

# ALCOOLISMO



Textos Técnicos/Didáticos  
Cemig Belo Horizonte

**CEMIG** GOVERNO  
DE MINAS | AQUI O TREM  
PROSPERA.

O álcool é a droga mais consumida do mundo, responsável pela morte de mais de 3 milhões de pessoas por ano. É considerado um grande obstáculo aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), da Organização das Nações Unidas (ONU), para atingirmos, em 2030, um mundo melhor para todos os povos e nações.

## O consumo de álcool causa danos à saúde e ao bem-estar, perdas econômicas, sociais e ambientais:

✓ Fator de risco para doenças infecciosas (ex.: tuberculose, covid-19, HIV) e doenças não transmissíveis (ex.: câncer, diabetes, doenças cardiovasculares, pancreatite e doenças no fígado).

✓ Fator de risco para tabagismo, alimentação não saudável e sedentarismo.

✓ Sobrecarga do sistema de saúde.

✓ Aumento de assédio e violência, especialmente violência contra as mulheres.

✓ Aumento da vulnerabilidade à pobreza e insegurança alimentar.

✓ Aumento da exclusão social.

✓ Aumento do risco de desemprego.

✓ Aumento do risco de acidentes.

✓ Mortes e invalidez.

✓ Ameaça à segurança da água devido à grande quantidade utilizada na cadeia produtiva de substâncias alcoólicas.

✓ Custos econômicos, sobretudo pela perda de produtividade.



## **Provavelmente você já ouviu a frase “Beba com moderação”.**

Quando o assunto é bebida alcoólica, tenha cuidado, pois o álcool é uma substância que atua no funcionamento do cérebro, podendo causar dependência e levar ao alcoolismo.

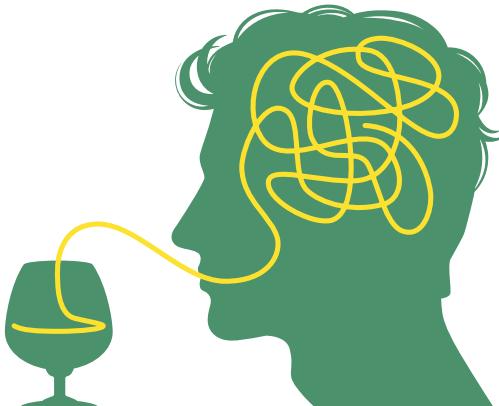


## **O que é alcoolismo?**

O alcoolismo é a dependência de álcool, que se manifesta com sintomas físicos e psíquicos em situações de abstinência (privação do uso da substância). Há inúmeros fatores de origem biológica, psicológica e sociocultural que podem desencadear o uso nocivo do álcool.

## **Como identificar a dependência do álcool?**

O limite entre o consumo social e problemático é pequeno, e a transição de beber moderadamente para o alcoolismo é lenta, podendo levar anos. O objetivo desta cartilha é apresentar alguns comportamentos comuns da dependência do álcool. Para a análise dos sintomas e diagnóstico da doença, é necessário buscar apoio especializado.



## **Comportamentos comuns do alcoolismo:**

- ✓ Necessidade (grande desejo) de consumir bebidas alcoólicas.
- ✓ Falta de controle para entender quando parar de beber.
- ✓ Insistência em consumir álcool, mesmo tendo conhecimento dos seus efeitos negativos.
- ✓ Tolerância ao álcool, tendo que consumir cada vez mais para experimentar seus efeitos.
- ✓ Distúrbios alimentares, podendo ocorrer inibição da vontade de comer.
- ✓ Distúrbios de sono, como insônia ou sonambulismo.
- ✓ Perda de interesse, gradual e progressiva, pelo convívio social e atividades da rotina.
- ✓ Alterações de humor.
- ✓ Dificuldades e cansaço para raciocinar, podendo gerar confusão mental e até mesmo alucinações.
- ✓ Falta de cuidados pessoais e baixa autoestima.
- ✓ Ansiedade, náusea, suor ou tremores em situações da falta da bebida.
- ✓ Problemas no funcionamento dos órgãos, como fígado, pâncreas e rins, e alteração no metabolismo.

## Alcoolismo tem cura?

O alcoolismo é tratável, mas não tem cura. Significa que a pessoa que possui a relação de necessidade do álcool e a falta de controle com a bebida deve se cuidar constantemente e pelo resto da vida para evitar recaídas.

O tratamento varia de acordo com as características do paciente e do estágio e gravidade da doença. As principais estratégias de tratamento incluem **rede de apoio, terapia, medicações e programas de reabilitação e de desintoxicação**.

## Onde buscar apoio?

O Sistema Único de Saúde (SUS) oferece serviços e programas gratuitos voltados para atender as pessoas com necessidades decorrentes do uso prejudicial do álcool. Em sua cidade, busque pelo **Centro de Atenção Psicossocial (CAPS)**, formado por uma equipe multiprofissional e aberto para toda a comunidade.

Há também os **Alcoólicos Anônimos (A.A.)**, um movimento gratuito, nacional e sem nenhum tipo de vínculo (religioso, político ou organizacional) que reúne pessoas para compartilhar entre si suas experiências, esperanças e se apoiarem.

Veja mais informações em <https://www.aa.org.br>



### Atenção!

Em situações de emergência, ligue:  
**Samu – 192**  
**Corpo de Bombeiros – 193**



