

## **Alcoolismo não é Sem-vergonhice, é Doença**

*Maria Tereza Alencar  
Editor Técnico*



***República Federativa do Brasil***

*Fernando Henrique Cardoso*  
Presidente

***Ministério da Agricultura e do Abastecimento***

*Marcus Vinícius Pratini de Moraes*  
Ministro

***Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária***

***Conselho de Administração***

*Marcio Fortes de Almeida*  
Presidente

*Alberto Duque Portugal*  
Vice-Presidente

*Dietrich Gerhard Quast*

*José Honório Accarini*

*Sérgio Fausto*

*Urbano Campos Ribeiral*

Membros

***Diretoria-Executiva da Embrapa***

*Alberto Duque Portugal*  
Diretor-Presidente

*Dante Daniel Giacomelli Scolari*

*Bonifácio Hideyuki Nakasu*

*José Roberto Rodrigues Peres*

Diretores

***Embrapa Arroz e Feijão***

*Pedro Antônio Arraes Pereira*  
Chefe-Geral

**Alcoolismo não é  
Sem-vergonhice,  
é Doença**



ISSN 1516-7518

Dezembro/2002

---

*Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária  
Centro Nacional de Pesquisa de Arroz e Feijão  
Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento*

## ***Documentos 138***

# **Alcoolismo não é Sem-vergonhice, é Doença**

**Maria Tereza Alencar**  
Editor técnico

Santo Antônio de Goiás, GO  
2002



*Exemplares desta publicação podem ser adquiridos na:*

**Embrapa Arroz e Feijão**

Rod. Goiânia Nova Veneza , Km 12

Caixa Postal 179

Fone : ( 0xx62) 533 2110

Fax : (0xx62) 533 2100

sac@cnpaf.embrapa.br

<http://www.cnpaf.embrapa.br>

75375-000 Santo Antônio de Goiás , GO

**Casa de Solana**

Rua VC-1 Qd-C Lt-19, Vila Campos

75375-000 Santo Antônio de Goiás - GO

**Supervisor editorial:** *Marina A. Souza de Oliveira*

**Revisor de texto:** *Ney Gonçalves*

**Ilustrações:** *Marcelo Verde – Reproduções do livro Alcoolismo: como entender e ajudar – Paulinas Editora – São Paulo, 1995.*

**Edição eletrônica:** *Clauber Humberto Vieira*

**Capa:** *Clauber Humberto Vieira*

**Catálogo na fonte:** *Ana Lucia Delalibera de Faria*

**Tiragem:** *2.000 exemplares*

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
Embrapa Arroz e Feijão

---

Alcoolismo não é sem-vergonhice, é doença / editor técnico

Maria Tereza Alencar. – Santo Antônio de Goiás :

Embrapa Arroz e Feijão, 2002.

23 p. – (Documentos / Embrapa Arroz e Feijão, ISSN  
1516-7518 ; 138)

1. Dependência química – Alcoolismo. I. Alencar, Maria Tereza (Ed.). II. Embrapa Arroz e Feijão. III. Série.

CDD 616.8619 (21. ed.)

---

© Embrapa 2002

# Apresentação

A atuação das empresas nas ações sociais tem sido cada vez mais valorizadas, à medida em que apontam os impactos na melhoria de qualidade de vida da comunidade. Neste contexto, a Embrapa tem se preocupado com a integridade do empregado, buscando, ainda que informalmente, um envolvimento e compromisso nas ações que geram satisfação e maior produtividade em seus recursos humanos.

Um grupo de voluntários, empregados da Embrapa Arroz e Feijão, constitui o Grupo Anônimo de Apoio Fraternal – GAAP, cujo objetivo principal é desenvolver ações voltadas para atendimento de problemas de ordens diversas, incluindo tratamento e prevenção das dependências químicas, junto aos empregados da Unidade, compartilhando, este trabalho, com outros grupos de auto ajuda.

Um desses grupos é a Casa de Solana, uma ONG (Organização não Governamental) sem fins lucrativos, apartidária e ecumênica, cujo objetivo é servir à comunidade de Santo Antonio de Goiás, através de atividades artísticas, culturais e educativas. Atualmente, desenvolve os seguintes trabalhos: grupo de crianças e adolescentes; grupo de mães; ginástica para a terceira idade; grupo ecológico; grupo de apoio ao dependente do álcool; campanhas e publicações educativas. A ideologia da Casa de Solana é servir ao próximo, não existindo nenhuma intenção religiosa ou partidária específica, a não ser a de aproximar as criaturas de seu Criador da forma como cada um O vê.

