

Gabriela Fernandes Moraes Fonseca

Maternidade Escola da Universidade  
Federal do Rio De Janeiro

# A Perigosa Combinação entre Álcool e Gravidez



Rio de Janeiro  
2020

# Sumário

<b>Consequências da combinação álcool e gravidez</b>	<b>4</b>
<b>A Síndrome Alcoólica Fetal (SAF)</b>	<b>5</b>
<b>Fatores associados ao consumo de álcool durante a gravidez</b>	<b>6</b>
<b>Recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS)</b>	<b>7</b>
<b>A importância da informação para saúde da mãe e do bebê</b>	<b>8</b>
<b>Mitos e Verdades acerca do uso de álcool por gestantes</b>	<b>10</b>
<b>Referências</b>	<b>12</b>



## CONSEQUÊNCIAS DA COMBINAÇÃO ÁLCOOL E GRAVIDEZ

O álcool é uma das substâncias mais perigosas para o desenvolvimento do feto, e seu consumo, durante a gestação, aumenta, em grande escala, o risco de complicações tanto para a mãe quanto para o bebê. Entre esses riscos, estão o aborto espontâneo e o parto prematuro. Os bebês podem nascer com baixo peso, traços faciais alterados e más formações em alguns órgãos como, por exemplo, nos rins e no coração. Além da aparência física, o uso de bebida alcoólica na gravidez pode acarretar atraso no crescimento e desenvolvimento psicomotor da criança, problemas de hiperatividade, dificuldade de memorização, fala e coordenação.

Muitas vezes, assim que o bebê nasce, não é detectado aspecto incomum e nenhum tipo de alteração é percebido, mas o álcool pode causar danos tardios que podem ser percebidos apenas aos 3 ou 4 anos de idade. Nunca deixe de conversar com seu médico sobre seus hábitos e rotinas na gravidez. Dessa forma, estará contribuindo não só para uma boa gestação, mas também para o adequado desenvolvimento do bebê.

A mulher grávida, em sua primeira consulta, é informada que uma das proibições de sua dieta está relacionada à ingestão de bebidas alcoólicas. E não pode ser diferente! Os principais danos ao bebê são provocados pelo consumo de álcool das mães durante a gravidez.



## **A SÍNDROME ALCOÓLICA FETAL (SAF)**

Como já vimos, segundo estudos dos mais diversos profissionais da saúde, a ingestão de álcool durante a gravidez pode acarretar uma série de problemas na formação do bebê. A manifestação mais grave desse consumo é a Síndrome Alcoólica Fetal (SAF), uma doença causada pela passagem do álcool através da placenta. Quando a mãe bebe álcool, o seu bebê, em menos de uma hora, apresentará no sangue a mesma concentração da substância, mesmo que seja apenas uma gota. Por este motivo, não se deve ingerir nenhuma quantidade de bebida, pois até mesmo a menor quantidade pode prejudicar o bebê.

Uma criança diagnosticada com a Síndrome Alcoólica Fetal pode apresentar:

- Deformações faciais;
- Desenvolvimento lento e atrasado;
- Problemas neurológicos;
- Más formações faciais e cardíacas;
- Baixo peso ao nascer;
- Microcefalia;

Entre outras características.

O grande número de mulheres que ingerem bebida alcoólica socialmente e as gestações não planejadas aumentam o risco de ocorrência da Síndrome Alcoólica Fetal.

A Síndrome Alcoólica Fetal é uma doença que pode ser totalmente prevenida, bastando que a gestante não consuma bebida alcoólica durante a gravidez.

Em 2015, o projeto de lei nº 953/2015, desenvolvido pela Assembleia Legislativa do Rio de Janeiro (ALERJ), em sua ementa, instituiu o Dia da Prevenção da Síndrome Alcoólica Fetal, a ser comemorado anualmente em 15 de setembro. A data foi inserida no Calendário Oficial de Eventos do Rio de Janeiro, com o objetivo de permitir maior reflexão e esclarecimento à população em relação aos danos que podem ser causados devido à prática do consumo de álcool na gestação.



O consumo de álcool também não é recomendado durante a amamentação. O álcool passa para o bebê por meio do leite materno. Pense nisso caso esteja grávida, amamentando ou, ainda, tentando engravidar



## FATORES ASSOCIADOS AO CONSUMO DE ÁLCOOL DURANTE A GRAVIDEZ

As mulheres estão cada vez mais envolvidas com o fenômeno do consumo de bebidas alcoólicas, seja como protagonista, companheira ou familiar de alguém que consome. As consequências estão atreladas ao contexto social no qual elas estão inseridas, ao padrão de consumo, resultando em situações de vulnerabilidade.

