

Saúde



FUTURO EXAME?

Urina pode diagnosticar autismo

Segundo estudo do Butantan, biomarcadores têm diferenças perceptíveis

FOLHA
MULTIMÍDIA
APÓS
O CÍCLICO
FOLHA
O DIA

DOSE TARDIA

Uso abusivo de álcool aumenta entre idosos, no Brasil e nos EUA

PAULA SPAN
Do New York Times

Um em cada quatro brasileiros (23,7%) com 60 anos ou mais consome álcool. Além disso, 6,7% (aproximadamente 2 milhões de idosos) relatam ingerir diversas doses em sequência, formando um padrão de consumo abusivo e extremamente prejudicial conhecido como binge drinking. E 3,8% (mais de 1 milhão) costumam beber, em uma semana típica, entre sete a 14 doses por semana, quantidades que podem colocar em risco a saúde.

As informações são de um estudo conduzido pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), publicado na revista científica Substance Use & Misuse e BMJ Open. Segundo a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG), os números mostram que o consumo de bebidas pelos idosos no Brasil pode ser considerado um problema de saúde pública. E esse cenário não é exclusivo do país.

Nos Estados Unidos, as autoridades de saúde pública também estão cada vez mais alarmadas com o consumo de álcool dos idosos. O número anual de mortes relacionadas com o álcool de 2020 a 2021 ultrapassou 178 mil, segundo dados divulgados recentemente pelos Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC, na sigla em inglês). Isso representa mais mortes do que todas as overdoses por drogas somadas.

Uma análise do Instituto Nacional sobre Abuso de Alcool e Alcoolismo mostra

que as pessoas com mais de 65 anos representavam 38% desse total. De 1999 a 2020, o aumento de 237% nas mortes relacionadas com o álcool entre aqueles com mais de 55 anos foi superior ao de qualquer grupo etário, exceto entre aqueles com 25 a 34 anos.

Para George Koob, diretor do instituto que conduziu o estudo, os americanos não conseguem reconhecer os perigos do álcool.

— O álcool é um lubrificante social quando usado dentro das diretrizes, mas não creio que eles percebam que, à medida que a dose aumenta, ele se torna uma toxina. E ainda menos provável que a população mais velha reconheça isso — afirma.

O crescimento no número de idosos é responsável por grande parte do aumento nas mortes, diz Koob. O envelhecimento da população aponta para uma alta contínua que preocupa prestadores de serviços de saúde, mesmo que o hábito de beber desse grupo não mude.

Mas o fator que ele parece estar mudando. A taxa de pessoas com mais de 65 anos que declara ter consumido álcool no último ano (cerca de 56%) e no último mês (cerca de 43%) fica abaixo dos outros grupos de adultos. Porém, bebedores mais velhos são muito mais propensos a beber com frequência (20 dias ou mais por mês) do que os jovens.

Além disso, uma análise feita em 2018 concluiu que o consumo excessivo de álcool (definido como quatro ou mais bebidas em uma única ocasião para as mulheres, cinco ou mais para os ho-

mens) aumentou quase 40% entre os americanos mais velhos nos últimos 10 a 15 anos.

EFEITO COVID

A pandemia claramente desempenhou um papel importante no aumento de casos de abuso de álcool. Segundo estatísticas do CDC, houve crescimento no número de mortes atribuídas diretamente ao consumo de álcool, de atendimentos de emergência associados ao hálito e das vendas de bebida alcoólica per capita entre 2019 e 2020, à medida que a Covid-19 se espalhava.

Muitos fatores de estresse nos impactaram bastante, principalmente o isolamento e as preocupações de adoecer. Os dados indicam a tendência de beber mais para lidar com esse estresse — constata Koob.

Os pesquisadores também citam um fenômeno chamado efeito de coorte, isto é, variações nos resultados do estudo em grupos específicos. Segundo Keith Humphreys, psicólogo e pesquisador de dependência em Stanford, os boomers (pessoas nascidas entre as décadas de 1940 e 1960) são uma geração que "usa mais substâncias", em comparação com aqueles que vieram antes e depois deles, e parecem não abandonar seu comportamento juvenil.

