

REPORTAGEM ESPECIAL

ALCOOLISMO

MULHERES BEBEM MAIS, E CADA VEZ MAIS CEDO

Para especialistas, sobrecarga de atividades é um dos motivos

✎ **KATILAINE CHAGAS**
kchagas@redgazeta.com.br

– Quantos anos a senhora tem?

– Dez.

– Dez? – pergunto surpresa ante a voz aparentemente sexagenária do outro lado do telefone.

Mas logo Selina, 62 anos, explica:

– Faz dez anos que voltei a viver.

Há uma década Selina se mantém firme no objetivo de hoje, e só por hoje, evitar o primeiro gole. Ela sabe que sucumbir é o suficiente para desencadear todos os problemas e dramas de quem é dependente químico.

Selina faz parte de uma gama de mulheres que sofre de alcoolismo, problema que atinge 3,6% das consumidoras de álcool. Estudos mostram que o número de mulheres que bebe não cresceu. Mas o consumo individual, sim. E o aumento percentual entre elas foi maior.

De 2006 para 2012, houve crescimento de 34,5% entre as que confirmavam beber uma vez por semana ou mais. Entre os homens, esse índice foi de 14,2%, segundo o último Levantamento Nacional de Álcool e Drogas (Lenad), ligado à Universidade Federal de São Paulo (Unifesp).

E, com isso, cresceu também a procura por ajuda. “Ainda atendemos mais homens. Mas o número de mulheres usuárias aumentou muito, com predominância das de menos de 30 anos”, afirma Anelise Gorza, diretora do Centro de Atenção Psicossocial - Caps IIIAd, referência no Estado por ser o único com leitos para internação.

ELA ACEITOU AJUDA

“EU
BEBIA 24
HORAS”

Selina (nome fictício)
62 anos

Vício após perda do filho

✎ Venho de uma família alcoólica. Aos domingos, nas reuniões de família, eu e meus primos pegávamos o fundinho de copo de todo mundo. Tanto eu quanto meus primos nos tornamos alcoólicos. Como eu não sabia que tinha predisposição para o alcoolismo, fui aumentando o consumo. A perda do meu filho aos 19 anos

Conclusões do Lenad confirmam a percepção de Anelise Gorza. “Mulheres e especialmente as mais jovens são a população mais em risco, apresentando maiores índices de aumento entre 2006 e 2012 e bebendo de forma mais nociva”, diz trecho da pesquisa.

MOTIVAÇÕES

Antes de levantar razões que expliquem o aumento, é preciso deixar algo claro. Alcoolismo não é vício, não é sinal de mau caráter nem de “sem-vergonhice”, como quem sofre do proble-



FERNANDO MADEIRA

(em 1994) me levou a beber muito mais e, com um bebê de um ano de idade, filha dele, depen-

dendo de mim. O ano de 2007 foi o auge do meu alcoolismo. Já tinha perdido meu filho. Meu ma-

rido perdeu o emprego naquele ano e entrou numa depressão. Não tínhamos uma renda. A

renda era o trabalho dele. Não tinha dinheiro do arroz mas tinha o da bebida. Ele que procurou o Alcoólicos Anônimos para mim. Eu bebia 24 horas. Não comia. Meu marido é uma pessoa muito paciente, muito boa. E ele me levou ao grupo embriagada mesmo. Queria ouvir alguém me dizendo como beber controladamente. E não ouvi isso na reunião. Eu queria aprender a beber, não queria parar. Uma pessoa, que chamamos de padrinho, sugeriu internação. Aceitei na hora. Faz dez anos que eu nasci. Estou dando continuidade para evitar o gole só por hoje. É uma doença incurável, porém pode ser vencida. São 12 passos. Só o primeiro é sobre o álcool, todos os outros são de reformulação de vida. Então depende só de você.

ma, seja homem, seja mulher, está acostumado a ouvir. Alcoolismo é doença.

“É uma compulsão, uma desordem psíquica. Não se nasce alcoólico. Sempre tem algum gatilho emocio-

nal, que pode ser psíquico, familiar, econômico”, exemplifica Anelise.

E é uma droga lícita socialmente aceita e estimulada. Quem não bebe sempre vai ter um relato de surpresa alheia para contar. E esse estímulo começa, geralmente, dentro de casa.

“Comecei a beber com 13 anos. Minha família é alcoólatra. Meus pais e irmãos bebiam muito. Todos os natais tinha muita bebida”, confirma Diana, 46 anos, frequentadora do Alcoólicos Anônimos (AA).

