

O ÁLCOOL E A SAÚDE CARDIOVASCULAR *ALCOHOL AND CARDIOVASCULAR HEALTH*

*"It has been reconized that the problems with alcohol related not to the use of a bad thing,
but to the abuse of a good thing."*

Abraham Lincoln

Letícia Barberi*

Talvez nenhuma outra substância seja capaz de agir tão profundamente em ambas direções (risco x proteção) como o álcool. Vários estudos revelam a associação entre seu uso e numerosos eventos adversos, tais como a doença coronariana, *diabetes mellitus*, hipertensão, acidente vascular encefálico, insuficiência cardíaca, demência e o fenômeno de Raynaud. Realmente, o uso excessivo do álcool aponta como a terceira causa de morte nos EUA, incluindo os acidentes provocados pelo mesmo.

Evidências científicas indicam que o consumo leve a moderado, isto significa uma dose diária para as mulheres (13 - 15g etanol) e uma a duas doses diárias para os homens de qualquer bebida alcóolica, reduz a mortalidade em aproximadamente 35% (segundo o Estudo INTER-HEART) tanto em pacientes com alto risco como naqueles com baixo risco cardiovascular. Seu efeito antiaterosclerótico baseia-se na elevação do HDL, diminuição da resistência insulínica e ações antiinflamatórias. É importante ressaltar que todos os tipos de bebidas derivadas do etanol conferem proteção cardiovascular se consumidas leve a moderadamente, contudo, o vinho tinto é o que contém maiores níveis de bioflavonóides, responsáveis pela ação antioxidante.

Em contraste, o consumo excessivo de álcool está associado a uma das principais causas de hipertensão

reversível, possui efeito inotrópico negativo nas fibras miocárdicas, diminui a fração de ejeção e causa hipertrofia ventricular esquerda progressiva quando consumido cronicamente. Além disso, promove acidentes, violência, sendo responsável pelo grande número de causa externa de mortes nos EUA e no mundo.

Agora, conhecidos os efeitos benéficos e maléficos do álcool dose dependentes, resta saber quando indicá-lo. Os últimos *Guidelines* da American Heart Association alertam a contra-indicação do consumo de álcool para aqueles que nunca o fizeram, reservando a indicação para os pacientes que já o fazem de modo leve a moderado. Até o momento não existem recursos diagnósticos que demonstrem a suscetibilidade ou não do paciente aos problemas relacionados ao álcool, portanto, o mais prudente seria não correr riscos!

REFERÊNCIA

1. Keefe JHO, Bybee KA, Lavie C. Alcohol and cardiovascular health: the razor-sharp double-edged sword. *J Am Coll Cardiol.* 2007; 50 (11):1009-14.

Rev. Fac. Ciênc. Méd. Sorocaba, v. 10, n. 1, p. 25, 2008

* Residente em Clínica Médica - CCMB/PUC-SP

Recebido em 23/1/2008. Aceito para publicação em 25/1/2008.

E-mail: leticiabarberi@bol.com.br



SUMEP

SOCIEDADE UNIVERSITÁRIA MÉDICA DE ESTÍMULO À PESQUISA

Cursos, Congressos, conferências e pesquisas

25 Anos promovendo a cultura do estudante de medicina.

Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba.