

O CONSUMO DE ÁLCOOL POR ADOLESCENTES:

*COMO
ENFRENTAR
ESSE
DESAFIO?*



**CURSO DE
REDAÇÃO**
Prof. Rózi

Colaboração: João Benício Aguiar

Uso de álcool por adolescentes

Por que os jovens bebem?

Alcoolismo nunca foi problema exclusivo dos adultos. O álcool é a substância psicoativa mais consumida entre os adolescentes¹ – isto vem acontecendo cada vez mais cedo, com maior frequência e quantidade. Você já se perguntou por que isso acontece e quais as consequências?

Os adolescentes vivenciam intensas mudanças físicas, psicológicas e sociais, passando por uma fase que associa-se não apenas à experimentação de álcool, mas ao beber “perigosamente”. Além disso, o consumo de bebida alcoólica é aceito e até estimulado pela sociedade. Pais que entram em pânico quando descobrem que o filho ou a filha fumou maconha ou tomou um comprimido de ecstasy numa festa, acham normal que eles bebam porque, afinal, todos bebem. Vamos aos números:

- Aproximadamente 50% dos jovens com idade entre 12 e 17 anos já fizeram uso de álcool na vida²;
- A idade de experimentação e de início do uso regular do álcool ocorre aos 14 e 15 anos, respectivamente³;
- Entre estudantes de 13 a 15 anos de idade, 54,3% já experimentaram alguma bebida alcoólica e 21% já tiveram algum episódio de embriaguez na vida⁴;
- De 2006 para 2012, houve crescimento expressivo de meninas que consomem 5 ou mais doses* (de 11% para 20%) e diminuição na proporção de meninos que bebem neste padrão (de 31% para 24%)⁵, também conhecido como beber pesado episódico (BPE)**.

Sem desprezar os fatores genéticos e emocionais que influem no consumo da bebida – o álcool reduz o nível de ansiedade e algumas pessoas estão mais propensas a desenvolver alcoolismo –, a pressão do grupo de amigos, o sentimento de onipotência próprio da juventude, o custo baixo da bebida, a falta de controle na oferta e consumo dos produtos que contêm álcool, a ausência de limites sociais colaboram para que o primeiro contato com a bebida ocorra cada vez mais cedo.

Não é raro o problema começar em casa, com a hesitação paterna na hora de permitir ou não que o adolescente faça uso do álcool ou com o mau exemplo que alguns

¹ Squeglia LM, Tapert SF, Sullivan EV, Jacobus J, Meloy MJ, Rohlfing T, Pfefferbaum A. Brain development in heavy-drinking adolescents. *Am J Psychiatry*. 2015 Jun;172(6):531-42.

² Carlini, EA, et al. II Levantamento Domiciliar sobre o uso de Drogas Psicotrópicas no Brasil: estudo envolvendo as 108 maiores cidades do país – 2005. São Paulo: CEBRID – Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas, Departamento de Psicobiologia, UNIFESP – Universidade Federal de São Paulo, 2007.

³ Laranjeira R, et al. I Levantamento Nacional sobre os padrões de consumo de álcool na população brasileira. Brasília: Secretaria Nacional Antidrogas, 2007.

⁴ BRASIL. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar: PeNSE 2015. Rio de Janeiro, 2016.

⁵ Laranjeira R, et al. II Levantamento Nacional de Álcool e Drogas (LENAD) – 2012. São Paulo: Instituto Nacional de Ciência e Tecnologia para Políticas Públicas de Álcool e Outras Drogas (INPAD), UNIFESP. 2014.

pais dão vangloriando-se de serem capazes de beber uma garrafa de uísque ou dez cervejas num final de semana. Dessa forma, dentre os diversos fatores, podemos citar⁶:

- Comportamento de **assumir riscos e testar limites**: a tendência de procurar situações novas e potencialmente perigosas, em geral de forma impulsiva, típica dos adolescentes, pode incluir experiências com álcool;
- **Expectativas**: a forma como veem o álcool e seus efeitos influencia o comportamento de beber. Adolescentes que bebem para ter uma experiência positiva/agradável (por exemplo, ficar mais comunicativo, ter mais sucesso na busca de parceiros, divertir-se mais) são mais propensos ao consumo;
- Traços da **personalidade** ou **transtornos psiquiátricos**: algumas características podem torná-los mais propensos à começar a beber, como agressividade, rebeldia, dificuldade em seguir regras, problemas de conduta, hiperatividade, ansiedade ou depressão;
- **Fatores hereditários**: o risco de desenvolver problemas com o álcool é diretamente influenciado pela genética;
- **Aceitação por amigos e pelo grupo**: fazem parte dos fatores ambientais que podem influenciar no desenvolvimento do hábito de beber, assim como a referência de pais e familiares.