A coordenadora do Pro-

grama de Atendimento ao Alcoolismo, do Hospital das Clínicas, Maria da Penha Zago Gomes, avalia que hoje “enxerga-se mais a mulher que bebe”. “Antigamente, a mulher que abusava do álcool tinha muita vergonha. Você não via a mulher que abusava.”

Ela explica que o alcoolismo é uma doença heterogênea, com origens diversas, entre elas psiquiátricas, neurológicas, alterações psicológicas. “As mulheres que são alcoólicas geralmente são as que mais têm alterações psiquiátricas”, diz Penha Za-

go. Entre elas está, principalmente, a depressão.

“Na mulher alcoólista, é muito mais frequente observar diagnóstico de depressão antes do uso do álcool e que ela começou a usar o álcool como um escape”, esclarece Penha Zago.

Além disso, sobre as mulheres pesam fatores sociais que podem reforçar o quadro acima. “Muitas ficam só com os filhos, acumulam funções, são as chefes da família. E há a diferença de remunerações entre homens e mulheres”, cita Anelise.

“Isso tem colocado as



Aumento da quantidade de mulheres que bebem uma vez por semana, de 2006 a 2012

VISÃO DISTORCIDA

Alcoolismo não é vício, não é sinal de mau caráter nem de “sem-vergonhice”. É doença, alertam especialistas

CONSTRANGIMENTO

Vergonha ainda é muito presente entre as mulheres que sofrem de alcoolismo, o que as impede de pedir ajuda

PROFISSIONAL DA SAÚDE

“PERDI O DOMÍNIO DA MINHA VIDA... UMA VEZ QUEBREI A MINHA CASA”

Jéssica (nome fictício)
67 anos

Primeiro gole no baile da faculdade

« Era muito tímida. Via que quando ingeriam álcool, as pessoas ficavam alegres. Na faculdade tinham bailinhos, experimentei um chope. Achei meio amargo mas gostei do efeito dele em mim. Então já pedi outro. Mas depois já ficava doida para chegar o fim de semana para ir para o bailinho beber. E foi a faculdade toda assim. Os últimos cinco anos de bebedeira foram terríveis. Perdi o domínio da

minha vida. Já não trabalhava na sexta-feira. Na realidade não parava na hora que eu queria. Como um golinho ia me derrubar? Como aceitar que o primeiro gole modificava o meu raciocínio? Eu, uma profissional da saúde? Uma vez quebrei minha casa e fui parar na casa da minha mãe. Meu cunhado falou do Alcoólicos Anônimos. Meu sonho de consumo era aprender a beber três cervejas e a sede passar. Mas eu não consegui, eu tenho uma doença. Mas aprendi que uma dose era pouco e que mil não bastavam. Isso foi há 25 anos.



GUILHERME FERRARI



GUILHERME FERRARI

“O número de mulheres usuárias de álcool aumentou muito, com predominância das de menos de 30 anos”

—
ANELISE GORZA
DIRETORA DO CAPS

mulheres em situações que de certa forma legitimam o uso do álcool”, explica a coordenadora do Caps III AD.

VERGONHA

Entre elas, é comum também o relato de constrangimento para buscar ajuda. “É muito comum a mulher sentir vergonha de falar com outras pessoas. Ela é taxada de sem-vergonha, mulher safada e promíscua. Mas é um estigma do alcoolismo. A sociedade não percebe o alcoolismo como uma doença. Percebe o alcoolismo como um problema de caráter”, lamenta Diana, 46.

A assistente social e professora do Departamento de Serviço Social da Ufes Maria Lúcia Garcia relata outra di-

ficuldade das usuárias de álcool ao buscarem tratamento: “Se a mulher tem filhos, não há espaço nem condições para lidar com a presença de crianças. Uma mulher me contou uma vez que foi procurar ajuda e a secretária perguntou se ela estava indo marcar para o marido. Já há expectativa de que o

paciente seja o homem”.

COMO IDENTIFICAR

Não vai ser a quantidade ingerida nem o tempo de consumo que vai necessariamente apontar a dependência química. Entre os sinais estão mal-estar intenso, quando a pessoa fica sem ingerir a bebida, além de insônia e pesadelos. “Quando bebe, melhora”, exemplifica Penha Zago. Ou bem resumidamente, se o consumo da bebida fragiliza trabalho, família, saúde física e psíquica, é hora de pedir ajuda.

COMO TRATAR

O alcoolismo é uma doença passível de recaídas, como é característica de dependência química.

