

BEBER EM BINGE

Andréa Beatriz Veiga Coelho

Aluna do Curso de Formação de Terapeutas em Dependência Química na Clínica Dr Jorge Jaber

andreaabeiga@icloud.com

RESUMO

Os efeitos cardiovasculares provocados pelo consumo do álcool já são bem conhecidos. Suas consequências danosas tanto para o organismo, como para a sociedade também. Seu consumo pesado, moderado, crônico...são amplamente estudados e debatidos.

Mas, foi na década de 70, que Philip Ettinger, descreveu, a síndrome de perturbação aguda do ritmo cardíaco (mais frequentemente fibrilação atrial), em pessoas saudáveis e sem doença cardíaca conhecida, após o uso abusivo de bebidas. Onde a concentração do álcool é grande, em um curto espaço de tempo, a isso se dá o nome de " BINGE ALCOÓLICO ".

Como inicialmente esses fatos foram observados mais frequentemente após finais de semanas e feriados, Ettinger, passou a descrever a síndrome como " Síndrome do Coração Pós-Feriado " (HHS)

Beber em binge, é uma prática muito utilizada e vem crescendo muito, principalmente entre adolescentes e estudantes universitários. Fazendo-se necessário uma maior atenção, no que se diz respeito a promoção de medidas preventivas.

Esse artigo, tem como finalidade, revisar de forma sucinta, os riscos existentes no binge alcoólico. E uma maneira eficaz de conscientização e prevenção.

PALAVRAS-CHAVE: Binge Alcoólico, Alteração do Ritmo Cardíaco, Advertência para os Riscos, Promoção de Medidas Preventivas

INTRODUÇÃO

Já vem de longe, uma grande preocupação com o consumo de bebidas alcoólicas. Principalmente, porque o álcool é a substância de abuso mais comercializada. É uma das poucas substâncias psicotrópicas, que tem o seu consumo legalizado. E para agravar a situação, é incentivado pela sociedade. A sua ingestão excessiva está associada tanto a ocorrência de acidentes, como ao surgimento e/ou agravamento das mais diversas doenças.

Existe uma preocupação crescente, em relação a ingestão de bebidas alcoólicas no Brasil. Pois algumas observações apontam que indivíduos estão criando o hábito de concentrar o consumo de bebidas, em fins de semanas. Se for feita uma média semanal, pode até ficar adequado. Mas, o que tá acontecendo, é que se consome muito, num curto espaço de tempo, caracterizando o binge alcoólico. Que é o consumo de mais de 5 doses para homens e mais de 4 doses para mulheres, em uma só ocasião (LARANJEIRAS RR, 2007).

DESENVOLVIMENTO

No Brasil, "binge alcoólico" ainda é uma tradução não unânime da expressão "binge drinking", sendo assim, alguns estudos já utilizam outras expressões como "beber se embriagando", ou "padrão binge de uso de álcool", porém todos tem o mesmo significado.

O álcool parece ser capaz de causar arritmias cardíacas em pessoas saudáveis, quer após a ingestão aguda excessiva de álcool (binge drinking), ou por ingestão crônica. Arritmias devido ao consumo excessivo de álcool tem sido descritas como "Síndrome do Coração Pós-Feriado" (HHS). Para que essa condição seja diagnosticada mais facilmente, é importante esclarecer a comunidade médica e a população em geral, para os perigos da HHS.

Foi na década de 70, que Ettinger, notou uma associação entre pacientes agudamente intoxicados e arritmias cardíacas. Embora, os livros não sugerissem que o álcool poderia causar arritmias cardíacas em indivíduos não alcoólicos aparentemente saudáveis. Mas, em 1978, o termo foi introduzido oficialmente por Ettinger e Cols. Onde foi descrito a ocorrência de uma perturbação aguda do ritmo cardíaco em pessoas aparentemente saudáveis, após um "binge drinking". Após a abstinência essa perturbação desapareceu, não deixando doença cardíaca residual. Notou-se que isso acontecia mais frequentemente após finais de semanas e feriados, onde existe uma relação com o aumento do consumo de álcool (daí vem a explicação para o nome). Vale ressaltar, que nem sempre o consumo intenso de álcool, causará arritmias. A fibrilação atrial (FA) é a arritmia cardíaca mais comum na síndrome, embora existam outros tipos bem menos frequentes, como taquicardia atrial paroxística...

Após ETTINGER, vários outros autores passaram a descreve-las.

ENGEL e COLS, testaram a vulnerabilidade à FA após o consumo de uísque.

THORNTON, mostrou casos de arritmia cardíaca após a ingestão de álcool em pessoas que não consomem álcool regularmente.

KRISHNAMOORTHY e COLS, concentraram-se não apenas no álcool, mas também no uso de drogas ilícitas, confirmando o álcool como grande desencadeador para FA. E confirmou a abstinência como medida profilática.

Isso só para citar alguns autores.