Como o álcool atua no organismo?

O álcool presente nas bebidas alcoólicas é o etanol. Assim que o primeiro gole é ingerido uma pequena parte das moléculas de etanol já começa a entrar na corrente sanguínea pela mucosa da boca. No entanto, a maior absorção do álcool pelo organismo se dá pelo intestino delgado.

Para que todas as moléculas de etanol entrem na circulação e se espalhem pelo seu corpo, são necessários de 15 a 60 minutos. Esse tempo vai depender de alguns fatores como a presença de comida no estômago e a velocidade com que você bebeu, por exemplo.

Depois de chegarem ao sangue, as moléculas de etanol são transportadas para todos os tecidos que têm células com alta concentração de água, órgãos como seu cérebro, fígado, coração e rins.

Dentro do fígado, 90% das moléculas de etanol são metabolizadas (quebradas em partes menores para facilitar sua eliminação). Este órgão processa por hora o equivalente a uma lata de cerveja. Acima dessa quantidade, o etanol passa a intoxicar gradativamente seu organismo.

Os efeitos do álcool no organismo

⁶ National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism – NIAAA, 2006. Why do adolescents drink, what are the risks, and how can underage drinking be prevented?

Cérebro: Como o cérebro ainda está em formação, as atividades no hipocampo, onde se processam o aprendizado e a memória, diminuem, podendo prejudicar o desenvolvimento dessa área. O álcool causa ainda estragos no córtex pré-frontal, responsável pelo planejamento de longo prazo e pelo controle das emoções. Estudos indicam que, nessa região, a morte de células entre os jovens é o dobro do que ocorre nos adultos.

Fígado: Entre todas as células do corpo humano, as do fígado são as mais vulneráveis à destruição pelo excesso de álcool. Em parte, elas se regeneram, mas leva tempo, comprometendo esse órgão, que, no adolescente, ainda não funciona com plena capacidade. Quanto mais cedo se começa a beber, maior a chance de desenvolver cirrose na vida adulta.

Sistema endócrino: O álcool afeta a produção de testosterona nos homens e de estrogênio nas mulheres justamente na fase em que essa produção está no ápice. Pode causar impotência e infertilidade precoces. As taxas de hormônio de crescimento também diminuem, bem como as do hormônio responsável pela calcificação, o que eleva as chances de osteoporose na vida adulta.

Rins: Quando você bebe, sente mais vontade de urinar, mas isso não acontece somente por causa da quantidade de líquido ingerido. O etanol age na hipófise (glândula do cérebro), inibindo a produção de um hormônio que controla a absorção de água pelos rins. Com menos líquido absorvido, mais urina é eliminada.

Coração: Um efeito colateral deste excesso de urina explicado anteriormente, acaba atingindo o coração, pois junto com ela, são eliminados minerais importantes como magnésio e potássio que ajudam a manter o batimento cardíaco. Por isso, durante e após uma bebedeira, o ritmo do seu coração pode apresentar alterações prejudiciais. Além disso, o abuso do álcool destrói o tecido muscular, propiciando inflamações e reduzindo a circulação sanguínea. Pesquisas mostram que, como nos jovens as artérias são mais elásticas, elas tendem a acumular um volume maior de sangue em certos pontos, o que resulta em infartos ainda mais agressivos.

Estômago: o etanol irrita a mucosa do seu estômago, dificultando a digestão e aumentando a produção de ácido gástrico. Isso gera aquela típica sensação de enjoo e mal-estar. O vômito funciona como um mecanismo de autodefesa, comandado pelo cérebro, contra a ação agressiva do álcool no estômago. Após vomitar, você sente uma sensação de alívio porque termina a irritação da mucosa pelas moléculas do etanol.

Por que os jovens não deveriam beber?

Independentemente do motivo que tenha levado o jovem a começar a beber, é importante que saibam que estão sujeitos a uma série de riscos potenciais. Não se pode esquecer de que, em qualquer quantidade, o álcool é uma substância tóxica e que o metabolismo das pessoas mais jovens faz com que seus efeitos sejam potencializados.

O consumo de bebidas alcoólicas por adolescentes compromete o sistema nervoso central (SNC) que ainda encontra-se em desenvolvimento. O uso de álcool pode

atrapalhar seu amadurecimento normal, causar alterações no desenvolvimento da personalidade e prejudicar funções como memória e atenção. As alterações no amadurecimento normal do cérebro nesta fase da vida serão para sempre.

