

Reprodução unsplash

O risco de desenvolver doenças cardíacas é 68% maior entre mulheres que consomem oito ou mais doses de álcool por semana, comparadas às com ingestão moderada. Nem as mais jovens estão protegidas, alertam especialistas

Goles amargos

No Brasil, o uso abusivo de bebidas alcoólicas passou de 18,4% para 20,8% entre 2021 e 2023: prejuízo a todos os sistemas, especialmente o cardiovascular

» ISABELLA ALMEIDA

Mulheres que ingerem oito ou mais doses de bebida alcoólica semanalmente têm mais risco de desenvolver doença coronariana, segundo um estudo apresentado na Sessão Científica Anual do Colégio Norte-Americano de Cardiologia, nos Estados Unidos. Participantes do sexo feminino que relataram consumo excessivo de álcool tinham 68% mais chances de sofrer de enfermidades cardíacas, comparadas às com ingestão moderada. A relação também foi observada entre os homens, mas com uma diferença percentual menor: a probabilidade de sofrerem do coração foi 33% mais elevada em bebedores pesados.

Para a pesquisa, os cientistas avaliaram voluntários de 18 a 65 anos. Segundo a equipe, esse é um dos maiores estudos a investigar a relação entre álcool e saúde cardiovascular. Conforme o artigo, ataques cardíacos e outras condições estão acometendo cada vez mais populações jovens. Simultaneamente, o abuso de álcool está se tornando mais comum, principalmente entre mulheres.

“Quando se trata de consumo excessivo de álcool, tanto homens como mulheres apresentam maior risco de doenças cardíacas”, afirmou, em nota, Jamal Rana, cardiologista do The Permanent Medical Group e principal autor do estudo. “Para as mulheres, encontramos um risco consistentemente maior, mesmo

sem ingestão excessiva. Não esperava esses resultados entre as mulheres dessa faixa etária mais baixa (...). Foi definitivamente surpreendente”, sublinhou.

Estreitamento

A equipe usou informações de mais de 430 mil pessoas que receberam cuidados médicos, nos Estados Unidos, incluindo cerca de 243 mil homens e 189 mil mulheres. Os participantes tinham em média 44 anos e não haviam sido diagnosticados com doenças cardíacas no início do estudo.

Os pesquisadores avaliaram a ligação entre o nível de ingestão de álcool relatado pelos participantes em avaliações de rotina de 2014 e 2015 e o diagnóstico de doença coronariana nos quatro anos seguintes. A condição ocorre quando as artérias que levam sangue ao coração ficam estreitas, limitando o fluxo, e pode causar dor no peito e problemas agudos, como infarto.

O grupo categorizou a ingestão geral de álcool dos pacientes como baixa (um a dois drinques por semana para homens e mulheres), moderada (três a 14 para homens e três a sete para mulheres), ou alto (15 ou mais para homens e oito ou mais para mulheres). Os pesquisadores também avaliaram cada participante como consumidor excessivo de álcool ou não — definindo o exagero como mais de quatro drinques para homens ou mais de três para mulheres em

» Dose padrão equivale a 14g

Dose padrão de álcool é a unidade que define a quantidade de etanol puro contido nas bebidas alcoólicas. No Brasil, uma dose de bebida equivale a 14g de álcool puro, o que corresponde a 350 ml de cerveja (cerca de 5% de álcool), 150ml de vinho (aproximadamente 12% de álcool), ou 45ml de destilado (vodka, uísque, cachaça, gin, tequila, com cerca de 40% de álcool). O consumo moderado de álcool é uma dose por dia para mulheres e entre uma e duas para homens.

um único dia nos três meses anteriores ao atendimento.

Incidência

Mais de 3,1 mil participantes foram diagnosticados com doença coronariana durante o acompanhamento de quatro anos, e a incidência da condição aumentou na proporção dos níveis de ingestão de álcool. Entre as mulheres, aquelas que relataram alto consumo da substância tiveram um risco 45% maior de problemas cardíacos, em comparação às que bebiam menos, e apresentaram chances 29% maiores em relação ao grupo moderado.

A diferença foi maior entre pessoas

da categoria de consumo excessivo de álcool: as mulheres nessa classificação tinham 68% mais probabilidade de desenvolver doenças cardíacas do que aquelas que bebiam moderadamente. Homens com consumo global elevado apresentaram 33% mais risco de serem diagnosticados com essas enfermidades em relação aos que faziam uso moderado dos drinques.

Ricardo Cals, cardiologista do Hospital Santa Lúcia, em Brasília, destaca que a ingestão abusiva, tanto diária quanto esporádica, tem consequências em vários sistemas do organismo, principalmente no cardiovascular. “Aumenta a pressão arterial, a inflamação dos vasos sanguíneos e, consequentemente, a formação de placas nas artérias, elevando a chance de infarto e acidente vascular cerebral (AVC)”, enumera.

Para Cals, é indispensável na prática clínica questionar o paciente sobre esse hábito. “Eles tendem sempre a relatar um pouco menos do que costumam beber, então é importante explicar que isso pode levar a problemas. Às vezes, pensam que é só no fígado, mas a parte cardiovascular é bem relevante.”

