

# Alcoolismo: o apoio familiar é essencial



ver...

# Alcoolismo: o apoio familiar é essencial

Os danos pelo abuso de álcool também atingem<sup>1</sup> 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,<sup>2</sup> **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.<sup>3</sup>



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.<sup>3</sup>

Algumas atitudes podem ser importantes para a família adotar nesse processo:<sup>4</sup>

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



Para que o alcoolista tenha êxito em seu tratamento e melhores condições de vida, a família necessita da mesma atenção que o dependente.<sup>5</sup> 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.<sup>6</sup> Acima de tudo, é importante o alcoolista e a família perceberem que não estão sozinhos nesta luta contra o alcoolismo.



#### Referências

- 1.FOLHA INFORMATIVA - ÁLCOOL. Opas Brasil, 2019. Disponível em:[https://www.paho.org/br/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5649:folha-informativa-alcool&Itemid=1083](https://www.paho.org/br/index.php?option=com_content&view=article&id=5649:folha-informativa-alcool&Itemid=1083) Acesso em: 18 de janeiro de 2021.
2. PROJETO BRASIL SEM DROGAS. Qual o melhor remédio para parar de beber? Disponível em: <https://www.projetobrasilsedrogas.com.br/alcool/qual-melhor-remedio-para-parar-de-beber> Acesso em: 18 de janeiro de 2021.
- 3.Koch, R., Mantoh, Hildebrandt, e Leitem, 2013. AS RELAÇÕES FAMILIARES DE USUÁRIOS DE ÁLCOOL: Uma Revisão Bibliográfica. Revista Contexto & Saúde, 11, 20 (Jun. 2013), 151-160. <https://www.revistas.univ.edu.br/index.php/contextoesaudade/article/view/513/274> - Acesso em 17 de fevereiro de 2021.
- 4.<https://blog.viversemdroga.com.br/entenda-a-importancia-da-familia-no-tratamento-do-alcoolismo/> Acesso em: 12 de fevereiro de 2021.
- 5.PUCRS. Orientações para famílias de usuários de álcool e outras drogas em tempos de pandemia [https://www.puers.br/coronavirus/wp-content/uploads/sites/270/2020/08/2020\\_08\\_24\\_coronavirus-cartilhas\\_psicovida-orientacoes\\_para\\_familares\\_de\\_usuarios\\_de\\_alcool\\_e\\_outras\\_drogas\\_em\\_tempos\\_de\\_pandemia.pdf](https://www.puers.br/coronavirus/wp-content/uploads/sites/270/2020/08/2020_08_24_coronavirus-cartilhas_psicovida-orientacoes_para_familares_de_usuarios_de_alcool_e_outras_drogas_em_tempos_de_pandemia.pdf) Acesso em 01 de fevereiro de 2021.
- 6.<https://www.psicologoterapia.com.br/blog/alcoolismo-psicologo/> Acesso em 01 de fevereiro de 2021.



# GENOM

**apoia o combate ao *alcoolismo***

5005648 - Abril/21



**0800 011 15 59**  
A dose certa da  
INFORMAÇÃO

**GENOM**  
SNC

**GRUPO**  **União Química**  
farmacêutica nacional S/A