No Brasil, a VIGITEL, foi um sistema contínuo de monitoramento de fatores de risco e proteção para doenças crônicas, feito por inquérito telefônico. O consumo de bebidas alcoólicas é um dos temas investigados, permitindo assim uma avaliação do padrão do consumo de álcool. Onde se leva em questão a frequência e a quantidade. Foram efetuadas várias versões, onde alterações eram feitas no intuito de adequar os limites máximos (a respeito das doses), e assim não perder a comparabilidade mínima com o padrão internacional. Esse trabalho dava a possibilidade de estimar dados importantes sobre consumo, e identificar as características sócio demográficas associadas ao consumo da população. Aqui, esse artigo, não tem a finalidade de explicar todo o processo feito pela VIGITEL, apenas indicá-la como um fator importante de ajuda, quando se trata de promoção das medidas preventivas.

Alguns trabalhos utilizam, o teste recomendado pela OMS, para identificação de problemas relacionados ao consumo de bebidas alcoólicas (AUDIT), não só no Brasil, como também em vários países. Onde além da frequência e dose, também questionam sobre falta de controle no consumo, não cumprimento de compromissos, esquecimento, arrependimento, preocupação de outras pessoas e envolvimento em casos de violência e acidentes. O conhecimento sobre as características da população, auxilia no planejamento em saúde.

A falta de uma política pública integrada, (já que os órgãos governamentais, na maioria das vezes atuam isoladamente), possuem dificuldades de colocar em prática as suas propostas. Existem palestras, simpósios e até mesmo encontros científicos sobre o tema, mas são poucas as intervenções preventivas implantadas de fato. As implementações que avançam, podem acabar ou serem substituídas, com a mudança de governo, é difícil haver uma continuidade do processo anterior. Isso parece, mesmo que discretamente, estar mudando, já que o número de intervenções vem aumentando.

Já que " beber em binge ", vem se tornando cada vez mais usual entre adolescentes e universitários, seria de suma importância uma ação maciça de prevenção primária.

Prevenção Primária (OMS, 1992)

" É o conjunto de ações, que procuram evitar a ocorrência de novos casos, de uso abusivo de psicotrópicos, ou até mesmo um primeiro uso. "

Nesse tipo de intervenção, a divulgação de informações é o mais usado, mas existem outros modelos, como ofertas alternativas esportivas e culturais. Um fator importante é o respeito que se deve ter pelas características e as necessidades da comunidade, onde se pretende atuar. Ainda

existem também as Prevenções Secundária e Terciária (OMS,1992), ambas utilizadas em casos mais avançados de comprometimento. Como, ações para evitar complicações para pessoas que fazem uso ocasional com um nível baixo de problemas, e ações para evitar prejuízos adicionais para quem já possui sérios problemas de uso abusivo, respectivamente.

CONCLUSÃO

Não podemos nos esquecer que o álcool é a substância psicotrópica mais utilizada, e o consumo inadequado desta droga acarreta diversos prejuízos à saúde, assim como origina problemas sociais e econômicos para o país.

Anúncios comerciais e a permissividade social contribuem para a prática do "binge alcoólico", principalmente entre jovens. É muito importante que os médicos reconheçam a HHS, agilizando assim o diagnóstico e evitando que investigações complexas sejam feitas, atrasando o mesmo. Principalmente se o paciente não apresentar evidências de patologias cardíacas e apresentar sinais de intoxicação alcoólica.

Uma vez constatada a HHS, é muito importante recomendar a abstinência do álcool, para se evitar reincidências.

A implementação de programas educativos, de conscientização do uso nocivo do álcool, pode ser um primeiro passo para a orientação quanto ao consumo responsável de bebidas alcoólicas, ou simplesmente se abster do seu consumo.

BIBLIOGRAFIA

Tabagismo e consumo de álcool em estudantes universitários: Prevalência e fatores associados. TR Ramis, GI Mielke, ... Rev. Bras. Epidemiol [internet] 2012 jun; [cited] 2017 mar 20.

O uso de drogas psicotrópicas e a prevenção no Brasil. AR Noto, JC Galduróz - Ciência e saúde coletiva, 1999 – SciELO Public Health

Consumo de bebidas alcoólicas na população adulta brasileira: Características sócio demográficas e tendências. EC Moura, DC Malta - Revista Brasileira de Epidemiologia 2011 – SciELO Public Health

Prevalência da ingestão de álcool nos adolescentes: Estudo Pinga
A Reis, J Barros, C Fonseca, L Parreira, ...Revista Portuguesa de 2011 – SciELO.mec.pt

Prática de binge alcoólico entre estudantes universitários

IE Pontes Feijão, HA de Carvalho Sampaio, ... – Revista Brasileira em ..., 2012 – redalyc.org.br

A prática de binge drinking entre jovens e o papel das promoções de bebidas alcoólicas: uma questão de saúde pública. ZM Sanches – Epidemiologia e Serviços de Saúde, 2017 – SciELO Public Health – scielosp.org

O consumo de álcool e a qualidade de vida de universitários da área de saúde

JR Faria, MG Ferreira, LL Garcia, ... – Arq Cienc ..., 2014 – repositorio-racs.famerp.br