“Por isso, o lema é ‘só por hoje’ porque hoje eu estou bem, mas de repente pode haver algo que me leve ao primeiro gole”, diz Selina.

O psicólogo Luiz Roberto Salarini, especialista em dependência química, explica que é sugerido ao paciente, primeiro, o tratamento ambulatorial, com variadas psicoterapias. “Pode ser feito com acompanhamento psiquiátrico, médicos, dependendo do grau, alguma medicação. E, por último caso, se o paciente não dá conta do atendimento ambulatorial, a internação”, diz Luiz.

Anelise explica que a medicação é para tratar questões psíquicas, como depressão, e os sintomas da abstinência. De qualquer forma, no tratamento o objetivo é identificar os problemas que levaram ao uso danoso da substância e tratá-los.

Sarah, 52 anos, está em meio a sua jornada. Usuária de álcool há 10 anos, ela ainda não conseguiu parar de vez, mas segue na luta há dois meses, quando começou a frequentar o Caps III. Sua meta é chegar ao ponto que Diana e Jéssica estão, felizes por poderem dizer que, hoje, foi mais um dia vencido. E Selina garante: “É possível”.

RECUPERAÇÃO

“ESTOU NO CAMINHO CERTO”

Sarah (nome fictício)
52 anos

Ela luta para vencer dependência

« “Comecei a beber há 10 anos. Há 13 anos me separei, minha filha saiu de casa, e sempre tive um histórico de depressão. Depois de uns dois anos comecei a sair mais. E, nessa experiência, comecei a beber cerveja. Com o tempo, isso foi me causando a dependência. Precisava do álcool para me divertir. Chegou a um ponto que vi que precisava de ajuda. Há dois meses comecei no Caps. Não vou dizer que dei totalmente, mas estou no caminho certo.”

Álcool tem efeito diferente

« Mulheres e orientais possuem algo em comum que os diferenciam quando o assunto é a forma de digerir o álcool. “Na mulher e no oriental, normalmente a dose tóxica do álcool é metade da dose para o homem”, afirma o gastroenterologista Fabiano Quarto.

Ele explica que homens produzem uma enzima que faz com que o álcool seja metabolizado, degradado, no estômago. Ou seja, nesse caso, a questão é mesmo genética.

“A mulher vai ficar alcoolizada mais rapidamente. E a longo prazo também vai precisar de uma quantidade menor de álcool para ter cirrose hepática, para ter pancreatite”, exemplifica o gastroenterologista.

Outras doenças a que podem estar sujeitas pessoas que bebem, independente do gênero, são infarto e câncer.



Das mulheres são dependentes do álcool

Infografia | Genildo

REPORTAGEM ESPECIAL

GUILHERME FERRARI



Reunião do grupo de ajuda Alcoólicos Anônimos, que recebe pacientes homens e mulheres, além de pessoas que convivem com usuários de bebidas alcoólicas

Família inteira precisa de ajuda

Quem convive com usuários de álcool também pode desenvolver problemas

▄ **KATILAINE CHAGAS**
kchagas@redgazeta.com.br

Testemunhas da degradação física e emocional decorrentes do alcoolismo, os familiares de dependentes químicos também podem desenvolver problemas próprios e, por isso, merecem atenção médica.

A família de Diana, 46 anos, sabe bem o que é isso. “Meu casamento foi se desgastando. Minha filha mais velha foi embora de casa, meu filho mais novo estava com problema psicológico na escola. O meu marido não aguentava mais os problemas com a bebida”, relata Diana, que sofre de alcoolismo e que vence diariamente a doença há sete anos, desde que passou a frequentar o Alcoólicos Anônimos (AA), grupo de mútuo ajuda.

Há 10 anos sem ingerir álcool, Selina, 62 anos, reconhece o sofrimento de sua família. “O alcoolismo é uma devastação. Costumo falar que eu não sofri tanto com o alcoolismo. Eles sofreram mais. Porque eu estava embriagada, não sentia nada,

DESGASTE

“Minha filha mais velha foi embora de casa, meu filho mais novo estava com problema psicológico na escola”

DIANA, Alcoolista

SAÚDE

“Há relatos de pessoas que se tornaram hipertensas ou que tiveram o quadro agravado”

LUIZ SALARINI
Psicólogo

não sabia de nada. Eles não ingeriam e percebiam tudo.”

Os sintomas que a família pode ter estão mais relacionados à afetividade: preocupação constante, necessidade compulsiva de ajudar o outro, de antecipar suas necessidades, assumir responsabilidades por ele, deixando de cuidar de si. O familiar pode ainda desenvolver baixa autoestima, reprimir sentimentos, apresentar ciúme doentio.