Ainda, quanto mais precoce o início do beber, mais cedo a pessoa poderá ter problemas com o álcool: estudos mostram que indivíduos que começaram a beber antes dos 15 anos têm 5 vezes mais chance de desenvolver problemas relacionados ao uso de álcool do que aqueles que começam a beber após os 21 anos. Além disso, para a vida adulta, o uso de álcool na adolescência é associado a maior consumo e abuso de outras drogas e mais comportamentos impulsivos. O adolescente que bebe em excesso não só desenvolve um comportamento de risco como pode causar graves danos ao seu organismo. Observe o quadro abaixo:

Os riscos do álcool de acordo com o comportamento do adolescente

Consequências indesejadas na adolescência	Que não bebem	Bebem regularmente	Bebem com extrema frequência
Engravidar	5%	20%	30%
Pegar uma doença sexualmente transmissível	2%	30%	45%
Sofrer um acidente de carro	5%	40%	60%
Envolver-se em brigas	15%	70%	80%
Tirar notas baixas na escola	20%	60%	80%

Fonte: Ronaldo Laranjeira, professor de psiquiatria da Unifesp e coordenador do Instituto Nacional de Políticas Públicas do Álcool e Drogas.

Desafio para a saúde pública

Além do fato de ser ilegal, o uso de bebidas alcoólicas por menores de idade oferece alto risco tanto para o indivíduo quanto para a sociedade. Por exemplo, as taxas de acidentes de trânsito onde houve o uso de álcool são maiores nos jovens de 16 a 20 anos do que nos motoristas de 21 anos ou mais. Os adolescentes também são vulneráveis aos danos cerebrais causados pelo etanol, os quais podem contribuir para o fraco desempenho no trabalho ou escola. Ademais, o uso dessas substâncias por jovens está associado com aumento nas chances de desenvolvimento de uso abusivo ou de dependência de álcool. O Alcohol Alert descreve algumas das graves consequências pelo uso de álcool em menores de idade, assim como abordagens de prevenção e de tratamento que podem ser aplicadas com sucesso nesta faixa etária específica.

Lesões e Consequências Sociais

O uso de bebidas alcoólicas por menores de idade está relacionado ao maior número de óbitos de jovens do que todas as drogas ilegais somadas. Alguns dos principais aspectos desse problema encontram-se dispostos abaixo.

Beber e Dirigir

Acidentes de trânsito são a maior causa de morte entre jovens de 15 a 20 anos. Os adolescentes já correm risco maior desse tipo de problema devido à falta de experiência na condução de um automóvel, sendo que os motoristas menores de 21 anos também são mais susceptíveis do que os motoristas mais velhos a sofrer prejuízos na habilidade de condução de um carro.

As taxas de acidentes automobilísticos envolvendo jovens de 16 a 20 anos que fizeram uso de bebidas alcoólicas é mais de duas vezes superior às taxas de acidentes de carro envolvendo motoristas de 21 anos ou mais que fizeram uso dessa substância.

Suicídio

As bebidas alcoólicas interagem com condições tais como depressão e estresse, podendo contribuir para o suicídio, a terceira causa mais frequente de morte entre jovens de 14 a 25 anos.

Violência Sexual

A violência sexual ocorre mais comumente entre mulheres no fim da adolescência e início da fase adulta, geralmente dentro do contexto de um encontro com interesses afetivos. Os estudos sugerem que o uso de bebidas alcoólicas por parte do agressor, da vítima ou de ambos aumenta a chance de violência sexual por parte de um conhecido do sexo masculino.

Prática de Sexo Inseguro

Os estudos têm associado o uso de álcool por adolescentes com a prática de sexo inseguro, com a presença de parceiros múltiplos e sem o uso de camisinhas. As consequências dessa prática podem ser gravidez indesejada e contração de doenças sexualmente transmissíveis, incluindo AIDS.

A Relação entre Uso Precoce de Álcool e Dependência de Álcool

O uso precoce de bebidas alcoólicas pode ter consequências duradouras. Aqueles que começam a beber antes dos 15 anos apresentam predisposição quatro vezes maior de desenvolver dependência dessa substância do que aqueles que fizeram seu primeiro uso de álcool aos 20 anos ou mais de idade.

Prevenção e Tratamento

Os riscos imediatos e de longo prazo advindos do uso de álcool por menores de idade reforçam a necessidade de desenvolver programas efetivos de prevenção e de tratamento. A compreensão dos fatores sociais, pessoais e ambientais que contribuem para a iniciação e o aumento no uso de bebidas alcoólicas é essencial para o desenvolvimento desses programas.

Política e Estratégias Comunitárias

Um fator importante no uso de bebidas alcoólicas por jovens menores de idade é a oferta dessa substância. Conseqüentemente, as intervenções que atuem nesse segmento da população devem ser complementadas por mudanças na política que ajudem na restrição do acesso ao álcool pelos jovens e que diminuam as conseqüências danosas do beber já instalado.

