

Quarta-Feira, 24 de Dezembro de 2025

## **Consumo de bebidas alcoólicas nas festas de fim de ano aumenta riscos à saúde**

**ALERTA**

**Agência Brasil**

O consumo de bebidas alcoólicas tende a aumentar no período de festas de fim de ano, impulsionado por confraternizações e celebrações familiares. Para a psiquiatra Alessandra Diehl, membro do conselho consultivo da Associação Brasileira de Estudos do Álcool e Outras Drogas (Abad), **esse consumo potencializa os riscos à saúde física e mental e traz prejuízos para as relações sociais.**

A especialista destaca que não existe consumo seguro de álcool. Ela lembra que documentos recentes, [ratificados pela Organização Mundial da Saúde \(OMS\)](#), reforçam que qualquer quantidade ingerida pode trazer prejuízos.

“Entre os principais problemas observados nesse período estão quedas, intoxicações e a redução da supervisão de crianças em ambientes com adultos alcoolizados”, diz.

“É muito comum que nessa época os pronto-atendimentos pediátricos recebam casos de crianças que ingerem bebida alcoólica porque os adultos não supervisionam adequadamente”, complementa.

A psiquiatra destaca ainda o aumento de episódios de agressividade e o risco da mistura com medicamentos.

“A pessoa vai perdendo o juízo crítico e acaba se colocando em situações de risco, como dirigir intoxicado, além do aumento da agressividade e de conflitos familiares”, diz Alessandra.

**Para quem já enfrenta problemas com álcool, o fim de ano representa um período especialmente delicado, com maior risco de recaídas.**

“É um período em que a bebida é ofertada grandemente, e a nossa cultura faz uma glamourização muito forte do álcool, o que aumenta a vulnerabilidade de quem está em recuperação”, alerta.

“A bebida não pode ser a protagonista das festas. Quando a gente glamouriza o álcool, isso pode ser um gatilho para pessoas emocionalmente vulneráveis”, complementa.

A psiquiatra também chama atenção para os impactos na saúde mental. Segundo ela, muitas pessoas recorrem ao álcool como forma de lidar com tristeza, ansiedade e frustrações comuns nessa época do ano.

“O álcool acaba sendo usado como uma anestesia para lidar com esse mal-estar, mas isso pode piorar sintomas de ansiedade e depressão já existentes”, diz Alessandra.

**Álcool e juventude**

Outro ponto de preocupação é o aumento do consumo entre adolescentes. Em setembro de 2025, foi divulgado o [3º Levantamento Nacional de Álcool e Drogas \(Lenad III\)](#), feito em parceria pelo Ministério da Justiça e Segurança Pública e a Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Enquanto a proporção de adultos que bebem diminuiu em relação aos dados anteriores, o consumo entre adolescentes cresceu.

Na população adulta, a proporção de pessoas que bebem regularmente caiu de 47,7% em 2012 para 42,5% em 2023. **O consumo pesado de álcool (60g ou mais em uma ocasião) aumentou entre os menores de idade, passando de 28,8% em 2012 para 34,4% em 2023.**

“Não existe ‘beber com moderação’ para adolescentes. Eles não podem beber, por lei, e têm um cérebro ainda em desenvolvimento, o que pode ser impactado pelo consumo de álcool”, diz Alessandra Diehl.

A psiquiatra critica a postura de famílias que permitem ou incentivam o consumo dentro de casa.

“Dizer que é melhor o adolescente beber sob supervisão é uma fala extremamente permissiva e equivocada. A prevenção passa por uma presença familiar mais ativa e por mensagens claras de que o álcool não deve ocupar o centro das celebrações”, diz Alessandra. “É possível dizer: aqui em casa a bebida não é o principal, e você, como adolescente, não vai beber”.