O consumo de bebidas alcoólicas é identificado como um grave problema de saúde pública em escala mundial, uma vez que além das agressões psicossociais por ele ocasionadas, comumente permanecem sequelas físicas nos usuários. Tal fato apresenta importante relevância quando se aborda a associação entre consumo de bebidas alcoólicas e gestação, uma vez que tais sequelas atingem não só as gestantes, mas também os recém-nascidos.

Dentre as gestantes mais propensas ao consumo de álcool, encontram-se as mulheres adolescentes, as que não possuem relação conjugal estável, usuárias de cigarros e outras droga. A falta de informação sobre os riscos aos quais está submetendo sua vida e a vida de seu bebê também é um relevante disparador para

o consumo, pois, muitas vezes, o desconhecimento ou os mitos existentes em torno do assunto, fazem com que o hábito inadequado de beber na gravidez seja efetivado.

### **RECOMENDAÇÃO DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS)**

Segundo a Secretaria Nacional Antidrogas (SENAD) e a Organização Mundial de Saúde (OMS), nas últimas décadas, houve um crescimento no consumo de drogas legalizadas e não legalizadas na maioria dos países, sendo constatado que o álcool é a droga mais consumida no mundo. Aproximadamente 2 bilhões de pessoas consomem bebidas alcoólicas, de acordo com os dados dessa Organização.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que nenhum consumo de bebidas alcoólicas seja feito se a pessoa estiver grávida ou amamentando.

Não há um acordo sobre a quantidade de álcool considerada prejudicial para o feto e para a mãe e, portanto, o seu consumo durante a gestação não é recomendado, tendo em vista a impossibilidade de quantificar o quanto de álcool uma gestante pode ingerir sem ocasionar efeito algum em seu organismo e no organismo do recém-nascido.

Se a mulher grávida consumir álcool, mesmo em pequenas doses, o bebê em gestação estará permanentemente sob a influência do álcool.

Os profissionais de saúde devem perguntar a todas as mulheres grávidas se fazem uso de álcool e outras substâncias (passado e presente) o mais cedo possível durante a gravidez e em cada visita pré-natal.

**PRECONIZA-SE A ABSTINÊNCIA TOTAL DE  
SUBSTÂNCIAS ALCOÓLICAS DURANTE A  
GESTAÇÃO!**



### **A IMPORTÂNCIA DA INFORMAÇÃO PARA SAÚDE DA MÃE E DO BEBÊ**

Os efeitos do álcool no organismo da mãe e do recém-nascido não têm relação com a quantidade de álcool que a gestante consome. Logo, as orientações acerca da abstinência para gestantes devem ser consideradas e, para as gestantes que ainda não consumiram bebida alcoólica, é necessário orientação, já que, por não possuir as informações necessárias que desmotive esse hábito tão comum na sociedade, a mesma pode consumir bebidas em festas e comemorações.

Muitas vezes, o pré-natal não tem sido utilizado como momento oportuno para o rastreamento do consumo de bebida alcoólica e o incentivo ao abandono do mesmo. Por acometer fatores físicos, comportamentais, cognitivos e sociais da criança, políticas públicas devem ser conduzidas para a prevenção do consumo de álcool por gestantes, uma vez que se trata de um problema que pode ser evitado.

No caso das gestantes em que não seja possível detectar o consumo de álcool antes da gravidez, a detecção do consumo na gestação deve ser o foco, pois a diminuição ou eliminação do uso pode reduzir a gravidade dos efeitos sobre o feto.

O encaminhamento adequado da gestante que faz uso da bebida alcoólica é a forma mais promissora para se chegar a possíveis resoluções com vistas à atenuação da SAF e de suas consequências, assim como a conscientização das gestantes é a melhor alternativa para se evitar a SAF, tendo em vista que muitas mulheres não possuem informações ou, ainda, possuem informações inadequada acerca dos riscos ocasionados pela ingestão de álcool durante a gestação.

Portanto, gestante, se em algum momento da gravidez, houve consumo de álcool ou, até mesmo, antes de descobrir que estava grávida, procure o seu médico e converse com ele sobre o ocorrido. Sempre há uma forma de minimizar os riscos para sua saúde e de seu bebê.





# MITOS & VERDADES

## ACERCA DO USO DE ÁLCOOL POR GESTANTES

**Mulheres grávidas não devem ingerir bebida alcoólica.**  
**VERDADE!**

Não existe nenhum estudo demonstrando a dose segura de álcool na gravidez.