O que podemos fazer?

As crianças pensam sobre as coisas muito mais cedo do que imaginamos; portanto, nunca é cedo demais para tratar deste tema. Vale lembrar que o que os adultos fazem é tão importante quanto o que falam: crianças e adolescentes ouvem o que você diz, mas também observam o que você faz:

- Comece a falar sobre o álcool naturalmente, do modo mais simples possível;
- Não use tom autoritário e evite sermões;
- Seja claro e conciso, explique os fatos associados ao uso de álcool e suas conseqüências;
- Mostre apoio e seja amável, deixe o caminho aberto para o diálogo;
- Estabeleça limites;
- Tenha atitudes condizentes com o que você fala, pois seu comportamento servirá de exemplo para os mais jovens: faça escolhas saudáveis.

Legislação contra o consumo de álcool por menores (“Lei das Baladas”)

Diante do cenário de impasse de soluções para o problema do elevado consumo alcóolico pelos menores de idade, foi aprovada, em 2015, uma lei que altera o Estatuto da Criança e do Adolescente, reforçando a proibição de venda ou fornecimento de bebidas alcoólicas a crianças e adolescentes.

Como medida importante de avanço na prevenção do uso precoce do álcool no Brasil, a Lei nº 13.106/2015 - também conhecida como “Lei das Baladas” - criminaliza a oferta de bebidas alcoólicas a menores de 18 anos. Assim, quem vender, fornecer, servir, ministrar ou entregar bebida alcoólica, ainda que gratuitamente, a adolescentes ou crianças poderá ser preso por até quatro anos:

Estatuto da Criança e do Adolescente - Art. 243. Vender, fornecer, servir, ministrar ou entregar, ainda que gratuitamente, de qualquer forma, a criança ou a adolescente, bebida alcoólica ou, sem justa causa, outros produtos cujos componentes possam causar dependência física ou psíquica:

Pena - detenção, de 2 (dois) a 4 (quatro) anos, e multa, se o fato não constitui crime mais grave.

Além disso, o estabelecimento comercial que disponibilizar acesso a bebida para menor poderá pagar multa entre R\$ 3 mil e R\$ 10 mil, além de poder sofrer interdição pelo governo.

Estatuto da Criança e do Adolescente - Art. 258-C. Descumprir a proibição estabelecida no inciso II do art. 81:

Pena - multa de R\$ 3.000,00 (três mil reais) a R\$ 10.000,00 (dez mil reais);

Medida Administrativa - interdição do estabelecimento comercial até o recolhimento da multa aplicada

Proposta textual

Com base na leitura acima e nos conhecimentos construídos ao longo de sua formação, redija um texto dissertativo-argumentativo em norma culta escrita da língua portuguesa sobre o tema: **“O consumo ilícito de álcool por adolescentes: como enfrentar esse desafio”**. Apresente uma proposta de intervenção e/ou conscientização social que respeite os direitos humanos. Selecione, organize e relacione, de forma coerente e coesa, argumentos e fatos para defender o seu ponto de vista.

Leitura complementar

1. PROERD: Uma solução inteligente

O Programa Educacional de Resistência às Drogas - PROERD é a adaptação brasileira do programa norte-americano Drug Abuse Resistance Education - D.A.R.E., surgido em 1983. No Brasil, o programa foi implantado em 1992, pela Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro, e hoje é adotado em todo o Brasil

Essa iniciativa tem muito a ensinar. O Proerd surgiu da necessidade de um trabalho contínuo de prevenção em razão do aumento do consumo de drogas, proibidas ou não, entre crianças e adolescentes em idade escolar.

Os Policiais Militares especializados em orientar as crianças e os adolescentes palestram sobre as drogas e a violência nas salas de aula. Por meio de 10 lições, em um total de 12 encontros, o programa leva informações aos estudantes sobre os malefícios do consumo de álcool, tabaco e outras substâncias. Ensina sobre a importância de dizer não às drogas, além de trabalhar a autoestima das crianças. Veja abaixo os objetivos deste programa:

Objetivos gerais

- 1 - Envolver a polícia, a escola, a família e a comunidade na problemática das drogas e da violência envolvendo crianças e adolescentes;
- 2 - Desenvolver uma ação pedagógica de prevenção ao uso indevido de drogas e a prática da violência nas escolas, na família e na sociedade de modo em geral;
- 3 - Desenvolver o espírito de solidariedade, de cidadania e responsabilidade social do aluno na comunidade escolar.