Estudos mostram também uma redução da diferença de gênero, uma vez que as mulheres têm sido as impulsoras da mudança nessa faixa etária.

De 1997 a 2014, o consumo de álcool aumentou em média 0,7% ao ano entre os ho-

mens com mais de 60 anos, enquanto o uso abusivo ficou estável. Entre as mulheres mais velhas, a ingestão cresceu 1,6% anualmente, e o abuso avançou 3,7%.

— Ao contrário dos estereótipos, as pessoas instruídas da classe média alta têm taxas mais elevadas de consumo de álcool. Nas últimas décadas, à medida que as mulheres foram ficando mais instruídas, elas ingressaram em locais de trabalho onde beber era normativo, e também tinham mais renda disponível. Quando se aposentam, elas agora têm maior probabilidade de beber do que as suas mães e avós — explica o psicólogo.

No entanto, o consumo de álcool representa um impacto ainda maior para os idosos, especialmente para as mulheres, que ficam intoxicadas mais rapidamente do que os homens porque são menores e têm menos enzimas intestinais que metabolizam a substância.

Os idosos podem argumentar que estão apenas bebendo como sempre fizeram, mas as quantidades equivalentes de álcool têm consequências muito mais desastrosas para os mais velhos, cujos corpos não conseguem processá-lo tão rapidamente, alerta David Oslin, psiquiatra da Universidade da Pensilvânia.

— O excesso causa redução do tempo de resposta do pensamento e da capacidade cognitiva à medida que o paciente envelhece — esclarece.

Já muito associado a doenças hepáticas, o álcool também agrava doenças cardiovasculares e renais, se você

bebe há muitos anos, além de causar um aumento na incidência de certos tipos de câncer, adverte Humphreys. Segundo ele, beber contribui para quedas, uma das principais causas de lesões em idosos, e perturba o sono.

Os idosos também tomam muitos medicamentos prescritos e o álcool interage com vários deles. Essas interações são comuns com analgésicos e soníferos, como os benzodiazepínicos, às vezes causando sedação excessiva. Em outros casos, a bebida pode reduzir a eficácia de um remédio.

Para combater o uso indevido de álcool entre os idosos, uma das propostas em discussão nos EUA é aumentar o imposto federal sobre o álcool, pela primeira vez nas últimas décadas.

FERRAMENTAS

Os tratamentos para o uso excessivo de álcool, incluindo psicoterapia e medicamentos, não são menos eficazes para pacientes mais velhos, esclarece Oslin.

— Na verdade, a idade pode garantir uma resposta positiva. Além disso, o tratamento não significa necessariamente ter que se abster. Trabalhamos para moderar o consumo — argumenta.

Dean Nordman, um engenheiro elétrico aposentado e viúvo, que morava sozinho e desenvolvia sintomas de demência, bebia meio litro de uísque por dia quando foi hospitalizado aos 77 anos, depois de perder a consciência, em 2011. Seu filho, Doug, só descobriu o alcoolismo do pai ao atender uma ligação do pronto-socorro.

Doug, a quem seu pai apresentou a cerveja aos 13 anos, bebia muito e chegava ao ponto do desmaio quando era estudante universitário. Depois dessa fase, passou a beber socialmente.

Mas ao ver seu pai recusar ajuda, "percebi que isso era ridículo", relembra. O álcool poderia agravar a progressão do declínio cognitivo e ele tinha histórico familiar. Doug continua sobrio desde aquele telefonema, há 13 anos.

(Com informações de O GLOBO)

Mais efeitos.
Idosos que tomam álcool em excesso têm mais chances de sofrer confusão mental e quedas

Q "O excesso de álcool causa redução do tempo de resposta do pensamento à medida que o paciente envelhece".

David Oslin, psiquiatra

"Muitos fatores de estresse nos impactaram bastante, principalmente o isolamento e as preocupações de adoecer".

George Koob, pesquisador