Esta obra tem o objetivo de esclarecer a comunidade, tentando diminuir o estigma que recai sobre o dependente químico, e orientar sua família no procedimento para a recuperação do paciente.

*Maria Tereza Alencar*  
*Presidente da Casa de Solana*

*Pedro Antônio Arraes Pereira*  
*Chefe-Geral da Embrapa Arroz e Feijão*

# Sumário

<b>Alcoolismo e seus aspectos físicos e psicológicos</b> .....	9
Por que se diz que é incurável? .....	10
Por que é fatal? .....	10
<b>Início do processo</b> .....	10
Efeitos físicos .....	11
Fenômenos psicológicos .....	12
<i>Negação</i> .....	12
<i>Mente alcoólica</i> .....	12
Aspectos da negação .....	14
<i>Justificativas</i> .....	14
<i>Minimização</i> .....	14
<i>Mentiras</i> .....	14
<i>Apagamentos</i> .....	15
<i>Projeção</i> .....	15
<i>Lembrança eufórica</i> .....	16
<b>O alcoolismo e as relações familiares</b> .....	17
Efeitos do alcoolismo na família .....	19
Algumas características dos filhos do alcoólatra .....	20
A família promove o alcoolismo .....	21
Como a família promove o alcoolismo .....	21
<b>O caminho da cura</b> .....	22
<b>Bibliografia consultada</b> .....	23

# **Alcoolismo não é Sem-vergonhice, é Doença**

---

## **Alcoolismo e seus aspectos físicos e psicológicos**

Alcoolismo é uma doença crônica, incurável e fatal. Começa sorrateiramente e vai se disseminando gradativamente, ou seja, o indivíduo começa tomando um "Inocente" copinho de cerveja ou outra bebida qualquer, sente-se bem, fica alegre, e em poucos dias outro copinho e por aí vai até que se torna totalmente dependente do álcool, não conseguindo funcionar (viver) sem tomar sua dose. No entanto, isso não é regra geral pois nem todas as pessoas que bebem tornam-se dependente do álcool, todavia não existe nenhum fator que garanta antecipadamente que o indivíduo vá ou não tornar-se um alcóolatra, logo, todos correm o mesmo risco sem discriminação de sexo, classe social, nível intelectual etc. Contudo, estudos têm demonstrado que o componente hereditário é bastante forte - filho de pais alcóolatras têm grande probabilidade de desenvolverem a doença do alcoolismo.

Mas o que é exatamente o alcoolismo?

É a impotência diante da bebida, a incapacidade de parar de beber, é a compulsão por mais um gole.

## Por que se diz que é incurável?

Um indivíduo com a doença do alcoolismo pode passar um longo período de sua vida sem beber (nesse sentido tem cura) no entanto em qualquer tempo que experimentar o primeiro gole recomeça tudo. Fatos mostram pessoas que conseguiram ficar sem beber por mais de 40 anos e após o primeiro gole não mais conseguiram parar até morrerem da doença.

## Por que é fatal?

Porque atinge partes nobres do sistema nervoso como o cérebro e órgãos vitais como o fígado, os pulmões e o coração, além de expor o dependente a acidentes graves.

## Início do processo

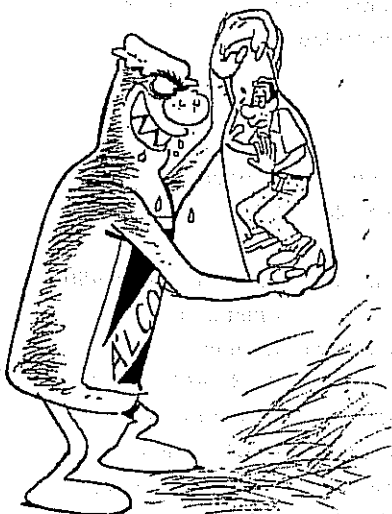
Tudo começa “naturalmente”. O indivíduo experimenta a bebida alcoólica e sente uma “alegria” muito grande, passa a pensar então que o álcool o faz bem e até o ajuda. Sente-se rico, bonito, inteligente desinibido e inspirado quando bebe e essas sensações o levam a beber de novo.



Aos poucos vão surgindo mudanças no comportamento do indivíduo que ele não percebe como, por exemplo, a inapetência sexual, desistesse pelo trabalho, pela família e por todos os que não bebem. Ele passa a só pensar na bebida pois nenhuma outra coisa lhe traz tanta “felicidade”. Quando as pressões familiares se tornam muitas ele pára um pouco, para reiniciar com mais sofreguidão logo que as “coisas se acalmem”. O que muitas pessoas não sabem é que a sensação de “felicidade” é um trabalho do cérebro humano que produz uma química

chamada endorfina, que faz com que nos sintamos alegres todas as vezes que admiramos um fenômeno como o sol e as montanhas. O que ocorre é que com o

modo degenerado de beber não permite ao fígado metabolizar todo o álcool ingerido e a parte que não sai do corpo vai para o cérebro, precisamente para o sistema nervoso central. No cérebro, o álcool fabrica a endorfina de que o dependente tanto precisa. Como ele continua a beber progressivamente, de tanto o álcool fabricar endorfina, o cérebro deixa de fazê-lo e, com o tempo, desaprende a trabalhar. A partir daí, quando o dependente não bebe, fica deprimido porque o cérebro desaprendeu a cumprir "suas obrigações". Então o indivíduo bebe para alegrar-se. Quanto mais a pessoa bebe, mais intensifica a intoxica-



ção das células de seu corpo, num grau tão comprometedor que, quando ele pára de beber, todo o seu organismo reclama pedindo álcool. E se ele não bebe experimenta sensações desagradabilíssimas. Seu corpo todo treme e ele termina por cair, se contorcer e babar como se estivesse tendo uma crise epilética (convulsão alcóolica) chamada de Crise de abstinência. A essas alturas já se torna perigoso parar de beber sem assistência médica (último estágio da dependência). Sem o álcool o dependente não consegue falar direito, seus pensamentos giram em torno da bebida. Para ele, parar de beber significa parar de viver.

## Efeitos físicos

Infelizmente os efeitos do álcool só surgem quando a bebida já provocou danos consideráveis. Como o alcoolismo ainda é uma doença muito incompreendida, o doente procura tratamento para os sintomas sem querer abandonar a verdadeira causa do problema: a bebida. Quando os sintomas físicos aparecem, já existe todo um comprometimento mental estabelecido que o leva a não querer parar (pessoas fazendo tratamento de cirrose e bebendo paralelamente).

O fato de fazer tratamento de desintoxicação não significa que o dependente esteja curado.

O álcool mata as células do corpo humano e pode destruir todos os órgãos vitais de quem bebe exageradamente. Ele ataca bem devagar ao longo dos anos, e quando a vítima apresenta sintomas visíveis, os danos podem ser irreparáveis.

Os primeiros efeitos da doença ocorrem no cérebro, no qual se instala um processo de deterioração que compromete a percepção, a coordenação e função motora além da perda da memória. Progressivamente destrói o coração, o fígado e o pâncreas. Aumenta o risco do câncer e torna o organismo vulnerável a infecções (compromete o sistema imunológico).

## Fenômenos psicológicos

**NEGAÇÃO** – o indivíduo nega que esteja se afogando na bebida “eu paro quando eu quiser”, “eu controlo”. “Não sou alcoólatra”

**MENTE ALCOÓLICA** – a mente do alcoólatra fica distorcida. Ele vai modificando seu caráter e se afastando cada vez mais, de si próprio. De início, a mente desenvolve um estado de **FANTASIA** tão espetacular, que o alcoólatra tem a impressão que descobriu o elixir da vida. Quer viver no limite da felicidade. Desenvolve uma grandiosidade para com tudo e todos. Sente-se o melhor. Cria a capacidade de ver o que não via antes. As festas são mais festas e a vida parece muito mais bela. No entanto ele se recusa a aceitar o fim daquilo e vai pulando de uma festa para outra e pode ficar até três dias na folia.



Este estado de fantasia não dura para sempre, mas também não se acaba. Se transforma em **OBSESSÃO**, levando o dependente a procurar desesperadamente ocasião para beber. Não entende porque algumas pessoas não compartilham com ele dessa “felicidade”. Os lugares habituais, como a casa e o trabalho passam a ser insuportáveis, o que o atraía antes torna-se enfadonho e ele se afasta.



É a vontade que faz a pessoa por em prática suas decisões, seus desejos e tudo aquilo que considera melhor para sua vida. A obsessão é a distorção dessa vontade e consiste em EXIGIR que tudo seja como ele quer. Manipula as pessoas para conseguir o que quer e torna-se insuportável. Quer ter o controle de tudo e de todos e o seu lema é: SEJA FEITA A MINHA VONTADE (este estágio é atingido logo que se instala a dependência)

A doença é progressiva e a obsessão se transforma em **PARANÓIA**. De tanto contrariarem, exigindo que se modifique; que pare de beber, de tanto se "envolverem" em sua vida, ele desenvolve o estado mental de que **TUDO E TODOS** estão contra ele, principalmente seu chefe e sua esposa ("fui despedido por despeito" "Minha mulher não me compreende"). Pode desenvolver uma agressividade que vai de gritos até espancamento e brigas constantes na rua. Pode querer deixar seu emprego por julgar que todos estão tramando contra ele e não adianta tentar convencê-lo de que tudo é imaginário pois ele acredita no que cria.

O último estágio mental doentio é a **ALUCINOSE**, a pessoa passará a confundir realidade com imaginação, ou seja, não saberá mais distinguir o que vivenciou do que criou. Passará a narrar fatos que outras pessoas sabem que não ocorreram. Passará a ouvir vozes, quase sempre recriminando-o, e terá alucinações, enxergando vultos e bichos; e será comum estar sempre numa luta constante contra inimigos imaginários (reais para ele). Podem até acontecer tragédias, quando alguém se interpõe entre ele e essas alucinações, podendo por exemplo atirar num filho para "matar um bicho" ele ainda pode desenvolver um delírio de ciúme incrível e ninguém será capaz de convencê-lo de que a esposa não o trai. Pode entrar em *delirium tremens*, que são quadros alucinatórios que podem durar ininterruptamente até dez dias. Estes quadros costumam surgir até seis dias após o abandono da bebida. Neste estado mental, pode entrar na **PSICOSE DE KORSAKOF**: desaparece a memória atual e ele praticamente não identifica mais as pessoas.

A mente dele cria situações incompreensíveis para as outras pessoas. Por exemplo se as pernas doem por causa da polineurite, que é comum neste estágio, ele inventará um motivo para essas dores. Poderá dizer que pisou em cacos de vidro e "mostrar" com toda convicção que os vidros ainda estão no pé. Ele não precisará mais beber como antes para que esses sintomas apareçam é comum neste estágio se envolver em acidentes sem ter bebido.

A mente alcoólica distorce a realidade e o doente, para poder sobreviver, precisa atenuar o sofrimento por tantos desacertos. Então adota um sistema de comportamento conhecido como **NEGAÇÃO**.

Começa a invadí-lo um sentimento de “EU NÃO PRESTO E O MUNDO VIVERIA MELHOR SEM MIM”. Isto o faria explodir, se persistisse, então ele tem de adotar algo que o alivie.

À medida que a dependência se desenvolve e os problemas se avolumam, a auto-imagem e a força interior do alcoólatra vão declinando. Ele se torna cada vez mais incapaz de manter o domínio do seu próprio comportamento e também começa a perder o controle de suas emoções. O raciocínio fica avariado.

### *Aspectos da negação*

**JUSTIFICATIVAS** – “Estou bebendo porque acabei de perder o emprego”; “Porque meu time ganhou”, “Porque está muito frio hoje”; “Pra refrescar” etc. Tudo tem uma explicação. Ele dá qualquer desculpa para esconder o verdadeiro motivo por que ele bebe, que é a **DEPENDÊNCIA**.

**MINIMIZAÇÃO** - “Eu só tomei um chopinho”; “Eu só me atrasei um pouquinho” – ele tenta diminuir a importância dos problemas que cria e das quantidades de bebida que ingere. Os acidentes com o carro serão sempre uma “batidinha” e as brigas um “empurrãozinho” e os grandes conflitos conjugais são “briguinhas de casal”.

É muito grande o contraste entre os fatos da vida do alcoólatra e a pessoa que ele diz que é. As ausências de casa, as agressões de toda ordem, as suas infidelidades, enfim os seus defeitos de caráter não são reconhecidos por ele. É capaz de chorar ao ver um gatinho abandonado e não enxerga as necessidades de seus próprios filhos. No entanto, julga-se o melhor pai do mundo e disso se vangloria. Ele, na verdade, recusa-se ver, sentir e ouvir qualquer fato que possa macular sua “aura de bondade”.

**MENTIRAS** – não é que o alcoólatra seja um mentiroso; ele se torna assim a partir do momento em que desenvolve a dependência e se envolve em fatos que não poderá explicar sem mentir: Se leva um surra na rua, mente que caiu

no banheiro para não ser recriminado. Às vezes depois de recuperado não consegue saber se viveu ou não determinadas situações uma vez que para ele a mentira e a verdade andam misturadas e ele passará a acreditar na sua mentira para sentir-se aliviado.

**APAGAMENTOS** – faz tudo o que tem de fazer até dirigir carros, pilotar aviões etc., mas não lembra do que aconteceu. Tenta lembrar a noite anterior e só consegue até uma certa parte, o resto é lacuna (“onde deixei as minhas chaves?”) pode ter comportamentos agressivos como por exemplo, tentar matar a esposa e não se lembrar no outro dia, não dando nenhuma importância ao fato de não se lembrar.

Esses apagamentos são explicados pelo Dr.

Jellineck, como um mal causado pela diminuição de oxigênio da corrente sanguínea, ocasionada pelo álcool. Esta deficiência momentânea de oxigênio vai até o córtex cerebral e provoca, no lóbulo central, a interrupção da memória consciente, enquanto durar a falta do oxigênio. Esta interrupção pode durar segundos, horas ou dias, conforme a gravidade do caso. Os apagamentos freqüentes e de longa duração produzem deterioração irreparável no tecido nervoso.



**PROJEÇÃO** - (“Você é uma mulher intragável”) Sempre culpará alguém por alguma coisa pelos seus fracassos ou pelo seu modo de beber (os planos econômicos, a esposa, a sogra etc). É o processo de descarregar sobre os outros a raiva que tem dentro de si. Quanto mais detestável ele se vê, tanto mais sente que está cercado de pessoas “detestáveis” e alimentará, inconscientemente, a certeza de que tais pessoas estão sempre procurando interferir na vida dele, tornando tudo mais difícil.

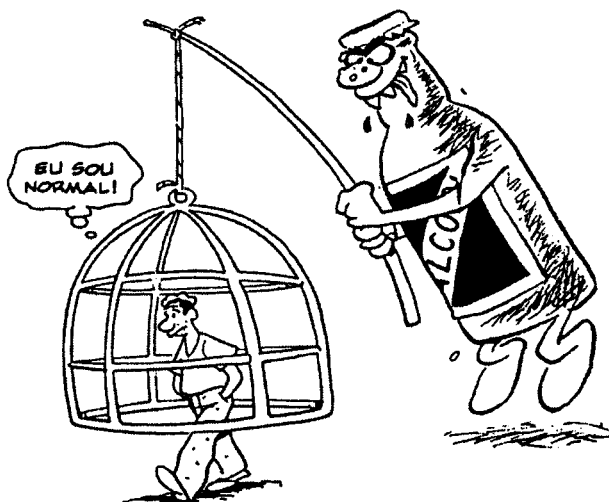
A projeção tanto pode se manifestar através de uma simples queixa quanto através de um ato de agressividade violento. De qualquer forma é um acúmulo de ódio que ele descarrega em alguém para poder se aliviar. E acredita que as pessoas em quem descarrega são realmente detestáveis.

O pior disso tudo é que as “vítimas” sabem que há algo errado, mas não sabem o que é.

Desconhecem este aspecto da negação, e sentem-se culpadas todas as vezes em que são acusadas. Acabam prisioneiras da idéia de que devem ter feito alguma coisa para provocar aquele ódio e que precisam agir para terminar com aquilo. As tentativas para consertar a situação acabam falhando e tudo fica cada vez pior e elas se sentem cada vez mais ansiosas e culpadas.

**LEMBRANÇA EUFÓRICA** – o presente machuca o dependente e ele vive do passado, onde um dia foi realmente considerado uma boa pessoa (“Eu sou o melhor no meu trabalho!”) mas a realidade é bem outra. Vai muito mal no trabalho. Sua família já não o quer em casa. O alcoólatra já não consegue viver com a sua realidade presente e se deixa embalar pela lembrança de seu passado de êxitos. E termina por acreditar nisso não se permitindo nenhuma forma de ajuda tipo “recomeçar de baixo”. Não aceita cargos subalternos por “não estarem a altura de sua capacidade e inteligência”.

Enfim, ele precisa desse sistema de defesa, dessa muralha protetora, para poder beber sem perceber os problemas que isto acarreta e a NEGAÇÃO o levará cada vez mais para longe de sua realidade. Estará cada vez mais comprometido em ver, ouvir e sentir.