Objetivos específicos

- 1 - Sensibilizar os pais, educadores e sociedade para o trabalho de prevenção ao uso indevido de drogas e à prática da violência envolvendo crianças e adolescentes;
- 2 - Promover o desenvolvimento de valores positivos, valores morais e valores sociais;
- 3 - Fortalecer a auto-estima das crianças e dos adolescentes, visto que é um grupo vulnerável;
- 4 - Sensibilizar as crianças e os adolescentes para que desenvolvam estilos de vida saudável;
- 5 - Sensibilizar as crianças e os adolescentes para que reconheçam e resistam às pressões diretas ou indiretas que poderão influenciá-las a experimentar drogas ou mesmo a agirem com violência na escola, na rua e na sua residência.

Entrevista do Dr. Drauzio Varella com o Dr. Ronaldo Ramos Laranjeira⁷ e Dr. Mauricio de Souza Lima⁸

Drauzio – Qual é a diferença dos efeitos metabólicos do álcool no corpo dos meninos e das meninas adolescentes?

Ronaldo Laranjeira – A grande diferença é que a mulher tem um padrão enzimático de absorção do álcool mais efetivo e rápido, porque possui relativamente mais gordura e menos água no organismo. Se compararmos uma menina e um menino, com mesma estatura e peso, que tenham ingerido quantidade igual de álcool, veremos que a concentração alcoólica é maior no sangue da menina. Sendo assim, o dano biológico que o álcool produz nela é mais devastador.

Daí, nossa preocupação com essa mudança substancial no padrão de consumo do álcool na adolescência. Estudos considerando a população adulta do Brasil mostram que 50% das mulheres e 30% dos homens não bebem nada. Entre os adolescentes, essa diferença desapareceu em apenas uma geração. Independentemente do sexo, 25% dos adolescentes bebem em quantidades perigosas do ponto de vista biológico. As meninas que estão começando a beber precocemente grandes volumes, com certeza, irão apresentar no futuro mais danos biológicos do que suas mães e seus colegas meninos.

INCENTIVO AO CONSUMO

Drauzio – Ao que você atribui a tendência ao alcoolismo ter-se tornado mais acentuada na adolescência e a das meninas beberem mais do que suas mães?

Maurício de S. Lima – A propaganda dirigida ao público jovem é mais intensa hoje e existem produtos desenvolvidos especialmente para essa faixa etária. Um exemplo são as sodas alcoólicas que, apesar de aparentemente fraquinhas, contêm teor alcoólico muito mais elevado do que a cerveja.

⁷ O Dr. Ronaldo Laranjeira é psiquiatra, PhD em Dependência Química na Inglaterra e professor de Psiquiatria na Faculdade de Medicina da Universidade Federal de São Paulo.

⁸ O Dr. Mauricio de Souza Lima é médico hepatologista, coordenador do Ambulatório de Filhos de Mães-Adolescentes do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo e membro da Associação Paulista de Adolescentes e do Departamento de Adolescência da Sociedade de Pediatria de São Paulo.

Por outro lado – e outro motivo de grande preocupação –, é alguns pais permitirem que os filhos bebam porque não vêem problema na bebida. A justificativa é que, afinal, todos os adolescentes bebem. Por isso, aceitam como normal o fato de os filhos começarem a consumir álcool cada vez mais cedo. Hoje, é comum os adolescentes se reunirem na casa de um deles para o “esquentar”, ou seja, para beber alguma coisa e chegar meio alcoolizados à festa. Se não for assim, parece que a festa não tem graça.

Ronaldo Laranjeira – É importante destacar essa ideia de que, no Brasil, muitos pais acham normal os garotos de 14 anos beberem grandes volumes. Isso não acontece em países como os Estados Unidos, por exemplo, onde 21 anos é a idade mínima que a pessoa precisa ter para comprar bebida alcoólica, porque se chegou à conclusão de que o consumo precoce de álcool, além de aumentar o risco de acidentes, facilita o uso de outras drogas.

E lá a lei não ficou só no papel. Seu cumprimento passou a ser rigorosamente acompanhado por fiscais que controlam a venda de bebida para menores. Nos últimos 20 anos, graças a essa fiscalização efetiva, caiu muito o número de acidentes relacionados com o “beber e dirigir” naquele país.

CONTROLE DO CONSUMO

Drauzio – No Brasil, não existe nenhum tipo de controle. É fácil comprar bebida mesmo sendo menor de idade?

Ronaldo Laranjeira – Uma pesquisa realizada por nossa equipe em Diadema e Paulínia, duas cidades paulistas, mostrou que os entrevistados adolescentes conseguiram comprar bebida alcoólica em 95% dos estabelecimentos visitados (mundialmente, a taxa aceitável é de 10%), o que denota total descontrole da situação.