**Existem bebidas mais fracas e que não fazem mal ao bebê.**  
**MITO!**

Não existem bebidas fracas ou fortes. O que determina o estado de alcoolemia é a quantidade ingerida.  
Obs.: alcoolemia é a quantidade de álcool presente no sangue

**Beber cerveja preta aumenta a produção do leite.**  
**MITO!**

O teor alcoólico da cerveja preta é inferior ao da cerveja clara, mas isso não autoriza o consumo da bebida durante a gestação e nem durante a amamentação. 100% do álcool consumido pela grávida vai para a placenta e também para o leite materno – ou seja, é o mesmo efeito de qualquer bebida alcoólica e, portanto, não está permitida

**Apesar de o consumo ser prejudicial para a criança durante a gravidez, não existem consequências muito graves.**  
**MITO!**

As consequências relacionadas ao consumo de álcool durante a gestação são variadas em sua gravidade, podendo corresponder a um quadro clínico grave e irreversível para o bebê.

**Os prejuízos do consumo de álcool são reversíveis durante a gravidez.**

**MITO!**

As lesões que o álcool pode provocar no feto, principalmente no sistema nervoso central do bebê, são irreversíveis. Por isso, quando gestante, a mulher que costuma beber deve ser orientada pelo seu médico a interromper o consumo de álcool por completo.

**O consumo de álcool em qualquer fase da gestação não é seguro.**

**VERDADE!**

O uso de álcool demonstrou-se prejudicial em qualquer período da gestação.

**A bebida alcoólica só é prejudicial para o fígado.**

**MITO!**

O consumo de bebida alcoólica afeta o funcionamento de todo o organismo, e quando utilizada em excesso, pode trazer graves danos ao coração, pode alterar a pressão arterial, pode causar problemas psiquiátricos, danos neurológicos, estimular a obesidade e o acúmulo de gordura, dentre outros malefícios.

**Mulheres grávidas são mais sensíveis ao álcool e às drogas que os homens. VERDADE!**

O corpo das mulheres tem menos água do que o corpo dos homens. Nelas, o álcool não dilui tanto e é mais absorvido pelo sangue. Assim, as mulheres sofrem mais danos físicos do que os homens mesmo quando bebem uma quantidade igual de bebida.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. Relatório brasileiro sobre drogas. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas; IME USP; organizadores Paulina do Carmo Arruda Vieira Duarte, Vladimir de Andrade Stempluk e Lúcia Pereira Barroso. – Brasília: SENAD, 2009. 364 p

CENTRO BRASILEIRO DE INFORMAÇÕES SOBRE DROGAS PSICOTRÓPICAS (CEBRID) (Brasil). Universidade Federal de São Paulo. Livreto informativo sobre drogas psicotrópicas. 5. ed. Brasília - Df, 2011. Disponível em: <<http://www.justica.gov.br/central-de-conteudo/politicas-sobre-drogas/cartilha-s-politicas-sobre-drogas/drogaspsicotropicas.pdf>>. Acesso em: 13 out. 2017.

Felix JA. Apresentação. In: SENAD, ed. I Levantamento nacional sobre os padrões de consumo de álcool na população brasileira. Brasília: Secretaria Nacional Antidrogas; 2007. p. 5. [Internet] [cited 2008 Abr 2]. Disponível em: [http://www.obid.senad.gov.br/portais/OBID/biblioteca/documentos/Dados\\_Est\\_atisticos/populacao\\_brasileira/Padroes\\_consumo\\_alcool\\_populacaobrasileira/327716.pdf](http://www.obid.senad.gov.br/portais/OBID/biblioteca/documentos/Dados_Est_atisticos/populacao_brasileira/Padroes_consumo_alcool_populacaobrasileira/327716.pdf)

Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Pré-natal e puerpério: atenção qualificada e humanizada: manual técnico. Brasília: Ministério da Saúde; 2006.

Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Gestação de Alto Risco: manual técnico. Brasília: Ministério da Saúde; 2012.

POPOVA, Svetlana et al. Estimation of national, regional, and global prevalence of alcohol use during pregnancy and fetal alcohol syndrome: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet Global Health*, Reino Unido, v. 5, n. 3, p.290-299, 12 jan. 2017.

World Health Organization. Management of substance abuse. Alcohol [Internet]. 2008 [cited 2008 Mar 9]. Available from: [http://www.who.int/substance\\_abuse/facts/alc.ohol/en/index.html](http://www.who.int/substance_abuse/facts/alc.ohol/en/index.html)

pregnancy and fetal alcohol syndrome: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet Global Health*, Reino Unido, v. 5, n. 3, p.290-299, 12 jan. 2017.

World Health Organization. Management of substance abuse. Alcohol [Internet]. 2008 [cited 2008 Mar 9]. Available from: [http://www.who.int/substance\\_abuse/facts/alc.ohol/en/index.html](http://www.who.int/substance_abuse/facts/alc.ohol/en/index.html)