**Ele está numa armadilha e não vai sair porque não sabe que está nela.**

## O alcoolismo e as relações familiares

Na organização da vida tudo tem o seu papel e o seu par oposto: noite e dia, claro e escuro, frio e calor, etc e homem e mulher, que representam duas formas de energia primária fundamentais que é o Masculino e o Feminino. Essas energias opostas, ao invés de antagonicas (uma contra a outra), são complementares. Não tem que ser só dia, ou só noite. Só frio, ou só calor. Só homem ou só mulher. Ambos se completam para formar o todo humano tanto do ponto de vista biológico, quanto psicológico.

A energia masculina é objetiva e fixadora. Por isso o papel principal do homem é garantir a estrutura material da família: o alimento, a habitação a educação formal etc., e formar o superego que é aquela parte de nossa mente que nos censura, critica, protege, limita, que diz "isto é certo", "isto é errado". É a segurança no mundo material e moral.

Já a energia feminina é subjetiva. Representa a sensibilidade, o aconchego, o acolhimento, e o papel principal da mulher é garantir a estrutura espiritual da família.

É o pai quem ensina a ganhar dinheiro, é a mãe quem ensina a economizar; é o pai quem garante o médico, é a mãe quem dá o remédio; é o pai quem ensina a se impor, é a mãe quem ensina a rezar; é o pai quem ensina a pedir, é a mãe quem ensina a dar.... e como tudo isso são elementos fundamentais para o equilíbrio psicológico do indivíduo, é indispensável um pai e uma mãe equilibrados e conscientes de seu papel.

É na infância que se escreve a "Carta Magna" da vida, a constituição, o código de ética de cada pessoa. E embora a educação formal gaste fortunas com livros e técnicas, a criança aprende e apreende mais com o exemplo. São nos primeiros anos de vida que, se determina se o indivíduo vai se sentir um ganhador ou um perdedor, um sadio ou um doente, um forte ou um fraco, dependendo do que ele receber dos pais, poderá amar-se ou odiar-se, amar ou odiar o mundo e a vida.

A adolescência por si só, pelo menos na nossa cultura, é uma fase bastante conturbada, e de certa forma desequilibrante, porque o menino e a menina, que já não são mais crianças, e também não são adultos, mas caminham para isso,

enfrentam o mundo adulto rasgando-o porque na sua compreensão, só assim conseguirão seu espaço, pois o mundo dos adultos já está construído por eles e o adolescente está construindo o seu, investigando e desmascarando tudo, e o referencial de segurança, ou ponto de sustentação para não se desequilibrar, são os pais (as raízes). Se estes estão desequilibrados, ele fica sem sustentação. É como se segurasse numa raiz apodrecida e que pode levá-lo a construir um mundo apodrecido, prestes a despencar e daí ele pode tomar vários caminhos: um deles é apodrecer junto com o mundo; outro é deixar para lá e reequilibrar-se sozinho, o que não é tão fácil, pode criar ódio do pai e projetar esse ódio para todas as figuras masculinas; de forma inconsciente, ou seja, acha que ama o pai e odeia os homens a ponto de poder matar qualquer um sem culpa. Pode vê-lo como um fraco; ou ainda criar ódio à figura da mãe por achá-la fraca e impotente diante de seu sofrimento. Pode assumir a posição de rebelde, desviando as atenções da família para si; pode assumir o papel de “bonzinho”, de herói, aquele que se sacrifica para compensar o sofrimento da família ao mesmo tempo que chama a atenção para si próprio; (destaques na escola, nos esportes etc.); pode ficar sendo o “bode-expiatório” da família (aquele que leva a culpa por todos os problemas da família).

Uma outra repercussão para os filhos, não apenas de quem é alcólatra, mas de quem “bebe socialmente” é a questão da PERMISSÃO. O mundo com seus estímulos e modismos, dá permissão para tudo. No entanto, a permissão do mundo pode ser passageira, mas quando essa permissão é de casa há uma fixação dessa permissão. Tudo que os pais fizerem estão dando a seus filhos, não apenas a permissão de fazê-lo, mas também o referencial, logo, se os pais bebem, fumam, usam qualquer tipo de drogas, inclusive as lícitas como os antidepressivos, ou têm comportamento promíscuo, eles estão dando a permissão para seus filhos o fazerem, mesmo que verbalmente os proibam. Se um dos pais é alcólatra, o filho poderá manter-se equilibrado, enquanto o mundo tratá-lo sem problema. Quando começa a cair a primeira pedra da construção de seu mundo sem alicerce, ou seja, quando tiver qualquer problema de relacionamento, trabalho, casamento etc., ele recorrerá ao seu referencial maior que é o comportamento dos pais e poderá buscar, na bebida, a solução de seus problemas, porque no seu inconsciente já tem a permissão para fazer isto. No entanto, compreendamos: **NÃO É POR CAUSA DE SEUS PROBLEMAS QUE UMA PESSOA SE TORNA ALCOÓLATRA**, mas tendo esse referencial poderá buscar a bebida como fonte de prazer compensatório.

