

# ALCOOLISMO, DESAFIO que intriga e persiste

Por ano, pelo menos 3 milhões de pessoas morrem devido ao consumo indevido de álcool. Com a pandemia da covid-19, aumentaram os casos. Medicamentos contra diabetes e obesidade mostram bons resultados no combate ao vício

» ISABELLA ALMEIDA

O alcoolismo é reconhecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma doença crônica e progressiva que afeta o corpo e a mente. Segundo a OMS, 3 milhões de pessoas morrem, anualmente, em decorrência do uso nocivo do álcool. No Brasil, apesar do abuso parecer regredir, a mortalidade tem crescido (**leia mais nesta página**). Novos estudos mostram que a pandemia da covid-19 agravou o problema, sugerem opções de tratamento e revelam mecanismos genéticos associados à questão.

Um trabalho realizado pela Universidade do Sul da Califórnia (USC), nos Estados Unidos, e publicado na revista *Annals of Internal Medicine*, mostra que o consumo de álcool aumentou consideravelmente durante a pandemia e persistiu por um longo tempo. A pesquisa, que analisou dados de mais de 24 mil adultos norte-americanos, indicou uma elevação de 20% no uso da substância durante o pico da emergência sanitária.

Esse aumento foi sustentado até 2022, com um crescimento contínuo no consumo de álcool. A elevação foi observada em diversas faixas etárias e etnias. O grupo mais afetado foi o de adultos entre 40 e 49 anos, que passaram a ingerir mais bebidas alcoólicas.

Brian Lee, hepatologista da Keck Medicine e principal pesquisador do estudo, frisou que os números revelam um problema alarmante de saúde pública. O aumento no consumo de álcool durante e após a pandemia pode ser atribuído a uma série de fatores, como o estresse relacionado à crise sanitária, a interrupção das rotinas cotidianas e o isolamento social. Ele enfatizou que as consequências do abuso são mais graves para quem tem menos de 50 anos, indivíduos que estão mais propensos a desenvolver complicações de saúde a longo prazo, como doenças do fígado e problemas psiquiátricos.

## Situação nacional

Elaine Keiko Fujisao, diretora médica da Neurogram, neurologista, neurofisiologista e membro titular das academias brasileiras de Neurologia e Neurofisiologia Clínica, destacou que o abuso de álcool prejudica a estrutura do cérebro e suas funções. "Há uma diminuição da substância cinzenta, que é responsável pelas funções cerebrais, podendo causar prejuízos às funções executivas, memória e atenção. Além disso, prejuízos na coordenação motora são bem conhecidos em alcoolistas pesados, sendo a atrofia cerebelar uma condição frequentemente associada".

Conforme Lucas Francisco Botequiro Mella, diretor científico da Associação Brasileira de Alzheimer, regional São Paulo, o uso contínuo e abusivo da substância também está relacionado a danos permanentes nos neurônios, o que causa demências alcoólicas. "Isso ocorre tanto pela ação direta do álcool sobre os neurônios quanto por consequências indiretas do comportamento de abuso

Marcelo Casal/Agência Brasil



Os mais afetados têm entre 40 e 49 anos, mas aqueles acima dos 50 sofrem com os impactos pelo longo período de consumo abusivo

## Palavra de especialista

### Rede de cuidados

"A rede de cuidados tem um papel muito importante. Quero destacar a função dos serviços de emergência, que frequentemente atendem pessoas com transtornos por uso de bebidas alcoólicas em quadros agudos. Esses momentos são janelas de oportunidade para encaminhá-las a um tratamento posterior. Coordeno um ambulatório dentro do hospital de clínicas onde atendemos pessoas com dependência de álcool. Há intervenções preventivas, que visam evitar que o uso de álcool se instale durante a juventude. Um segundo grupo de medidas busca impedir que o uso iniciado se torne problemático. Isso envolve uma série de intervenções, incluindo a importância de



Arquivo pessoal

informar à população sobre os danos associados ao uso de álcool."

**Renata Azevedo**, coordenadora do Ambulatório de Substâncias Psicoativas, da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp)

de álcool. Essas consequências indiretas incluem doenças vasculares no sistema nervoso, como microangiopatia e acidentes vasculares cerebrais."

Na outra mão, estudos mostram avanços no tratamento do transtorno. Recentemente, uma pesquisa da Universidade da Finlândia Oriental e do Instituto Karolinska, na Suécia, revelou novas esperanças. O ensaio investigou os efeitos de medicamentos usados contra diabetes e obesidade, como semaglutida e liraglutida, sobre o transtorno do uso de álcool.

