

Há erros que duram para a vida

Alícia Freitas

Psicóloga - Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM (Unidade Operacional de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências)



O consumo de álcool é um fenómeno transversal entre culturas e ao longo de toda a história. No quadro mundial, a Europa, e também Portugal em particular, apresentam dos maiores índices de consumo per capita. Neste contexto, as mulheres apresentam uma maior vulnerabilidade e as crianças, por nascer, podem também sofrer as consequências de uma opção que não lhes coube. Os estudos sobre os efeitos da exposição ao álcool no útero são claros quanto às consequências de um consumo abusivo, mas um limiar de segurança (quanto ao nível de consumo aceitável) não está claramente definido.

Neste contexto, no final de 2014, o Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências, em estreita articulação com a Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, I.P., desenvolveu o Estudo “O consumo de álcool na gravidez”, centrado nos concelhos de Lisboa e Oeiras, que envolveu uma amostra de conveniência de 1104 participantes.

Nesta, 19% das participantes declararam ter tomado bebidas alcoólicas após conhecimento da gravidez, sendo este consumo essencialmente esporádico, e 1% tomaram bebidas até ficarem “alegres” e/ou fizeram consumos “binge” (beber grandes quantidades de álcool num curto período de tempo).

Verifica-se um certo consenso em torno da ideia de que o con-

A única forma de evitar os erros que duram para a vida, sobretudo para uma criança que não teve opção de escolha, consiste unicamente na prevenção do consumo de álcool na gravidez, evitando assim todas as consequências nefastas que daí possam advir para os envolvidos.



sumo de bebidas alcoólicas na gravidez tem efeitos negativos no bebé, mas uma ambiguidade quanto ao tipo de consumo que é nocivo.

Na esfera preventiva, os dados apresentados evidenciam a necessidade de:

- Divulgar mensagens claras, objetivas, coerentes, quanto ao consumo de bebidas alcoólicas na gravidez: não é seguro beber qualquer “copo” na gravidez;

- Ponderar diferentes veículos de comunicação, sendo que, nesta amostra, os profissionais de saúde e a internet são identificados como fontes de informação privilegiadas;

- Na comunicação/intervenção, seja esta generalizada ou individualizada, ter em consideração a influência da rede social direta no consumo de bebidas alcoólicas na gravidez;

- Consolidar, como prática generalizada no acompanhamento à grávida (e à mulher que planeia engravidar), a identificação do consumo de bebidas alcoólicas e, caso este exista, apoiar a grávida quanto ao abandono do mesmo, designadamente tendo em consideração as suas competências percebidas ao nível do seu controlo.

E a única forma de evitar os erros que duram para a vida, sobretudo para uma criança que não teve opção de escolha, consiste unicamente na prevenção do consumo de álcool na gravidez, evitando assim todas as consequências nefastas que daí possam advir para os envolvidos. **JM**

ESPAÇO DO LEITOR

Faça-nos chegar a sua opinião

1 O JM disponibiliza um espaço dedicado à expressão de opinião por parte dos seus leitores, não só na plataforma online, mas também na edição impressa. “Espaço do Leitor” constitui, na essência, uma rubrica que permite a abordagem de diversos assuntos, procurando ir ao encontro das expectativas de todos os que nos acompanham diariamente.

2 Não obstante ser um espaço de expressão livre, o JM reserva-se, no entanto, ao direito de não publicar qualquer artigo que resulte em ofensa e ataque gratuito, a pessoas ou instituições, além de ser, forçosamente obrigatório, respeitar o Estatuto Editorial do JM

3 Por razões de uma adequada gestão de espaço, os textos não poderão exceder os mil caracteres, reservando-se o JM à análise das exceções, de acordo com a avaliação sobre o respetivo interesse público.

4 Os textos deverão ser, obrigatoriamente, acompanhados da devida identificação do seu autor, admitindo-se que a mesma possa ser preservada na respetiva publicação, em determinadas circunstâncias avaliadas caso a caso.

5 Os textos deverão ser enviados para o mail espacoleitor@jm-madeira.pt ou entregues nas instalações do JM na Rua Dr. Fernão Ornelas 35.

6 A opinião dos leitores publicada na edição impressa, será disponibilizada nesse mesmo dia na edição online.