Outro fator que contribui muito para a dependência química é a **“SENSAÇÃO”**. Nós estamos vivendo no mundo das sensações, podemos dizer que o mundo está no “cio”. O que vale é a sensação. Hoje só buscamos o que dá prazer e sensação que é diferente de sentimento. Sensação é o que agrada aos olhos, mesmo que seja ilusão, que agrada ao paladar, mesmo que ofenda a saúde, é o que agrada ao corpo, mesmo que magoe o espírito e a bebida faz parte desse mundo de sensações. A maior dificuldade para alguém parar de beber é porque a bebida dá prazer (“É pecado procurar ser feliz?”) só que prazer é diferente de felicidade. O prazer é um estado de bem-estar físico, passageiro, importante também, mas a própria natureza já nos oferece todo o prazer que necessitamos, o prazer da brisa refrescante nos dias de calor, o prazer do aquecimento nos dias de frio, o prazer do banho, o prazer de alimentar-se de uma fruta gostosa, de contemplar a natureza, o prazer sexual, o prazer de realizar coisas, de superar dificuldades, tudo isso são elementos naturais que nos promovem prazer. Então prazer é estar de bem com a vida e não buscando compensações. E felicidade é simplesmente manter-se em seu equilíbrio natural. Passamos a vida correndo atrás da felicidade, buscando-a fora de nós, nas mais complexas coisas e no entanto, a felicidade é simplesmente respeitarmos o nosso estado natural.

E, por fim, a questão do SENSO. O senso é a lucidez. É a luz do homem. É quem guia as pessoas é sagrado e por isso deveria ser inviolável. É o senso que mantém os olhos abertos nas relações sociais, econômicas, financeiras, religiosas, etc. e o álcool tem a “permissão” de mexer com o senso das pessoas. Ele tira a lucidez das pessoas deliberadamente, ou seja, a própria pessoa delibera que vai perder o senso (“hoje eu quero me embriagar”) e com isso se abre ao senso do ridículo, mesmo já tendo visto o que acontece quando alguém se entrega.

## Efeitos do alcoolismo na família

- Repercussão econômica e financeira;
- Vergonha, constrangimento (a família tenta dissimular);
- Frustrações (o desmoronamento da figura paterna);
- Identificação com o pior lado do pai ou da mãe;
- Cria uma infância de terror (é na infância que se formam imagens inapagáveis de medo);
- Insegurança;
- Extrapolação dos limites (“se meu pai, ou minha mãe, não pára de beber, eu



não sou obrigado a parar nada”);

- Desorientação (se fosse um caso de câncer ou um problema cardíaco, a família saberia o que fazer)
- Divórcios, separações;
- Viuvez;
- Adultérios;
- Privação de uma vida sexual sadia;
- Sentimentos de culpa na esposa, ou no marido, e principalmente nos filhos (é comum cada filho nutrir sentimento velado de que é culpado pelo vício do pai, porque não encontram outra causa);
- Mágoas profundas, difíceis de serem apagadas;
- Perda da realidade (passa a viver o pesadelo).

## **Algumas características dos filhos do alcoólatra:**

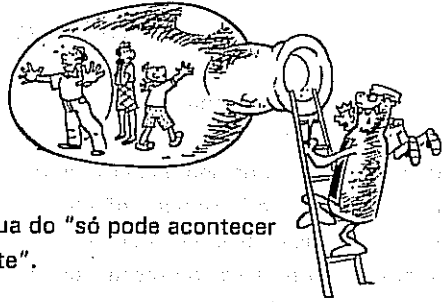
- Não sabem distinguir o que é normal;
- Têm dificuldades de seguir projetos até o fim;
- Mentem, mesmo quando não há porque mentir;
- Julgam-se impiedosamente;
- Levam-se muito a sério;
- Têm dificuldades de se divertir;
- Seus relacionamentos, principalmente os íntimos, são difíceis;
- Sentem dificuldade de fazerem-se respeitar;
- Reagem exageradamente às situações sobre as quais não têm controle;
- Buscam constantemente aprovação e afirmação;
- Sentem-se diferentes das outras pessoas;
- Tornam-se super-responsáveis ou irresponsáveis;
- São extremamente leais, mesmo quando as evidências mostram que não devem sê-lo.

