

Alcoolismo: o apoio familiar é essencial



Alcoolismo:

o apoio familiar é essencial

Os danos pelo abuso de álcool também atingem¹ outras pessoas da convivência do alcoolista, como membros da família, amigos, colegas de trabalho ou até mesmo estranhos.

Antes de tudo, é importante estar ciente de que o alcoolismo, apesar de não ter cura,² **tem tratamento**. A fase de aceitação pode ser complicada, pois o paciente precisa compreender que terá de manter o controle pelo resto da vida. Além disso, a pessoa deve entender que recaídas podem ocorrer, mas isso não significa o fim da jornada.³



Por não saber lidar com os problemas do dependente, é comum algum familiar desenvolver padrões de doença emocional e comportamental.

Essa relação disfuncional pode comprometer tanto a saúde e a qualidade de vida da família, como também o sucesso no tratamento do dependente, que se sentirá ainda pior emocionalmente.

Atitudes positivas

Quando o alcoolista interrompe o uso de álcool, a família vivencia junto a sobriedade e ambos percebem a melhora da convivência no lar. Para que ocorra a recuperação do alcoolista, além do tratamento individual é necessário que ocorram mudanças fundamentais na vida de todos que o rodeiam.³

Algumas atitudes podem ser importantes para a família adotar nesse processo: ⁴

- Procurar grupos de terapia com abordagens especializadas para toda a família durante o tratamento.⁴
- Trocar experiências com familiares de outros dependentes para entender as etapas e os desafios.⁴
- Apoiar o paciente alcoólico é essencial para que ele dê importância ao problema e aceite o tratamento.⁶
- Estimular o dependente para que invista sua energia em tarefas saudáveis, como atividades físicas, cursos, aulas de instrumento musical, etc.⁴
- Acompanhar o dependente nas consultas.⁴
- Evitar pequenas ações como oferecer dinheiro ou beber na frente do alcoolista também colaboram no processo de abstinência e recuperação.⁵
- Demonstrar respeito e compreensão, sem julgar o alcoolista.⁴
- Incentivar o tratamento é importante, mas também é fundamental alinhar as expectativas da família com o que é possível ser feito no momento.⁵



Para que o alcoolista tenha êxito em seu tratamento e melhores condições de vida, a família necessita da mesma atenção que o dependente.⁵ Além disso, os profissionais de saúde têm o papel de auxiliar a família no enfrentamento das consequências geradas pelo alcoolismo, estimulando o indivíduo a admitir o abuso de álcool e aceitar ajuda especializada.⁶ Acima de tudo, é importante o alcoolista e a família perceberem que não estão sozinhos nesta luta contra o alcoolismo.

Referências

1.FOLHA INFORMATIVA - ALCOOL. Opas Brasil, 2019. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5649-folha-informativa-alcool&Itemid=1093 Acesso em: 18 de janeiro de 2021. 2. PROJETO BRASIL SEM DROGAS. Qual o melhor remédio para parar de beber. Disponível em: <https://www.projetoBrasilSemDrogas.com.br/alcool/qual-melhor-remedio-para-parar-de-beber> Acesso em: 18 de janeiro de 2021. 3. KochR., ManfioD., HildebrandtL. e LeiteM. 2013. AS RELAÇÕES FAMILIARES DE USUÁRIOS DE ALCOOL: Uma Revisão Bibliográfica. Revista Contexto & Saúde. 11, 20 (jun. 2013), 151-160. <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/view/1513/1274> - Acesso em 17 de fevereiro de 2021. 4. <https://blog.viversem droga.com.br/entenda-a-importancia-da-familia-no-tratamento-do-alcoolismo/> Acesso em: 12 de fevereiro de 2021. 5. PUCRS. Orientações para familiares de usuários de álcool e outras drogas em tempos de pandemia https://www.pucrs.br/coronavirus/wp-content/uploads/sites/270/2020/08/2020_08_24-coronavirus-cartilhas-psicodica-orientacoes_para_familiares_de_usuarios_de_alcool_e_outras_drogas_em_tempos_de_pandemia.pdf Acesso em 01 de fevereiro de 2021. 6. <https://www.psicologoeterapia.com.br/blog/alcoolismo-psicologo/> Acesso em 01 de fevereiro de 2021.



GENOM

apoia o combate ao **alcoolismo**

5006648 - Abril/21



0800 011 15 59
A dose certa da
INFORMAÇÃO

GENOM
SNC

GRUPO



União Química
farmacêutica nacional S/A