



## ÁLCOOL

### *SEDATIVO, NATURAL E LÍCITO*

O álcool é uma substância lícita, obtido a partir fermentação ou destilação da glicose presente em cereais, raízes e frutas. O álcool está presente em quase todas as culturas e participa plenamente do cotidiano da humanidade. É também a substância que mais causa danos à saúde, causa dependência e possui um quadro de abstinência que pode levar ao óbito, se não tratada. Por outro lado, consumo diário em baixas doses é protetor contra doenças cardiovasculares, mas essa prática não deve ser estimulada como 'método preventivo'.



Estudos brasileiros apontam que boa parte dos estudantes do ensino fundamental e a imensa maioria dos estudantes do ensino médio experimentam bebidas alcoólicas antes do término destes ciclos. Dessa forma, o álcool (ao lado do tabaco) devem ser as substâncias a merecerem maior atenção por parte dos educadores e outros profissionais.



### **AÇÃO NO CÉREBRO**

O álcool ingerido é absorvido rapidamente por qualquer mucosa do trato gastrointestinal (da boca ao intestino). No cérebro, começa atuando como ansiolítico, provocando um quadro de euforia e bem estar. O aumento da dose, porém, leva à depressão do sistema, causando sonolência, sedação, incoordenação motora e relaxamento muscular. Doses extremamente elevadas podem levar ao coma.



O início dos efeitos da ingestão do álcool está condicionado a diversos fatores. A presença de alimentos no estômago diminui a velocidade de absorção. Bebidas frías e licorosas são absorvidas com maior rapidez. A velocidade da ingestão também interfere: quanto mais rápido se bebe, mais prontos e intensos serão os efeitos.



## DANOS À SAÚDE

O álcool tem ação tóxica direta sobre diversos órgãos. As complicações mais frequentes são as gastrites, úlceras [**estômago**], hepatite, esteatose (fígado gorduroso), cirrose [**fígado**], pancreatite [**pâncreas**], demência, anestesia e dor e diminuição da força muscular nas pernas (neurites) [**sistema nervoso**] e doenças do coração, com risco de infarto, hipertensão e derrame cerebral [**sistema circulatório**]. O álcool também aumenta o risco de câncer no trato gastrointestinal, na bexiga, na próstata, garganta e outros órgãos.

## SÍNDROME DE ABSTINÊNCIA

Inicia-se horas após a interrupção ou diminuição do consumo. Os tremores de extremidade e lábios são os mais comuns, associados a náuseas, vômitos, sudorese, ansiedade e irritabilidade. Casos mais graves evoluem para **convulsões** e estados confusionais, com desorientação temporal e espacial, falsos reconhecimentos e alucinações auditivas, visuais e táteis (**delirium tremens**).

A dependência, com surgimento da síndrome de abstinência, aparece alguns anos após o uso diário e intenso de álcool, acometendo indivíduos com mais de vinte anos. Desse modo, este não é um quadro muito observado nas escolas. Nestes ambientes os educadores devem estar mais atentos para o uso nocivo.

### INTOXICAÇÃO AGUDA PELO ÁLCOOL

#### EFEITOS FÍSICOS:

- \* aumento da diurese
- \* redução dos reflexos
- \* marcha cambaleante
- \* náuseas e vômitos
- \* **overdose:** coma, devido à ação do álcool nos centros cardíaco e respiratório do cérebro.

#### EFEITOS PSÍQUICOS:

- \* desinibição e euforia em baixas doses, evoluindo para a sedação, conforme o aumento da dose.
- \* Afeto instável, podendo alternar episódios de euforia, tristeza, choro, irritação e impulsividade.
- \* Prejuízos da memória, atenção e concentração.

