

# prevenção

CONSUMO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS CRESCE NO PAÍS, PREOCUPA AUTORIDADES E É ALVO DE POLÍTICAS DE PREVENÇÃO E CONTROLE

## Mais uma dose?

Fator de risco para neoplasias de boca, laringe, faringe e esôfago, além de outras doenças crônicas não transmissíveis, o álcool está associado a 4% dos óbitos por câncer, segundo o Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA). Ainda assim, o consumo de bebidas alcoólicas é socialmente aceito – e até estimulado. O resultado é a tendência de crescimento da prevalência desse comportamento na população brasileira – o que vem preocupando autoridades de saúde. De acordo com o levantamento Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel), re-

alizado anualmente com adultos residentes nas capitais brasileiras, o consumo abusivo de álcool subiu de 16,2%, em 2006, para 18%, em 2010.

O problema torna-se ainda mais grave quando as estatísticas refletem o comportamento dos jovens. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE), realizada em 2009 nas 26 capitais brasileiras e no Distrito Federal, 71% dos alunos do 9º ano – com idades entre 13 e 15 anos – já experimentaram bebidas alcoólicas. E mais: 27% deles consumiram álcool nos últimos 30 dias e quase 25% já vivenciaram episódios de embriaguez.

A pesquisadora Leticia Casado, chefe do Serviço de Edição e Informação Técnico-Científica da Coordenação de Educação do INCA, esclarece que o Ministério da Saúde define consumo abusivo de álcool para adultos como a ingestão de quatro ou mais doses para mulheres e cinco ou mais doses para homens, em uma mesma ocasião, nos últimos 30 dias – e que por uma dose entende-se uma medida-padrão de bebida destilada, uma taça de vinho ou uma lata de cerveja.



“Ultrapassar o limite recomendado significa certamente um risco para a saúde – que pode ser imediato, sob a forma de acidentes de trânsito ou atos de violência, ou de longo prazo, como o desenvolvimento de tumores ou doenças cardiovasculares. Além disso, por agir sobre o sistema nervoso central, o álcool ocasiona mudanças de comportamento que podem gerar mais fatores de risco para a saúde, como relações sexuais desprotegidas e o consumo de outras drogas”, alerta a pesquisadora.

“O consumo contínuo de álcool, mesmo em pequenas quantidades, é um fator de risco para a saúde. Isso se torna claro quando observamos o impacto do uso medicinal da substância”

LUÍZ PAULO KOWALSKI, diretor do Departamento de Cirurgia de Cabeça e Pescoço e Otorrinolaringologia do Hospital A. C. Camargo

O cirurgião oncológico Luiz Paulo Kowalski, diretor do Departamento de Cirurgia de Cabeça e Pescoço e Otorrinolaringologia do Hospital A. C. Camargo, em São Paulo, informa que, além da quantidade, a frequência da ingestão de álcool deve ser controlada. “O consumo contínuo de álcool, mesmo em pequenas quantidades, é um fator de risco para a saúde. Isso se torna claro quando observamos o impacto do uso medicinal da substância. Estudos recentes apontam que o uso regular de enxaguatórios bucais com álcool na fórmula – que não são ingeridos – eleva de três a quatro vezes o risco de desenvolvimento de câncer de boca”, relata.

Além dos riscos diretos para a saúde, o álcool é um facilitador dos efeitos do tabaco e influencia negativamente as condições nutricionais de quem bebe com frequência (e a alimentação não saudável também constitui fator de risco para o desenvolvimento de câncer, incluindo os tumores de cabeça e pescoço). “Álcool e tabaco formam uma combinação explosiva, que multiplica o risco de ocorrência de câncer. O consumo abusivo de álcool aumenta entre sete e oito vezes as chances de uma pessoa desenvolver câncer de boca. O tabagismo eleva esse risco em 15 vezes. O uso simultâneo das duas substâncias significa um risco, para o câncer de boca, de 80 a 150 vezes maior comparado a quem não bebe nem fuma”, explica Kowalski.

Em relação ao efeito protetor do vinho tinto no miocárdio, os especialistas são unânimes: o impacto é positivo para a saúde quando o consumo não ultrapassa uma taça da bebida por dia – o que muitas vezes não acontece. “As pessoas costumam exagerar na dose e até misturar o vinho tinto a outras bebidas. Dessa forma, o que seria um consumo saudável torna-se um importante fator de risco para o câncer de garganta, particularmente de orofaringe. Da mesma forma, de nada adianta tomar uma taça de vinho tinto por dia, fumar e alimentar-se basicamente de produtos industrializados”, pondera Kowalski.