Motivos

Fernando Costa, cardiologista da Beneficência Portuguesa (BP) de São Paulo, pontua que o tema tem mais uma relevância: entender por que as pessoas estão bebendo mais. O trabalho mostra

que as pessoas consomem mais álcool, mas os pesquisadores não perguntaram por que isso está acontecendo. Não são condições de prazer simplesmente. É uma condição que deve estar tentando tapar alguma ferida aberta. Precisamos entender qual é a motivação do aumento do uso da bebida alcoólica.”

Costa pondera que a quantidade de álcool ingerida no Brasil é assustadora. Segundo o Ministério da Saúde, o consumo excessivo passou de 18,4% para 20,8% entre 2021 e 2023. “Todas as propagandas levam a condições excepcionais de felicidade, de amor, de carinho, de progresso. Não é isso. Saúde tem preço, vida saudável, alimentação saudável, atividade física e prazer momentâneo com doses pequenas de bebidas alcoólicas.”

Fausto Stauffer, membro do Conselho Consultivo da Sociedade Brasileira de Cardiologia, detalha que a metabolização do álcool difere entre homens e mulheres devido às quantidades e atividade de uma enzima chamada de álcool desidrogenase (ADH). “O álcool consumido por homens é mais metabolizado no estômago e fígado do que nas mulheres, fazendo com que as concentrações sanguíneas sejam maiores no sexo feminino. Além disso, as mulheres têm uma quantidade de água corporal menor, fazendo com que haja maiores concentrações de álcool. Essas são as teorias mais aceitas para explicar o processamento desigual.”

DENGUE

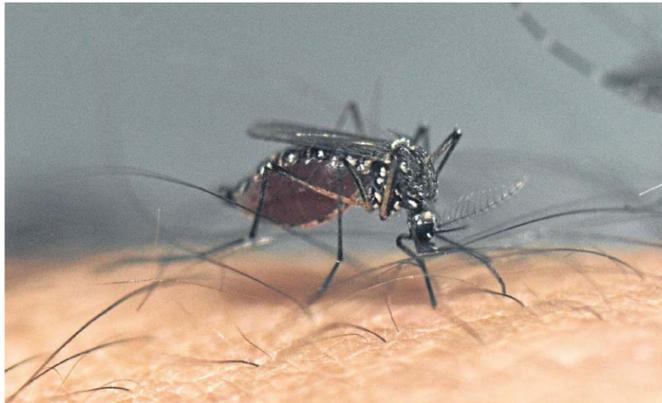
Vacina levará oito anos para ser efetiva

Os diagnósticos de dengue nas Américas tiveram um aumento significativo nos primeiros meses do ano, com números três vezes maiores do que os registrados no mesmo período do ano passado, conforme relatado pela Organização Pan-Americana da Saúde (Opas), ontem. Até 26 de março, mais de 3,5 milhões de casos e cerca de 1 mil mortes foram confirmados na região. Segundo a instituição, apesar de toda a América Latina e o Caribe estarem em alerta, as nações mais afetadas são o Brasil, com 83% dos casos, o Paraguai, com 5,3% e a Argentina, com 3,7%. Em uma coletiva de imprensa, o diretor da Opas, o brasileiro Jarbas Barbosa, afirmou que a vacinação para combater a doença pode levar até oito anos reduzir a transmissão. Cerca de 4 bilhões de pessoas,

metade da população mundial, vivem em áreas com risco de contrair dengue, segundo dados do Centro de Controle e Prevenção de Doenças dos Estados Unidos. Jarbas Barbosa reforçou que a doença está se espalhando: “Também observamos um aumento em países como Barbados, Costa Rica, Guadalupe, Guatemala, Martinica e México, onde a transmissão tende a ser maior no segundo semestre do ano”, disse.

Vários fatores ambientais e sociais contribuem para a disseminação da dengue, como o aumento das temperaturas, eventos climáticos extremos e o fenômeno El Niño. Além disso, o rápido crescimento populacional e a urbanização não planejada desempenham um papel fundamental: condições

AFP



Aedes aegypti, vetor da doença: metade da população mundial está suscetível

habitacionais precárias e falta de serviços adequados de água e saneamento propiciam a formação de locais de reprodução de mosquitos em recipientes descartados e outros objetos que acumulam água.

Vigilância

A organização mantém uma vigilância rigorosa da dengue na região e, nos últimos 12 meses, emitiu nove alertas epidemiológicos, fornecendo

orientações cruciais aos Estados-membros para a prevenção e controle da doença. A presença dos quatro sorotipos da dengue na região aumenta o risco de epidemias e formas graves da doença, devido à circulação simultânea de dois ou mais sorotipos, o que ocorre em 21 países e territórios das Américas.

Barbosa enfatizou a importância de medidas para prevenir e controlar a transmissão da dengue e evitar mortes, destacando que “apesar do aumento recorde de casos em 2023, a taxa de mortalidade por dengue na região permaneceu abaixo de 0,05%”. Ele observou que isso “é relevante, considerando os picos de casos observados desde então”.

O diretor da Opas recomendou a intensificação dos esforços para eliminar os criadouros de mosquitos, preparar os serviços de saúde para diagnóstico precoce e manejo clínico oportuno, e orientar a população sobre os sintomas da dengue, incentivando-a a procurar atendimento médico imediato quando necessário. “O combate à dengue é uma tarefa para todos os setores da sociedade”, ressaltou, pedindo “o envolvimento das comunidades para termos sucesso em nossos esforços”.