

EFECTELE CONSUMULUI DĂUNĂTOR DE ALCOOL



- 85% din românii în vârstă de peste 15 ani consumă alcool
- 1 din 5 bărbați consumatori de alcool sunt "mari băutori" (consum excesiv de alcool)
- 17.000 decese/an determinate de alcool, din care jumătate la persoane active (20-64 ani)
- mortalitatea prin boli cardiovasculare, ciroză hepatică, accidente depășește de 1,5-3 ori media europeană
- 25 milioane €/an = costurile spitalizării pacienților cu boli atribuibile alcoolului
- 53% din români răniți în conflicte declanșate de alcool



- 79% din adolescenții români consumă alcool
- 60% au băut prima dată înainte de vârsta de 13 ani, iar 6,1% înainte de 9 ani
- debutul consumului înainte de 15 ani = risc de 4 ori mai mare pentru dependență alcoolică; înainte de 13 ani = risc de 7 ori mai mare pentru consum excesiv și asociere de alte droguri de abuz (tutun, droguri ilegale)
- 36% au un model de consum de tip episodic excesiv
- un sfert din tinerii 18-34 ani au fost victime ale agresiunilor ca urmare a consumului de alcool



O unitate (o porție) de băutură



350 ml bere 5% (o doză mică) = 120 ml vin 12% (un pahar de vin umplut pe trei sferturi) = 50 ml țarie 40% (aproximativ 1 păhărel)

Băuturile preferate



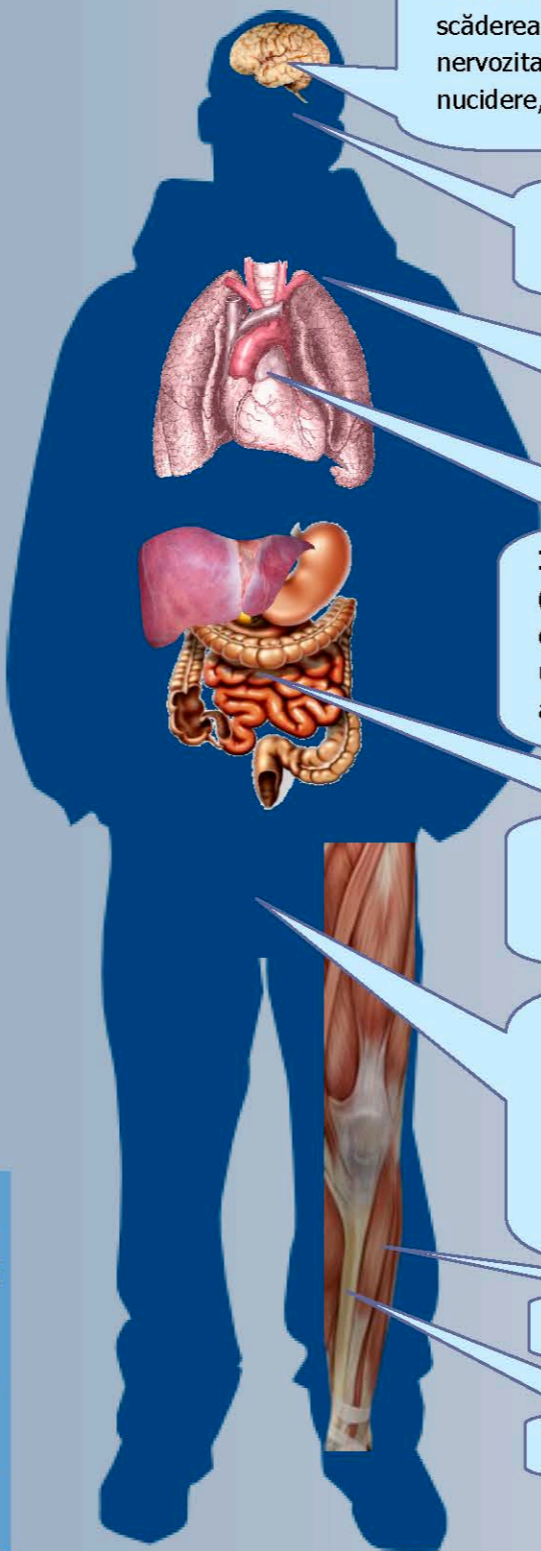
Pattern-uri de consum



cel mult: la femei 1 porție/zi la bărbați 2 porții/zi	mai mult de: la femei 3 porții/zi sau 7 porții/săpt la bărbați 4 porții/zi sau 14 porții/săpt	consum regulat (habitual) cel puțin o dată pe săptămână, mai mult de: 4 porții /femei; 5 porții/bărbați consum episodic excesiv perioade de consum excesiv de alcool mai mare de o zi, intercalate cu perioade de abținere	= alcoolism - consum cronic (zilnic/aproape zilnic) de alcool în cantități mari - pierderea controlului asupra consumului - dorință puternică de a bea în ciuda consecințelor negative asupra sănătății, vieții familiale, sociale sau profesionale
---	---	---	---

consum dăunător = de risc = periculos pentru sănătate

Efectele pe termen lung ale consumului dăunător de alcool



Sistem nervos (gândire încetă, scăderea memoriei, insomnie, nervozitate, agresivitate, depresie, sinucidere, epilepsie, demență)