O médico do Hospital A. C. Camargo explica que a toxicidade do álcool para o organismo humano varia de pessoa para pessoa. “Quando ingerido, o etanol presente na bebida alcoólica é transformado em acetaldeído, uma substância tóxica que é metabolizada em acetato, que não é tóxico. Em algumas pessoas, as enzimas que metabolizam o acetaldeído em acetato não funcionam muito bem, o que leva ao acúmulo da substância tóxica nas células”, esclarece. Por isso, a ingestão da mesma quantidade de bebida alcoólica pode ter efeitos diversos em pessoas diferentes. “No futuro, será possível determinar, com base na genética, os indivíduos mais e menos suscetíveis aos efeitos tóxicos do álcool e definir as pessoas que não devem, de forma alguma, consumir a substância”, garante Kowalski.

## CONTROLE DO ÁLCOOL

Os dados alarmantes sobre o consumo de álcool no Brasil, levantados pelo Ministério da Saúde, confirmam a urgência de políticas públicas nacionais para a prevenção do consumo excessivo de bebidas alcoólicas, especialmente as voltadas para a população mais jovem. Para responder a essa demanda, diversas ações vêm sendo planejadas e desenvolvidas, em níveis local e nacional. As diretrizes estão reunidas no Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil para o período 2012-2020, lançado em agosto pelo Ministério da Saúde e apresentado à comunidade internacional na Reunião de Alto Nível da Organização das Nações Unidas (ONU), em setembro.

A coordenadora-geral de Doenças e Agravos Não Transmissíveis da Secretaria de Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde, Deborah Malta, ressalta que o documento está em sintonia com as diretrizes preconizadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS). “O Plano lança as bases para um trabalho com ênfase em ações de prevenção e promoção da saúde, a partir dos quatro principais grupos de doenças crônicas não transmissíveis”.

veis – cardiovasculares, respiratórias, diabetes e câncer – e de seus fatores de risco, que podem ser modificáveis: alimentação não saudável, inatividade física, tabagismo e consumo abusivo de álcool”, apresenta Deborah.

“O álcool é socialmente aceito e estimulado. Da mesma forma que, em gerações passadas, pais incentivavam o tabagismo ao pedir que seus filhos acendessem seus cigarros”

LETÍCIA CASADO, chefe do Serviço de Edição e Informação Técnico-Científica da Coordenação de Educação do INCA

Entre as principais ações recomendadas pelo documento estão o aumento de impostos sobre as bebidas alcoólicas, com vistas à elevação dos preços e à consequente redução do consumo, e a intensificação da fiscalização de ações regulatórias essenciais, como a proibição da venda do produto a menores de 18 anos. “Também estão previstas ações de prevenção e promoção da saúde nas escolas, para redução do consumo de álcool e tabaco entre os adolescentes, e o adiamento da idade de experimentação dessas drogas”, completa Deborah.

Apesar dos avanços na definição do tema como prioridade para a saúde pública nacional, muitos desafios ainda se impõem, sobretudo em consequência da função social que o álcool representa na sociedade brasileira. “O álcool é socialmente aceito e estimulado. Da mesma forma que, em gerações passadas, pais incentivavam o tabagismo ao pedir que seus filhos acendessem seus cigarros, hoje o consumo de álcool é igualmente incentivado em momentos festivos, quando muitas crianças iniciam a experimentação, por exemplo, no Natal ou no réveillon. Por isso, ações educativas de longo prazo que objetivem a prevenção e a iniciação são tão importantes”, sintetiza Letícia.

“O Brasil já conquistou importantes avanços no controle do tabaco. Os esforços em relação ao álcool são recentes e estão ganhando força. Uma ação importante é o combate ao alcoolismo na adolescência – o consumo de álcool entre adolescentes e jovens é cada vez maior e nessa fase da vida as pessoas estão mais propensas a desenvolver o alcoolismo. É um esforço muito importante, que deve ser contínuo e mobilizar toda a sociedade”, diz Kowalski. ■

## ASSOCIAÇÃO COM O CÂNCER

*A relação entre álcool e câncer tem sido avaliada, no Brasil, por meio de estudos de caso-controle, que estabeleceram a associação epidemiológica entre seu consumo e cânceres da cavidade oral e de esôfago.*

*O uso combinado de álcool e tabaco aumenta ainda mais o risco de câncer nessas e em outras localizações, como faringe e laringe supraglótica. Além de agente causal de cirrose hepática, em interação com outros fatores de risco, como o vírus da hepatite B, o alcoolismo está relacionado a de 2% a 4% das mortes por câncer, já que está, também, na origem de cânceres de fígado e reto. Os estudos epidemiológicos têm demonstrado que o tipo de bebida ingerida é indiferente, pois o etanol é propriamente o agente agressor.*

*A multicausalidade é frequente na formação do câncer. O álcool em associação com o tabaco e residir na zona rural aumentam o risco de câncer de esôfago. Já a combinação álcool, tabaco, chimarrão, churrasco e cozimento de alimentos em fogão à lenha pode desencadear tumores na cavidade oral. Nessas duas associações, os fatores de proteção são, respectivamente, o consumo de frutas cítricas e vegetais ricos em caroteno.*