Na verdade, vivemos num mercado descontrolado, estrategicamente favorecido pela indústria do álcool. No Brasil, há um milhão de pontos de venda de álcool, um para cada 180 habitantes, a propaganda é bastante intensa, o preço é baixo e prevalece a falta de controle sobre a comercialização da bebida para menores de idade.

Drauzio – O custo da bebida alcoólica também tem papel importante no alcoolismo?

Ronaldo Laranjeira – Sem dúvida, o preço baixo é um dos fatores que facilitam o consumo de álcool pelos adolescentes. Nas reuniões da Organização Mundial de Saúde, quando se fala que, no Brasil, um litro de pinga custa meio dólar e a latinha de cerveja, menos do que a de coca-cola, ninguém acredita. Outro fator de risco importante é a ausência de controles sociais que ajudem as pessoas a beber menos ou a retardar o começo do beber regular que, no nosso país, ocorre em torno dos 14 anos.

Maurício de S. Lima – Já que estamos falando em controles sociais, é fundamental destacar que eles devem começar em casa. Muitos pais dão mau exemplo, quando se vangloriam de que secaram uma garrafa de uísque ou não sei quantas latinhas de cerveja no fim de semana. Os filhos chegam à adolescência ouvindo isso de uma pessoa que lhes serve de referência, o que de certa forma acaba incentivando-os a consumir álcool.

Sempre vale a pena repetir também que, se a bebida alcoólica traz prejuízos para o adulto, prejudica muito mais o corpo ainda em formação do adolescente. A época do estirão puberal, por exemplo, é extremamente contra-indicada para o contato com o álcool, uma substância tóxica que se distribui por todos os órgãos do organismo.

Drauzio – Você poderia explicar o que é o estirão puberal?

Maurício de S. Lima – É a famosa espichada que ocorre na adolescência. A criança cresce num determinado ritmo, que é acelerado quando chega a puberdade. Nessa fase de crescimento rápido, o contato com o álcool é muito prejudicial para o organismo. Isso para não falar no aumento do número de acidentes que seu consumo provoca nessa e em qualquer outra faixa de idade.

Drauzio – O álcool é tóxico em qualquer dose?

Ronaldo Laranjeira – É tóxico em qualquer dose; a diferença está só na intensidade dos efeitos tóxicos. Doses mais baixas têm menos toxicidade do que as mais altas, o que não quer dizer que, consumido em pequenas quantidades, o álcool deixe de trazer danos biológicos para as mulheres grávidas e para os adolescentes, por exemplo. Traz, sim, embora a propaganda se encarregue de fazer as pessoas se esquecerem do componente tóxico do álcool, principalmente durante o crescimento, quando não só o corpo, mas também o cérebro se desenvolve numa velocidade espantosa.

No Brasil, a maioria dos adolescentes ainda não bebe, mas os que bebem, bebem muito e com picos de consumo. Embora pouco se fale, esse padrão de consumo – a pessoa não bebe nada durante a semana, mas no fim de semana bebe cinco vodkas ou dez cervejas -, do ponto de vista biológico, é muito danoso para o organismo.

Maurício de S. Lima – É bom pensar que para conseguir beber cinco vodkas ou dez cervejas num dia, antes o adolescente começou por uma bebida que eles chamam de “light”, mas que nada tem de “light”, em casa ou numa festa.

A questão é que, atualmente, festa de adolescentes sem bebida alcoólica parece que não tem graça. Já vi muitos deles insistindo – “Pai, se na minha festa não tiver alguma coisa para beber, meus amigos não vão”, isso aos 13 anos e não aos 17, 18 anos. Conheço um pai que acabou cedendo e permitiu que servissem uma bebida fraquinha na festa do filho. Mesmo assim, um dos convidados exagerou na dose e passou mal. No dia seguinte, o pai desse garoto foi reclamar na escola da irresponsabilidade do outro que tinha oferecido bebida para quem não estava acostumado e não sabia qual era o momento de parar.

Drauzio – O que você acha que os pais devem fazer quando o adolescente insiste nesse ponto?

Maurício de S. Lima — Não devem dar a festa com bebida alcoólica.

Ronaldo Laranjeira – Temos de acreditar nas leis e respeitá-las. No Brasil, o Estatuto da Criança e do Adolescente deixa claro que é proibido oferecer até os 18 anos qualquer tipo de substância que aja no cérebro da criança. Então, os pais que, em sua casa ou numa festa, permitem servir bebida alcoólica para adolescentes estão infringindo a lei do país.

CONHECENDO LIMITES

Drauzio – O álcool é uma droga socialmente aceita. Como o pai pode ajudar o filho a conhecer seus limites?

