



Narcotics Anonymous®

Narcóticos Anónimos

*Narcóticos*  
*Anónimos: Um*  
**Recurso**  
**na Vossa**  
**Comunidade**

*Versão 2018–2023*

## ***Um Recurso na Vossa Comunidade***

Narcóticos Anónimos é uma associação internacional sem fins lucrativos, com base na comunidade, para adictos em recuperação, a funcionar em mais de 143 países. Os membros de Narcóticos Anónimos (NA) aprendem, uns com os outros, a viver livres de drogas e a recuperar dos efeitos da adicção nas suas vidas.

Se já pensou em recomendar Narcóticos Anónimos a alguém que tenha um problema com drogas, poderá ter algumas interrogações quanto à nossa associação. Este folheto foi projetado para responder a essas interrogações.



## ***Quem são os Membros de NA?***

Qualquer um que queira parar de consumir drogas pode ser um membro de Narcóticos Anônimos. Ser-se membro de NA não está limitado ao consumo de uma droga em particular. Todos aqueles que sintam que podem ter um problema com drogas, legais ou ilegais, incluindo o álcool, são bem-vindos em NA. A recuperação em NA foca-se no problema da adicção, não numa droga em particular.

## ***Anonimato***

A premissa básica do anonimato permite aos adictos frequentarem as reuniões sem receio de repercussões legais ou sociais. Esta é uma reflexão importante para um adicto quando se propõe a ir a uma reunião pela primeira vez. O anonimato garante também uma atmosfera de igualdade nas reuniões. Ajuda a assegurar que nenhuma personalidade ou circunstância individual venha a ser considerada mais importante do que a mensagem de recuperação partilhada em NA.

## ***Reuniões de NA***

A principal abordagem de NA à recuperação é a sua crença no valor terapêutico da ajuda de um adicto a outro. Os membros participam nas reuniões de NA falando das suas experiências e da recuperação da adicção a drogas. As reuniões de NA não têm uma estrutura formal, são realizadas em locais arrendados pelos grupos e são conduzidas por membros que se revezam no abrir e fechar das reuniões. As reuniões e outros serviços de NA são totalmente custeados por contribuições dos membros e pela venda de literatura sobre recuperação. Contribuições financeiras de quem não seja membro não são aceites.

A maioria das reuniões de NA realizam-se regularmente no mesmo local e hora, todas as semanas, geralmente em instalações públicas. Existem dois tipos básicos de reunião: aquelas que são abertas ao público em geral e as que são fechadas ao público (só para adictos). As reuniões variam largamente no seu formato. Alguns formatos são: participação, partilhador, perguntas e respostas, discussão de tópico, e outros são uma combinação destes formatos. A função de qualquer reunião é sempre a mesma: proporcionar um ambiente adequado e de confiança para a recuperação pessoal.

## ***Como é que NA funciona?***

A base de NA é constituída por adictos que se ajudam mutuamente. Os membros reúnem-se regularmente para falar acerca das suas experiências em recuperação. Os membros com maior experiência (conhecidos por *padrinhos/madrinhas*) trabalham individualmente com os membros mais novos.

O núcleo de NA são os Doze Passos. Estes “passos” constituem um conjunto de linhas de orientação que definem uma abordagem prática à recuperação. Seguindo estas linhas de orientação e trabalhando em conjunto com outros membros, os adictos aprendem a parar de consumir drogas e a encarar os desafios do dia-a-dia.

Narcóticos Anônimos não é uma organização religiosa e não apoia nenhuma crença em particular. Ensina simples princípios espirituais, tal como a honestidade, mente aberta, fé, boa vontade e humildade, que podem ser aplicados na vida diária. A aplicação específica destes princípios espirituais é decidida por cada indivíduo. A recuperação em NA não é

uma cura milagrosa que acontece num dado período de tempo. É um processo pessoal e contínuo. Os membros tomam a decisão pessoal de aderirem e de recuperarem ao seu próprio ritmo.

### ***Ritmo de Crescimento***

Dado que não são mantidos quaisquer registos de presenças, torna-se difícil avaliar a percentagem de pessoas que, chegadas a Narcóticos Anónimos, alcançam uma abstinência a longo prazo. O único indicador seguro do nosso sucesso é o crescimento rápido no número de grupos de Narcóticos Anónimos ao longo dos últimos anos e de como Narcóticos Anónimos cresce fora da América do Norte.

Em 1978, havia menos de 200 grupos registados em três países; em 1982, onze países tinham 1.200 grupos; em 1993, 60 países tinham mais de 13.000 grupos, com 19.000 reuniões; em 2002, 108 países tinham mais de 20.000 grupos com mais de 30.000 reuniões; em Abril de 2008, 130 países tinham mais de 50.000 reuniões semanais; em Maio 2023 foi estimado que existem mais de 72.200 reuniões semanais em 143 países.

### ***Resultados da Sondagem feita por NA***

A informação demográfica que se segue é o resultado de um inquérito a que responderem aproximadamente 28.000 membros de NA. Este inquérito foi realizado em 2018 na Convenção Mundial de NA, em Orlando, Flórida, EUA através da nossa revista internacional *The NA Way Magazine* e do nosso website:

### ***Idade***

- 1% dos inquiridos têm menos de 21 anos
- 14% têm entre 21 e 30 anos de idade
- 25% têm entre 31 e 40 anos de idade
- 20% têm entre 41 e 50 anos
- 25% têm entre 51 e 60 anos
- 15% mais de 60 anos de idade

### ***Género***

- 57% dos inquiridos são homens
- 42% dos inquiridos são mulheres
- 1% responderam outra

Na *Pesquisa de participação de membros\** de 2015, a divisão entre sexos era de 41% para as mulheres e 59% para os homens.