Os resultados revelaram que essas drogas, conhecidas como agonistas

de GLP-1, foram associadas a uma redução significativa nas hospitalizações de pessoas alcoólatras. A semaglutida diminuiu o risco em 36%, enquanto a liraglutida mostrou uma eficácia de 28%.

De acordo com Markku Lähteen-vuo, as drogas além de reduzirem as hospitalizações relacionadas ao abuso da substância, minimizaram as internações por outros problemas relacionados ao uso de substâncias e até mesmo por doenças físicas gerais. Essas descobertas sugerem que os agonistas do GLP-1 podem ter um papel importante no tratamento do

transtorno de uso de álcool, embora mais pesquisas sejam necessárias para validar esses resultados em ensaios clínicos randomizados.

Olivia Pozzolo, psiquiatra e médica pesquisadora do Centro de Informações sobre Saúde e Álcool (Cisa), afirmou que esses remédios parecem reduzir o consumo de álcool ao modular os circuitos dopaminérgicos envolvidos na compulsão e no desejo. "Além de já serem amplamente utilizados e aprovados no controle da obesidade e diabetes, essa possível aplicação abre novas perspectivas para o manejo integrado de condições metabólicas e psiquiátricas."



**(Consumo excessivo de álcool gera) diminuição da substância cinzenta, que é responsável pelas funções cerebrais, podendo causar prejuízos às funções executivas, memória e atenção"**

**Elaine Keiko Fujisao**, diretora médica da Neurogram, neurologista, neurofisiologista e membro titular das academias brasileiras de Neurologia e Neurofisiologia Clínica

## » Negros são as principais vítimas

Recentemente, o Centro de Informações sobre Saúde e Álcool (Cisa) divulgou o 6º panorama sobre álcool e saúde dos brasileiros. Conforme a publicação, a população negra é a que mais perece em decorrência do uso de álcool no país, chegando a 10,4 mortes a cada 100 mil habitantes, uma taxa 30% maior em relação aos brancos. Conforme a edição, em 2023, houve 27 internações por 100 mil habitantes, metade do observado em 2010. No entanto, apesar da diminuição nas hospitalizações, a prevalência de óbitos aumentou de 3% para 6% no mesmo período. De acordo com os responsáveis pela pesquisa, esse aumento pode estar relacionado ao número crescente de internações de pessoas em quadros graves. A maioria dos pacientes hospitalizados em decorrência do uso de álcool, no ano passado, era formada por homens com idade entre 35 e 54 anos. No entanto, pessoas com 55 anos ou mais representaram 35% do total, um aumento de 13% em relação a 2010. As principais causas de hospitalizações foram dependência e doença hepática decorrente do alcoolismo, que, juntas, representaram mais da metade dos casos registrados.

Freepik



Exercícios físicos ajudam na busca pela cura: melhora física e mental

## Atividades físicas como tratamento

Atividade física é um remédio melhor do que se pensava para pacientes com distúrbios de abuso de álcool. É o que revela um estudo da Universidade Normal Lihong Zang, na China. A pesquisa, publicada na revista *Plos One*, mostrou que o exercício não apenas reduz a dependência do álcool, mas ainda melhora a saúde mental e física.

Após uma revisão da literatura científica, os pesquisadores verificaram que os resultados apontaram que as intervenções de exercícios têm um impacto positivo significativo na redução do consumo de álcool e na melhoria da saúde mental dos participantes dos estudos

avaliados. Segundo os pesquisadores, a variação cultural no contexto do vício também foi mencionada como um fator importante.

Conforme João André Sampaio, psiquiatra pelo Hospital Albert Einstein, em São Paulo, a prática de atividade física oferece diversos benefícios no tratamento e na prevenção do alcoolismo, tanto do ponto de vista fisiológico quanto psicossocial. "Pesquisas mostram que sessões curtas de exercícios aeróbicos podem reduzir imediatamente o desejo de consumir álcool, além de diminuir estados de humor negativo e ansiedade. Esses benefícios foram observados

tanto durante quanto após a prática do exercício, sugerindo que a atividade física pode ajudar a regular emoções que frequentemente desencadeiam recaídas em pessoas com distúrbios de alcoolismo".

Para os cientistas, as descobertas sugerem que a incorporação de atividades físicas pode ser uma estratégia eficaz no tratamento e na recuperação de pessoas com dependência de álcool. No entanto, os autores recomendam mais estudos que considerem diferentes contextos culturais e metodológicos para fortalecer ainda mais as conclusões e ampliar a aplicabilidade desse tipo de intervenção. (IA)