

No emocional

De acordo com a psiquiatra Helena Moura, o consumo intenso de álcool compromete os mecanismos de regulação da ansiedade e gera gatilhos de estresse. Por ser um depressor do sistema nervoso central, mesmo quem não tem problemas de saúde mental pode desenvolver sintomas da doença. Dificuldades de memória que, em alguns casos, pode até se tornar permanente, delírios de ciúmes e comportamento agressivo também são comuns e um fator de risco para violência doméstica. Em casos mais graves, sintomas psicóticos também podem ocorrer. Cabe, ainda, fazer um adendo sobre os perigos do álcool na adolescência, que aumenta consideravelmente o risco de desenvolver dependência, já que o cérebro ainda está em desenvolvimento e o uso dessa substância pode acabar prejudicando a maturação de áreas importantes para a tomada de decisões e redução da impulsividade. Portanto, normalizar seu consumo, mesmo em ambientes familiares, é um equívoco e pode afetar também o desempenho escolar, além de reduzir a prática de atividades de lazer saudáveis.

No sistema nervoso

Segundo Pedro Brandão, médico neurologista, doutor em neurociência pela UnB, os problemas que podem ser ocasionados pelo álcool são: síndrome de Wernicke-Korsakoff; polineuropatia alcoólica; degeneração cerebelar alcoólica e fator de risco para AVC.

No sistema digestivo

Após a ingestão de álcool, há diminuição do tônus do esôfago, causando refluxo gastroesofágico. Já no estômago, há alteração da secreção gástrica e da motilidade. No intestino delgado, pode ocorrer diminuição da absorção pela mucosa, com aparecimento de diarreia. Natália Trevizoli, médica gastro-hepatologista do Centro de Excelência em Doenças do Fígado do Hospital Santa Lúcia, lembra, ainda, que quanto maior a quantidade de álcool ingerida, maior o risco de lesão no fígado. Esse risco pode ser agravado pela presença de obesidade, hepatite C e fatores genéticos.

Existem três fases da doença hepática: a esteatose hepática, em que, normalmente, não há sintomas; a hepatite alcoólica, em que pode ocorrer icterícia, sinais de mau funcionamento do fígado, febre e alterações nos exames de sangue; e, por fim, a cirrose hepática, que em sua fase descompensada pode apresentar sangramento por rompimento de varizes no esôfago e estômago, icterícia, encefalopatia e ascite. Os tratamentos incluem a interrupção definitiva do consumo de álcool, suporte nutricional, corticoide e, a depender do estágio da doença, transplante hepático. Um adendo importante é que o risco de doença hepática não é limitado a pessoas que ingerem álcool diariamente, já que também existe efeito deletério para ingestas abusivas episódicas.

Palavra do especialista

Ter uma rede de apoio é fundamental para vencer qualquer dependência. Qual o papel da família nessa situação?

É importante saber qual significado a substância adquire nos diferentes contextos em que é utilizada. Sugere-se uma pergunta: o que a droga (seja legal, seja ilegal) representa para quem dela faz uso, naquele momento específico? Identificar os problemas que o consumo de álcool traz para o usuário e para todo o sistema familiar e reconhecer que isso pode significar um pedido de ajuda para algo que não está bem é fundamental. A rede primária de apoio (família, escola, amigos) é essencial na mobilização para um tratamento especializado. Neste processo, é preciso reconhecer que o dependente está em fase de recuperação, compreender suas limitações e dificuldades e, acima de tudo, oferecer apoio para que possa reorganizar sua vida e reconstruir os vínculos familiares e sociais. Outro aspecto fundamental é investir na relação de confiança das pessoas próximas ao usuário e no diálogo. Lembrar que as cobranças de mudanças imediatas de comportamento, que no momento não têm condições de serem realizadas, podem provocar inseguranças e decepções. É importante avaliar o momento apropriado para estimular as mudanças. E, por fim, manter um ambiente protetor e uma rotina que possibilite o monitoramento e a oferta de alternativas para evitar as situações de risco.

Quais recomendações para amenizar períodos difíceis de abstinência?

Em primeiro lugar, é importante reconhecer o usuário como sujeito e participante ativo na produção da saúde, ou seja, ele precisa estar implicado e comprometido com a decisão da abstinência. Outro aspecto fundamental é que seja avaliado por profissional especializado para conduzir a proposta de abstinência de acordo com o nível de dependência. Recomenda-se evitar a rede de amigos que fazem uso das substâncias e os locais que costumam frequentar para consumo.

Qual costuma ser o retorno de pacientes que conseguem vencer a dependência alcoólica?

É gratificante, principalmente quando eles relatam o prazer da conquista e da superação, ao reorganizarem suas vidas. A alta do tratamento geralmente é uma meta que os usuários conseguem estabelecer após um período de muito investimento em compreender o lugar e o significado do álcool na sua vida. Relatam a retomada da atividade profissional, das relações familiares, dos valores, das competências, das habilidades e reassumem as responsabilidades que foram deixadas no período em que estavam fazendo consumo intenso da substância.

Cláudia Merçon é mestre em ciências da saúde e assistente social do Serviço de Estudos e Atenção a Usuários de Álcool e outras Drogas-SEAD, do Hospital Universitário de Brasília.