

Consumo de Álcool em Portugal: Precisamos de Fazer Mais

Alcohol Consumption in Portugal: We Need to Do More

Palavras-chave: Alcoolismo; Consumo de Álcool/prevenção e controlo; Cuidados de Saúde Primários

Keywords: Alcohol Drinking/prevention and control; Alcoholism; Primary Health Care

Caro Editor,

No artigo “Tratamento Farmacológico da Síndrome de Abstinência Alcoólica”, publicado no número de abril de 2022 da Acta Médica Portuguesa,¹ Teixeira refere que Portugal está entre os países com maiores taxas de consumo de bebidas alcoólicas, encabeçando os países europeus em dados de 2018.^{1,2}

Tendo em conta estes números, percebe-se que é fundamental detetar precocemente os indivíduos com consumo alcoólico de risco, de forma a intervir antes do surgimento de consequências nefastas na saúde individual e sociofamiliar, papel para o qual os profissionais dos Cuidados de Saúde Primários (CSP) são particularmente convocados.^{3,4}

Potenciado pelo período pandémico, o álcool voltou a estar na ordem do dia, sobretudo na Psiquiatria e nos CSP, tendo em conta o isolamento, o sofrimento psicológico e a ausência de um conjunto de estratégias de *coping* que esta fase das nossas vidas realçou.⁵ A prática clínica e os múltiplos relatórios nacionais demonstram que, apesar de significativos, os números divulgados se associam, ainda assim, a um subdiagnóstico do consumo excessivo de bebidas alcoólicas,³ dificultando a perceção da real dimensão deste problema de saúde pública e o desenho de medidas de intervenção que sejam realmente adequadas.

A contribuir para este subdiagnóstico estão o estigma

e a vergonha gerados por comportamentos disfuncionais de consumo ou outros achados psicossomáticos associados, que não raras vezes levam à ocultação de sintomas por parte dos consumidores e, conseqüentemente, a uma maior dificuldade na identificação do problema.⁵ Por isso, é essencial manter um elevado nível de suspeição para o consumo alcoólico de risco e suas conseqüências, aplicando rotineira e ativamente as ferramentas disponíveis, nomeadamente o questionário AUDIT, que está devidamente validado para a população portuguesa e que, através de poucas perguntas, permite diagnosticar e intervir precocemente.¹

Apesar dos resultados já alcançados e que apontam um caminho positivo no combate ao alcoolismo, o grande desafio atual passa pela antecipação do diagnóstico, essencialmente através do desenho de estratégias preventivas,² sobretudo ao nível da prevenção primordial e da prevenção primária. Até porque não é preciso muito para fazer a diferença, uma vez que os resultados publicados nos principais estudos levam a concluir que cinco a 10 minutos de aconselhamento simples permitem reduzir o consumo de álcool em 25% - 35% no período de seis a 12 meses e uma diminuição de cerca de 45% na proporção de consumidores excessivos.³

Esta é, portanto, uma luta que continua a valer a pena e que conta com todos.

CONFLITOS DE INTERESSE

O autor declara não ter conflitos de interesse relacionados com o presente trabalho.

FONTES DE FINANCIAMENTO

Este trabalho não recebeu qualquer tipo de suporte financeiro de nenhuma entidade no domínio público ou privado.

REFERÊNCIAS

1. Teixeira J. Tratamento farmacológico da síndrome de abstinência alcoólica. Acta Med Port. 2022;34:286-93.
2. Ministério da Saúde. Retrato da Saúde, Portugal. Lisboa: MS; 2018.
3. Gomes CM. A medicina geral e familiar e a abordagem do consumo de álcool – detecção e intervenções breves no âmbito dos Cuidados de Saúde Primários. Lisboa: Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa; 2010.
4. Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências. Relatório anual 2018 - a situação do país em matéria de álcool. Lisboa: SICAD; 2019.
5. Araújo A, Pereira AT, Cesário-Reis C, Nascimento L, Pina C, D'avó J, et al. Impulsividade, tríade negra e álcool: estudo transversal numa amostra de doentes internados na Unidade de Alcoologia de Coimbra. Rev Port Alcool. 2021;2:11-28.

Francisco SANTOS COELHO✉¹

1. Unidade de Saúde Familiar Valongo. Porto. Portugal.

✉ Autor correspondente: Francisco Santos Coelho. franciscomscoelho@hotmail.com

Recbido/Received: 03/04/2022 - Aceite/Accepted: 13/04/2022 - Publicado/Published: 01/06/2022

Copyright © Ordem dos Médicos 2022

<https://doi.org/10.20344/amp.18357>