Tudo é muito confuso e comprometedor na casa do alcoólatra e seus filhos tentam se ajustar a esta situação, desempenhando papéis diversos.

**“A família toda vai sendo engarrafada, entrando no jogo e passando a viver o próprio pesadelo como se fosse a realidade”**

## A família promove o alcoolismo

É incrível como mesmo conhecedores dos efeitos do álcool, a sociedade aceita passivamente a disseminação do alcoolismo. Insistimos na posição ingênua do "só pode acontecer com os outros", ou "eu bebo socialmente".



## Como a família promove o alcoolismo

- Garantindo a "cervejinha" gelada do marido, do papai, do irmão, porque ele adora;
- Promovendo comemorações de acontecimentos felizes da vida com bebidas alcoólicas;
- Mantendo um barzinho em casa;
- Salvando o alcoólatra de situações equívocas (desculpando-se por ele, incobrinndo suas falhas e irresponsabilidades por causa da bebida, arranjan-do justificativas para suas ações);
- Tentando encobrir o alcoolismo.

## O fundo do poço

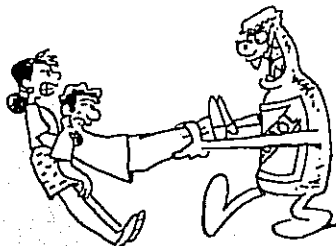


## O caminho da cura

A medicina convencional afirma que a doença do alcoolismo não tem cura. Realmente, a compulsão para beber não se acaba. Sabe-se de caso de pessoa que passou 40 anos sem beber e no primeiro gole voltou tudo. Mas será que a história para por aí? Se parar não tem razão de ser este trabalho. Então reflitamos: Se a felicidade é o estado de sintonia com a natureza intrínseca do homem, e o afastamento dessa natureza é que traz o desequilíbrio, logicamente, a única forma de reequilibrar-se é voltando-se para seu Eu Superior, que é diferente do seu ego. Ego está ligado a egoísmo, a sensações enquanto que Eu Superior significa Deus em nós. É o nosso melhor lado, é pleno, completo, não precisa de nada mais a não ser expandir-se, ou seja, aprimorar toda bondade latente que existe em nós. Aprimorar cada vez mais nossa relação com Deus e isso vai nos deixando tão plenos que não necessitaremos de mais nada além do que já temos. Podemos observar que quanto mais uma pessoa evolui espiritualmente menos ela necessita de elementos materiais. Logo, a cura do alcoolismo é a espiritualização, é a busca de Deus. Mas será que se nós chegarmos diante de um dependente e propormos trocar sua garrafa de bebida por uma Bíblia, por um terço, ou por qualquer elemento que simbolize a religiosidade, resolve a questão na hora? Não. Porque isso não é uma mágica realizada de fora para dentro. É um processo lento, gradual e infinito de auto-crescimento. Mas será que por ser infinito não termina nunca? Então, mais uma vez não adianta.

O processo é interminável mas os efeitos são imediatos quando a busca é sincera (vemos isso na oração). O buscar, o receber e o dar, constitui-se o processo de realimentação constante da vida, inclusive após a morte. Mas será que é só ler um trabalho deste e tudo fica resolvido? Não. Não é tão fácil libertar-se sozinho quando se está entregue. Tanto o dependente como a família necessita de ajuda para "desengarrifar" e é essa ajuda que a CASA DE SOLANA propõe à comunidade santoantoniense, através do Projeto FAMÍLIA EM PAZ e do GADA (Grupo de Apoio ao Dependente do Álcool). Um grupo de auto-ajuda ao dependente e sua família.

**Lembre-se: Alcoolismo Não é Sem-vergonhice é Doença. No entanto, a responsabilidade da recuperação é do próprio dependente e o apoio indispensável é compromisso da família.**



## **Bibliografia consultada:**

LAZO, D. M. **Alcoolismo: o que você precisa saber.** 4. ed. São Paulo: Paulinas, 1989. 157 p.

TONICO, L. S. **Alcoolismo: como entender e ajudar.** 2.ed. São Paulo: Paulinas, 1998. 122 p.

de álcool, a síndrome alcoólica aguda.

Quando o indivíduo apresenta sintomas de síndrome alcoólica aguda, ele precisa ser hospitalizado e tratado imediatamente.

Além disso, é importante que o indivíduo seja acompanhado por um profissional de saúde, pois a síndrome alcoólica aguda pode ser fatal.

**Embrapa**

---

***Arroz e Feijão***