“Há relatos de pessoas que se tornaram hipertensas

ou que tiveram o quadro agravado”, exemplifica o psicólogo Luiz Roberto Salarini, especialista em dependência química.

No caso do filho de Diana, ele chorava muito, principalmente na escola, tinha déficit de atenção. “Isso foi reflexo de uma vida tumultuada dentro de casa”, reconhece a mãe.

A orientação médica é necessária não só para tratar do familiar do usuário de álcool, mas também para ensiná-lo a lidar com o retorno do paciente ao cotidiano.

“Tem que explicar como vai ser a volta de internações, como lidar com esse paciente, a cobrança, como vai ser. Então tem uma série de preparo que precisa ser repassada à família”, diz o psicólogo.

Assim, da mesma forma que o alcoolista pode ser tratado com psicoterapias, é preciso também identificar o tratamento mais adequado para o familiar afetado, se for o caso.

“Tenho sete anos de recuperação. Tenho 28 anos de casada. Meu casamento se reestruturou, minha filha voltou para casa, meu filho melhorou a saúde mental. Tudo melhorou na minha vida depois que eu parei de beber”, orgulha-se Diana.

ONDE BUSCAR AJUDA

VITÓRIA

▼ **Centro de Atenção Psicossocial para Adultos (Caps AD III), antigo Centro de Prevenção e Tratamento de Toxicômanos de Vitória**

- Atende demandas espontâneas ou por encaminhamento de Unidade de Saúde
- Onde: Rua Álvaro Sarlo, s/n, Ilha de Santa Maria
- Das 7h às 19h, de segunda a sexta
- Contatos: (27) 3132-5104 / 3132-9082

▼ **Centro de Atenção Psicossocial Infanto Juvenil (transtorno mental e álcool e drogas) Caps I e Caps AD I**

- Avenida Amélia da Cunha Ornelas, nº341, Bento Ferreira
- (27) 3225-5497

VILA VELHA

▼ **Caps AD**

- Rua Frei Firmino Matuschek, nº39, Centro, próximo ao Santuário de Vila Velha

SERRA

▼ **Caps AD**

- Rua Álvares Cabral, nº213, Laranjeiras
- Há médico, assistente social, enfermeiro, psicólogo, farmacêutico, músico, artista plástico, educador físico, auxiliar administrativo e técnico em enfermagem

- Há atendimentos individuais e em grupo, oficinas terapêuticas, atendimento à família e visitas domiciliares
- A pessoa pode procurar o Caps ou ser encaminhada pela rede de saúde
- Contato para o Serviço Especializado em Abordagem: (27) 99517-7869

CARIACICA

▼ **Programa de Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas**

- Serviço da Secretaria Municipal de Saúde (Semus). O atendimento é por demanda espontânea, ou seja, assim que o usuário decide se submeter ao tratamento. O serviço é porta aberta e a qualquer hora que o paciente chegar, ele será acolhido
- Onde: Unidade de Saúde de Jardim América, Rua Nicarágua, s/n, Jardim América
- Horário: de segunda a sexta, das 7h às 16h
- Contatos: (27) 3346-6562 (27) 3346-6563

ALCOÓLICOS ANÔNIMOS OU AA

▼ **Comunidade formada por homens e mulheres que se reúnem para**

relatar suas experiências e alcançar sobriedade pela abstinência total

Contatos:
(27) 3233-4000
(27) 3233-7268
(27) 99993-3395

AMOR EXIGENTE

▼ **Grupo que promove encontros semanais e trabalha princípios éticos a cada mês. Veja alguns locais:**

- Vitória: Paróquia São Francisco de Assis, Jardim da Penha, às quintas-feiras, às 19h30
- Serra: Centro de Formação Pastoral, Rua Goiás, nº10, Jacaraípe, às quartas-feiras, às 19h30

- Vila Velha:
-- Igreja Católica do Ibes, na pracinha do bairro, às terças-feiras, às 19h30
-- Igreja Nossa Senhora do Perpétuo Socorro, Avenida São Paulo, s/n, Praia da Costa, às quintas-feiras, às 19h30
-- Igreja Nossa Senhora de Guadalupe, Rua Deolindo Perim, nº73, Itapoã, às segundas-feiras, às 19h30

- Guarapari: Matriz São Pedro, na Rua Laura Loureiro das Neves, Muquiçaba, às quintas-feiras, às 19h30