Piele (înroșirea pielii, pete, aspect îmbătrânit, buhăit)

Aparat respirator (pneumonie, tuberculoză, HIV/SIDA)

Inima și vase de sânge (cardiopatie ischemică, infarct miocardic, accidente vasculare cerebrale urmate de paralizii, hipertensiune arterială)

Sistem digestiv (scăderea absorbției de vitamine și nutrienți, hepatită, ciroză, pancreatită, cancer)

Aparat reproducător (pierderea dorinței sexuale, bărbați: impotență; femei: scăderea fertilității, avort spontan; consum de alcool la gravide: malformații ale fătului și retard mental)

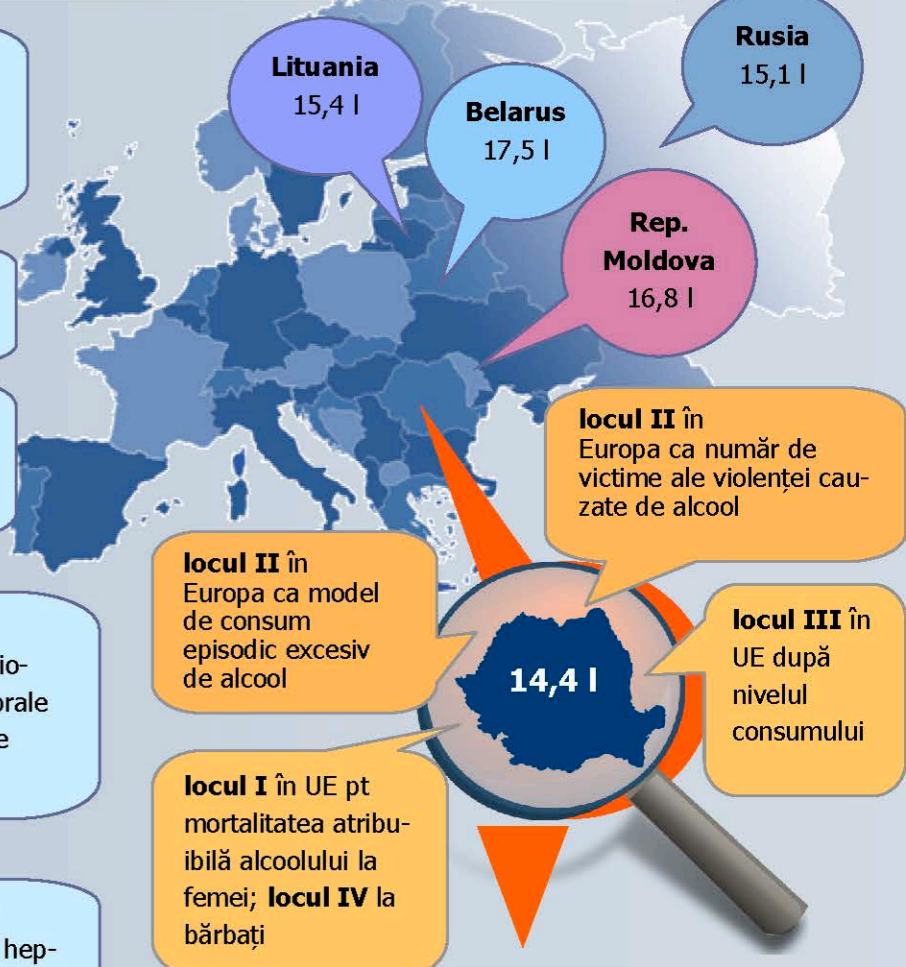
Mușchi (slăbiciune musculară)

Oase (osteoporoză)

Consumul de alcool în Europa

- = aproape dublul consumului mediu global
- a 3-a cauză boală și moarte prematură (peste 200 boli)
- 70% din toate decesele sunt cauzate de consumul de alcool (1 din 10 femei și 1 din 4 bărbați de 15-29 ani)
- 1,3 din PIB-ul unei țări = costurile datorate alcoolului
- mortalitatea atribuită alcoolului a crescut cu 22-65% în țările est și sud est europene și a scăzut cu 22-27% în țările mediteraneene și central vest europene (în ultimii 25 ani)

Europa
10,9 litri alcool pur/persoană 15 ani și peste/an



locul II în Europa ca număr de victime ale violenței cauzate de alcool

locul II în Europa ca model de consum episodic excesiv de alcool

locul III în UE după nivelul consumului

locul I în UE pt mortalitatea atribuită alcoolului la femei; locul IV la bărbați

Consumul de alcool raportat exclusiv la populația băutoare de alcool/15 ani și peste

