



# Luna națională de informare despre efectele consumului de alcool iulie

## Fii conștientă! Alcoolul distruge vieți!

Nu este cunoscută nici o cantitate de alcool ce poate fi consumată în timpul sarcinii fără să aibă efecte negative asupra sănătății copilului. Nu există, de asemenea, nici un moment favorabil în timpul sarcinii pentru a bea alcool.

## De ce alcoolul consumat în timpul sarcinii este periculos?

Când o femeie gravidă consumă alcool și fătul consumă. Alcoolul din sângele mamei ajunge prin placentă în organismul fătului. Consumul de alcool în timpul sarcinii poate provoca pierderea sarcinii, nașterea unui copil mort sau diferite tulburări pe tot parcursul vieții, cunoscute sub denumirea de sindrom alcoolic fetal. Copiii cu sindrom alcoolic fetal pot să prezinte următoarele tulburări:

- handicap intelectual sau un coeficient de inteligență scăzut;
- caracteristici faciale anormale cum ar fi o creasta între nas și buza superioară;
- somn dificil și probleme de supt;
- cap de dimensiuni mici;
- înălțime mai mică decât media;



- greutate corporală scăzută;
- coordonare slabă;
- comportament hiperactiv;
- dificultăți de atenție;
- deficit de memorie;
- dificultăți de învățare;
- întârzieri de vorbire și limbaj;
- capacitate scăzută de raționament;
- probleme de auz sau de vedere;
- afecțiuni ale inimii, rinichilor și oaselor.

Referința: <http://www.cdc.gov/ncbddd/fasd/facts.html>

**Femeile gravide nu ar trebui să consume deloc alcool în timpul sarcinii.**

**Pentru femeile care planifică o sarcină, cea mai sigură opțiune este de a nu bea alcool. Cel mai adecvat moment de a renunța la consumul de alcool pentru o femeie care planifică o sarcină este în momentul în care a decis că își dorește un copil.**

**Nu ar trebui să beți alcool în cazul în care sunteți activă sexual și nu folosiți o metodă eficientă contraceptivă.**





# Consumul excesiv de alcool este un factor de risc pentru sănătate

## Riscuri imediate pentru sănătate

Consumul excesiv de alcool are efecte imediate, care cresc riscul afectării stării de sănătate. Aceste efecte imediate sunt următoarele:

- Accidente involuntare, inclusiv accidente rutiere, căderi, înecuri, arsuri și leziuni neintenționale prin arme de foc.
- Violența, inclusiv violența partenerului de viață și rele tratamente aplicate copilului, studiile au arătat de asemenea, că alcoolul este un factor important în relele tratamente aplicate copilului și în cazurile de neglijare reprezentând substanța cea mai frecvent consumată de către aceste categorii de părinți.
- Comportamente sexuale cu risc, inclusiv sexul neprotejat, sex cu parteneri multipli și risc crescut de agresiune sexuală. Aceste comportamente pot duce la sarcini nedorite, sau la boli cu transmitere sexuală.
- Pierderea sarcinii și nașterea unui copil mort la femeile gravide și o combinație de deficiențe fizice și psihice la naștere, în rândul copiilor, care durează pe tot parcursul vieții.
- Intoxicația cu alcool, o urgență medicală, care rezultă din niveluri ridicate de alcool în sânge care deprimă sistemul nervos central și poate provoca pierderea conștienței, scăderea tensiunii arteriale și a temperaturii corpului, comă, detresă respiratorie, sau deces.



## Riscuri pentru sănătate pe termen lung

În timp, consumul excesiv de alcool poate duce la dezvoltarea unor boli cronice, afecțiuni neurologice și probleme sociale. Acestea includ, dar nu sunt limitate la:

- Probleme neurologice, inclusiv demență, accident vascular cerebral și neuropatie;
- Probleme cardio-vasculare, inclusiv infarct miocardic, cardiomiopatie, fibrilație atrială și hipertensiune arterială;
- Probleme psihice, inclusiv depresie, anxietate, și sinucidere.
- Probleme sociale, până la pierderea locului de muncă și probleme familiale.
- Cancer al cavității orale, gât, esofag, ficat, colon și sân. În general, riscul de cancer crește odată cu creșterea cantității de alcool consumată.
- Boli de ficat și anume:
  - hepatopatia alcoolică;
  - ciroză hepatică;
  - la persoanele cu virusul hepatitei C, înrăutățirea funcției hepatice și interferența cu medicamentele utilizate pentru a trata această afecțiune.
- Alte afecțiuni gastro-intestinale, inclusiv pancreatită și gastrită.

Referința: <http://www.cdc.gov/alcohol/fact-sheets/alcohol-use.htm>

**DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ NEAMȚ**  
Compartimentul de Evaluare și Promovare a Sănătății

Tipărit din P.N.V.-1



Ministerul Sănătății



Institutul Național de  
Sănătate Publică

**CNEPSS**

Centrul Național de Evaluare și  
Promovare a Stării de Sănătate



Centrul Regional de  
Sănătate Publică Sibiu