Ronaldo Laranjeira – Em casa, em situações familiares bem definidas, mesmo o filho sendo menor, o pai pode ensiná-lo a beber. Aliás, isso foi sempre feito assim. Nas culturas mediterrâneas, as crianças aprendem a beber nas cerimônias de família, como parte de um ritual. No almoço de domingo, por exemplo. Entretanto, nesse contexto alimentar harmonioso, que inclui o vinho, a intoxicação alcoólica é condenada.

Muito diferente é o pai permitir que na festa do filho crianças de 13, 14 anos bebam com o objetivo de intoxicar-se. Porque querem bebidas destiladas para ter um “barato”, não são poucos os adolescentes desistem de participar das festas, quando o convidado principal – o álcool – não está presente,

Maurício de S. Lima – Muitos pais perguntam se o filho não ficará frustrado se não houver bebida alcoólica na sua festa. Se ficar, não tem importância. Frustração faz parte da vida. Eu mesmo fico frustrado todos os dias, às vezes, várias vezes no mesmo dia. Portanto, ótimo que o filho se sinta frustrado num ambiente em que o assunto pode ser ventilado e discutido. Essa é uma forma que ele tem de aprender a lidar com as frustrações que, sem dúvida alguma, terá de enfrentar em muitos outros momentos da vida. O problema é que a relação pais e filhos está mais difícil, porque os filhos estão se tornando cada vez mais exigentes e os pais, com mais dificuldade de dizer não.

Drauzio – Na verdade, os pais se sentem inseguros porque, se proibirem o filho de beber em casa, ele podem beber escondido na rua; se não deixarem que sirvam bebida na sua festa, ele beberá nas outras a que for convidado. Certo?

Ronaldo Laranjeira – Dentro de casa deve existir um padrão de comportamento baseado naquilo que os pais acreditam. Fora de casa, eles têm de buscar um tipo de ambiente que os filhos possam frequentar e não devem tolerar que nesses locais haja descontrole no consumo de álcool.

Aliás, como cidadãos, os pais devem pressionar as autoridades para que medidas eficazes sejam tomadas nesse sentido. Foi o que aconteceu nos Estados Unidos e em outros países desenvolvidos e democráticos que criaram leis rígidas sobre o uso do álcool por adolescentes.

Na minha opinião, faz parte do processo democrático contar com uma sociedade preocupada em proteger seus membros, em especial os mais vulneráveis como são os dessa faixa de idade, já que cada vez mais eles estão indo para longe de casa. Antes as famílias exerciam controle maior sobre os lugares que os filhos frequentavam. Eles saíam, mas ficavam a dois quarteirões de distância. Agora, vão para o outro lado da cidade. A sociedade se sofisticou nas opções de lazer oferecidas aos adolescentes. Por isso, repito, é papel dos pais, como cidadãos, lutar por uma política de fiscalização nos ambientes que os filhos costumam frequentar.

Maurício de S. Lima – Os pais devem conversar com os filhos adolescentes e fazer a distinção entre duas condutas absolutamente diferentes: beber um cálice de vinho

no contexto familiar, como parte de um ritual, e beber com o objetivo de ficar embriagado para a festa ter graça, por exemplo. Essa postura de diálogo em casa a respeito das preocupações paternas talvez seja a única coisa a fazer para que, na hora de tomar uma decisão diante da oferta de bebida alcoólica, os filhos pensem antes de agir e não ajam sem pensar.

Drauzio – Meu pai só tinha certezas. Eu nunca pude beber em casa antes dos 18 anos. Não se discutia, era proibido e pronto! Os pais de hoje têm muitas dúvidas quanto à melhor forma de educar os filhos. Como essa hesitação se reflete na vida dos adolescentes?

Maurício de S. Lima – Ela é péssima para os adolescentes. Eles se sentem mais seguros, quando os limites são colocados com clareza pelos pais. Podem até discordar, podem reclamar, o que normalmente acontece, mas depois refletem e acabam concluindo que foi bom terem sido alertados sobre determinadas situações de risco ou que foi bom o pai ter sido rígido exigindo respeito a certos princípios.

Atualmente, muitos pais chegam a consultar os filhos sobre o que acham conveniente fazer em determinadas situações, quando cabe a eles e não aos filhos a iniciativa de achar a melhor resposta para o problema.

No tempo de nossos pais ou avôs, bastava um olhar para os mais novos entenderem o que os mais velhos queriam. Hoje, ganhamos muito com a possibilidade do diálogo entre pais e filhos para chegarmos a um consenso. Entretanto, em assuntos como o do álcool, esse meio-termo não existe: os limites têm de ser colocados com firmeza. Na maioria dos casos, infelizmente, não é isso que os pais estão fazendo no momento.