### ***Como é que os que participaram neste estudo encontraram Narcóticos Anónimos***

*(Os inquiridos podiam escolher mais do que uma resposta; apenas as cinco mais votadas aparecem nesta lista)*

- 49% tiveram conhecimento através de outro membro
- 45% tiveram conhecimento através de centros de tratamento e aconselhamento
- 32% tiveram conhecimento através de um membro da família
- 14% tiveram conhecimento através do empenho dos serviços de NA
- 13% tiveram conhecimento através da literatura de NA

### ***Diversidade étnica***

A diversidade étnica dos nossos membros parece ser representativa do local geográfico onde os estudos são realizados.

\* Disponível em português do Brasil.

Contudo o inquérito foi realizado em 2018 na Convenção Mundial de NA, na Flórida, através da nossa revista internacional *The NA Way Magazine* e do nosso website: Quando realizamos este estudo, 70% dos inquiridos eram caucasianos, 13% eram Afro-Americanos, 7% eram Hispânicos, 4% identificados como multiraciais, 2% eram asiáticos e 4% representavam outras etnias. Em 2015, no Brasil, 74% dos inquiridos eram caucasianos, 11% eram Afro-Americanos, 6% eram Hispânicos, 4% eram multiraciais e 2% representavam outras etnias.

## ***NA na comunidade***

São formadas comissões voluntárias de membros de NA para coordenar muitos dos serviços dentro da comunidade. NA não aceita contribuições de quem não é membro, não tem conselheiros profissionais e não mantém clínicas, nem instalações residenciais. Em seguida listam-se os serviços que NA pode oferecer:

**Sessões de Esclarecimento da Comunidade** podem ser conduzidas por membros de NA para informar a comunidade da existência de NA e dos serviços de que dispõe.

**Jornadas de Saúde e Conferências** são eventos realizados por organizações profissionais nos quais NA pode ter um expositor e/ou dar informações através da realização de workshops.

**Apresentações** são frequentemente fornecidas a igrejas, assistentes sociais, juizes, conselheiros, enfermeiros, médicos e escolas, entre outros, com um propósito informativo.

**Anúncios nos Serviços Públicos** podem fornecer informações sobre NA, distribuídas ao público através de órgãos de comunicação (imprensa, rádio, televisão, placards,

espaços publicitários em transportes públicos e posters).

**Serviço de Linha Telefónica** pode fornecer informações sobre o local de reuniões e sobre NA em geral.

**Listas de Reuniões** são horários produzidos localmente, contendo o horário e os locais das reuniões na comunidade e que estão largamente disponíveis.

**Serviços em Hospitais e Instituições** são fornecidos por comissões locais através de reuniões/apresentações para dar a conhecer aos participantes algumas das noções básicas do programa de Narcóticos Anónimos. Transmitem a mensagem de recuperação de NA a adictos que não têm acesso direto a reuniões de recuperação de NA. As reuniões ou apresentações são realizadas em hospitais, prisões, centros de tratamento para adictos, centros de desintoxicação e outras instituições.

**Serviços de Literatura** incluem uma grande variedade de livros, folhetos, áudio, edições em grande formato e edições online. A literatura de Narcóticos Anónimos é publicada em Inglês e em várias outras línguas, entre as quais o Português.

## ***Como contactar Narcóticos Anónimos***

Em muitas comunidades, Narcóticos Anónimos vem referenciado nas páginas brancas da lista telefónica. A informação sobre os números das linhas telefónicas e das reuniões locais pode ser encontrada no website internacional **www.na.org**. A linha telefónica é assegurada por servidores que são adictos em recuperação ou por um serviço que os contacta sempre que necessário. As linhas telefónicas têm como objectivo principal ajudar adictos a encontrar a reunião mais próxima. No

entanto, também estão disponíveis outras informações. Uma chamada para a linha telefónica é um bom lugar para começar se tiver mais questões sobre NA.

Se na sua comunidade não existir uma linha telefónica, ou se tiver perguntas sobre Narcóticos Anónimos noutra comunidade, contacte o Escritório Mundial de Serviços de NA no endereço abaixo indicado. O Escritório Mundial de Serviços pode fornecer informações sobre reuniões, bem como outros serviços, e ainda o catálogo de toda a literatura sobre recuperação de NA.

**NA World Services, Inc.**

PO Box 9999

Van Nuys, California 91409 USA

T +1/818.773.9999 F +1/818.700.0700

Website: [www.na.org](http://www.na.org)

**Associação Portuguesa de  
Narcóticos Anónimos**

Apartado 526

2795 Carnaxide Codex, Portugal

Linha Telefónica: 219 477 970

Website: [www.na-pt.org](http://www.na-pt.org)

Copyright © 1996 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Todos os direitos reservados

World Service Office  
PO Box 9999  
Van Nuys, CA 91409 USA  
T +1/818.773.9999  
F +1/818.700.0700  
Website: [www.na.org](http://www.na.org)

World Service Office—CANADA  
Mississauga, Ontario

World Service Office—EUROPE  
Brussels, Belgium  
T +32/2/646-6012

World Service Office—IRAN  
Tehran, Iran  
[www.wsoiran.org](http://www.wsoiran.org)



Esta é uma tradução de literatura aprovada pela  
Conferência NA.

Narcotics Anonymous,   , e The NA Way  
são marcas registradas de

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 9781557762443

Portuguese

9/24

WSO Catalog Item No. PO1604