcool ou ter boleia a alguém que esteja sob o efeito do álcool ou a tomar drogas; ou
  - deixar uma festa ou discoteca sozinho(a).

## Coisas que o seu filho(a) adolescente deve saber

- Beber lentamente para que o corpo tenha uma oportunidade de lidar com o álcool.
- Contar quantas bebidas bebem.
- Comer antes de beber para evitar embriagar-se.
- Misturar líquidos sem álcool.
- Beber bebidas seguidas – beber uma bebida sem álcool depois de duas alcoólicas.
- Olhar por si – não devem beber sozinhos.
- Olhar pelos amigos – não deixar os amigos sozinhos se estiverem a beber. Se o amigo estiver em apuros, devem chamar um adulto responsável ou uma ambulância se necessário.



*Os pais, adolescentes têm de saber que ao beber café, apanhar ar fresco, vomitar (para se livrarem do álcool no estômago) ou tomar duchas de água fria não curam a bebedeira.*

# Que devo fazer quando o meu filho(a) adolescente chegar a casa depois de beber?

- Respire fundo!
- Veja se estão bem fisicamente.
- Pergunte se tomaram qualquer outra substância ou droga.
- Tente que bebam água para ajudar a recuperar melhor.
- Espere até ao dia seguinte para discutir acerca do uso do álcool. Escute. Dê-lhes uma oportunidade de explicar a sua versão das coisas e razões do beber.
- Seja paciente e mostre amor e carinho pelo seu filho(a) adolescente, mas seja firme acerca das suas opiniões e exprima a sua desaprovação
  - o seu apoio pelo seu filho(a) adolescente é vital.
- Volte a estabelecer regras básicas. Defina metas realistas que sejam pequenas mas alcançáveis, permitindo que você e o seu filho(a) adolescente tenham uma oportunidade de resolver juntos a questão.
- Pensem juntos na organização de alternativas ao consumo de álcool, tais como passatempos ou interesses.

*Os adolescentes rejeitam muitas das vezes os seus valores e desejos. Mantenha-se firme! Podem não querer ouvir o seu ponto de vista mas precisam todavia de o ouvir de modo calmo e razoável.*

# Que devo fazer numa emergência?

Se um adolescente estiver inconsciente ou ‘desmaiado’ é importante saber o que fazer – **pode salvar a sua vida!**

- Vire-o de lado.
- Ligue para o 999 ou 112 e chame uma ambulância.
- Não o deixe sozinho.
- Se não for o seu filho(a) adolescente que precisa de ajuda, contacte outros pais envolvidos.  
A maioria dos pais deseja estar informados.
- Se tiverem tomado pastilhas ou pó e os encontrar, entregue-os ao pessoal da ambulância.
- Não se preocupe a quem atribuir culpas – o importante nesta altura é o bem-estar do adolescente.



# O que diz a lei?

## É ilegal para um jovem com menos de 18 anos:

- comprar álcool;
- beber álcool num lugar público;
- fingir ter mais de 18 para comprar álcool;
- estar num pub depois das:
  - 21h00 de 1 de Outubro até 30 de Abril,
  - 22h00 de 1 de Maio até 30 de Setembro; ou
- estar num estabelecimento com licença durante uma dispensa.

É ilegal para um jovem com menos de 15 anos estar num pub sem um progenitor ou tutor.

Um jovem entre os 15 e os 17 anos pode estar presente numa festa particular, tal como um casamento, num pub após o horário acima indicado se for servida uma refeição.

É também ilegal para um adulto comprar álcool para um jovem menor de 18 anos. A sanção é uma multa máxima de €1500.

A informação abaixo deve ser útil, pois muitos pais não têm a certeza da lei sobre ingestão de álcool pelos menores e o que acontece se for violada a lei.

### **Programa de Diversão Juvenil**

- Aplica-se àqueles com idade para serem imputáveis criminalmente e aos menores de 18 anos
- Oferece aos jovens delinquentes uma segunda oportunidade
- Inclui condições, tais como aceitação de responsabilidade, aceitar caução e supervisão do Oficial de Ligação Juvenil e nenhuma caução anteriores
- Permite aos adolescentes evitar ficar com cadastro

*Numa residência particular, o álcool não pode ser servido a jovens visitas (menores de 18 anos) sem o consentimento explícito do progenitor ou tutor do jovem.*

## **Criminal Justice (Public Order) Act 1994 (Lei da Justiça Criminal (Ordem Pública) de 1994)**

- Proibido beber num local público – multa máxima de €127
- Proibido o envolvimento em ‘conduta ofensiva’ entre a meia-noite e as 7h00 da manhã – multa máxima de €635
- Proibido o uso de palavras ou comportamento ameaçador, abusivo ou insultuoso em público – multa máxima de €635 e/ou 3 meses de prisão

## **Intoxicating Liquor Act 1988 (Part IV provisions relating to persons under 18 years) [Lei que regulamenta as bebidas alcoólicas (Parte IV disposição relativas aos menores de 18 anos)]**

- É ilegal vender ou fornecer álcool aos menores de 18 anos.
- Gardaí (a polícia) pode retirar o álcool aos menores de 18 anos a beberem em público e pode também contactar os seus pais.





# Onde me posso dirigir para obter ajuda?

Lidar com adolescentes pode por vezes ser difícil para os pais e por isso pode precisar de apoio. Pode falar sobre as suas preocupações a outros pais em quem confie ou procurar obter ajuda de alguém listado abaixo.

## Números úteis

- Linha para os pais
- Médico de família
- Serviço local para álcool e drogas
- An Garda Síochána
- Escola
- Padre

1890 927277

# Agradecimentos

## Publicações

O Relatório do North West Alcohol Forum, 'A Portrait of Our Drinking', (Um Retrato dos Nossos Hábitos de Consumo de Álcool) Junho de 2004

Strategic Task Force Report on Alcohol, Second Report, (Relatório da Strategic Task Force sobre Álcool, Segundo Relatório) Setembro de 2004

Understanding Substances and Substance use, A Handbook For Teachers, (Comprender as Substâncias e Uso de Substâncias, Um Manual para Professores) 2004

Less is More Campaign, Health Promotion Unit (Campanha Menos é Mais da Health Promotion Unit).

## Obrigado a todos pela ajuda, apoio e aconselhamento:

The Parent Booklet 'Planning Group' HSE-North Western Area (O Folheto dos Pais 'Grupo de Planeamento', HSE-Área do Noroeste)

O North West Alcohol Forum

An Garda Síochána

Dr. Anne Hope, Assessora de Política do Álcool do Ministério da Saúde





Produzido por:	O North West Alcohol Forum em conjunto com a Health Promotion Unit
Data de Edição:	01/06
Data de Revisão:	01/08
Código de Pedido:	HPUT00402