Ronaldo Laranjeira – Sob esse ponto de vista, há dois parâmetros a considerar. O primeiro são os valores da família. Se os pais acham que o filho não deve ser iniciado no álcool antes dos dezoito anos ou que por motivos religiosos não deve beber, têm de deixar claro os limites impostos. O outro diz respeito à segurança. O adolescente precisa saber que beber fora de casa implica risco maior de sofrer vários tipos de acidentes e atos violentos. Há estudos categóricos provando isso. Portanto, mesmo abertos ao diálogo, em relação à segurança dos filhos não cabe discussão: os pais não devem autorizar que bebam fora de casa.

Maurício de S. Lima – Os pais não hesitam ao proibir que a criança pequena entre na cozinha quando há panelas sobre o fogão ou ande por locais perigosos. Da mesma forma que colocam telas na janela para evitar que caiam, precisam colocar “telas” emocionais para que o adolescente não se lance em situações perigosas, haja vista que os acidentes são a primeira causa externa de morte nessa faixa de idade, especialmente os acidentes relacionados com o consumo de álcool.

DEPENDÊNCIA

Drauzio – Normalmente, a dependência do álcool leva anos para estabelecer-se. Mesmo assim, é possível o adolescente tornar-se dependente?

Ronaldo Laranjeira — De fato, a dependência do álcool leva anos para estabelecer-se. Porém, um artigo publicado há pouco tempo no “Pediatrics” mostrou que

a exposição precoce à bebida alcoólica na adolescência aumenta muito a probabilidade de a pessoa tornar-se dependente.

Expor o cérebro em formação, principalmente no estirão da puberdade, à bebida alcoólica faz com que o jovem valorize o prazer químico do álcool e passe a usá-lo regularmente. Por isso, se comparada com a dos adultos que é de 11%, a prevalência do alcoolismo é baixa na adolescência, gira em torno de 2%, 3%. Mas, se levarmos em conta que os adolescentes estão começando a beber cada vez mais cedo, com certeza, as taxas de dependência do álcool vão subir muito nessa população de jovens que começou a beber cedo.

Drauzio – O que você chama de alcoolismo?

Ronaldo Laranjeira – Existem três padrões de consumo de bebida alcoólica. O padrão de baixo risco para os adultos é beber um ou dois copos de vinho, ou o equivalente em teor alcoólico, por dia. A maioria das pessoas tolera esse nível de toxicidade do álcool e não paga um preço biológico alto. Há quem diga até que esse padrão de consumo tem efeitos positivos.

Se beber mais do que isso, porém, estará fazendo uso nocivo do álcool, embora ainda possa não ser dependente. A dependência se caracteriza pelo uso regular de álcool em grandes volumes. Esse procedimento indica que a pessoa já se tornou tolerante e não bebe mais pelos efeitos agradáveis que a bebida possa provocar. Bebe porque precisa. Se não o fizer, fica irritada. Quem se vangloria de beber cinco doses de vodcas, de uísque ou dez latinhas de cerveja sem ficar bêbado já demonstra sinais de dependência porque pode expor o organismo a grandes volumes sem alterar o comportamento.

FATORES DE RISCO

Drauzio – Existem fatores de risco para o alcoolismo na adolescência?

Maurício de S. Lima – Existem, sim, para o alcoolismo e para a dependência de qualquer outra droga. Existem até características que são geneticamente transmitidas, mas nem todos os que as possuem se tornam dependentes. Como Dr. Ronaldo falou, há pessoas que bebem e param sem criar dependência. A grande questão, porém, é que é impossível saber quem irá tornar-se dependente no futuro. Ninguém pode correr esse risco com os adolescentes, sobretudo porque nessa fase da vida, eles são tomados por um falso sentimento de onipotência: acham que tudo podem e que, portanto, pararão de beber quando quiserem. Outro fator que pesa muito é pertencer a uma turma em que todos bebem.

É importante destacar, ainda, que alguns adolescentes estão mais propensos a desenvolver esse tipo de comportamento. Vão a festas porque tem bebida e não por qualquer outro prazer que ela possa proporcionar.

Talvez, daqui a alguns anos, consigamos mapear essa tendência e alertar o jovem para que não entre em contato com determinadas substâncias porque, geneticamente, a probabilidade de tornar-se dependente é grande. Como não dominamos esse

conhecimento ainda, a questão do álcool na adolescência deve ser tratada com muita cautela.

Drauzio – O adolescente que bebe está mais propenso a usar outras drogas?

Ronaldo Laranjeira – Disso ninguém tem dúvida. Uma das evidências mais consistentes na literatura médica é que o uso de álcool ou de cigarro antes dos 16, 17 anos aumenta muito o risco de experimentar maconha e, depois, partir para outras drogas.