

Suport informativ

Ziua națională fără alcool - 2 octombrie

Ziua națională fără alcool, marcată anual pe 2 octombrie, are scopul de a crește conștientizarea populației asupra efectelor negative ale consumului de alcool. Tema din acest an, **„Sănătatea ta contează, renunță la alcool!”**, subliniază mesajul principal: fiecare persoană are puterea de a face alegeri sănătoase care pot influența pozitiv nu doar propria sănătate, dar și binele comunității. Consumul de alcool agravează riscurile problemelor în familie, sociale și la locul de muncă, cum ar fi dependența alcoolică, violențele, leziunile neintenționate, numărul semnificativ de accidente rutiere mortale în urma conducerii mijloacelor de transport în stare de ebrietate, comportamentul de huliganism și cel criminal, infraționalitatea, precum și scăderea productivității muncii și pierderile economice enorme.

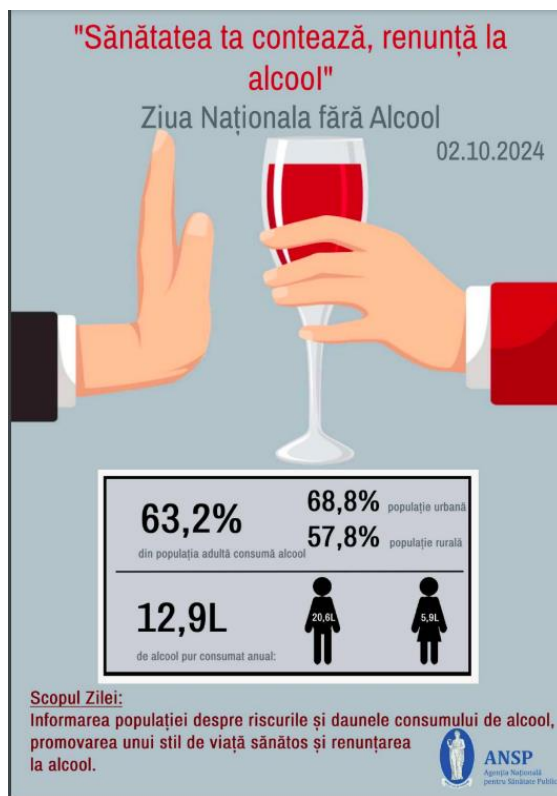
Organizația Mondială a Sănătății a clasat consumul excesiv de alcool pe locul trei în topul cauzelor de deces prematur la nivel global. Peste 200 de boli, de la afecțiuni neurologice și cardiace până la cancer, sunt asociate cu consumul excesiv de alcool. Impactul său asupra sănătății și a economiei este semnificativ, subliniind necesitatea unor măsuri urgente de prevenție și tratament.

Riscul de a dezvolta cancer crește semnificativ odată cu creșterea consumului de alcool. Conform celor mai recente date, jumătate dintre cancerele legate de alcool din regiunea europeană a OMS sunt cauzate de un consum considerat „ușor” sau „moderat” (sub 1,5 litri de vin, 3,5 litri de bere sau 450 de mililitri de băuturi spirtoase pe săptămână). La nivel global, aproximativ 3 milioane de decese anual sunt atribuite consumului de alcool, reprezentând 5,3% din totalul deceselor. Consumul nociv de alcool contribuie cu 7,1% la povara globală a bolii pentru bărbați și 2,2% pentru femei. Alcoolul este un factor principal de risc pentru mortalitatea prematură și invaliditate în rândul persoanelor cu vârsta între 15 și 49 de ani, având o pondere de 10% din toate decesele din această grupă de vârstă.

Uniunea Europeană are cel mai mare nivel de consum de alcool la nivel mondial, unde mai mult de 20% din populația cu vârsta de peste 15 ani afirmă că consumă ocazional cantități mari (cinci sau mai multe porții standard, adică 60 de grame de alcool) cel puțin o dată pe săptămână.

Alcoolul reprezintă a șasea cauză principală de morbiditate și decese premature în țările cu venituri înalte. În plus, riscul de deces din cauza alcoolului este de șapte ori mai mare pentru femeile din estul Europei (1424 decese la 1 milion de locuitori) comparativ cu cele din regiunea mediteraneană (197 decese la 1 milion de locuitori). Aproximativ 70% dintre adulții din regiunea europeană a OMS consumă alcool zilnic.

Consumul de alcool este influențat de o multitudine de factori, atât individuali cât și sociali, care interacționează într-un mod complex. La nivel social, factori precum nivelul de dezvoltare economică, normele culturale, accesibilitatea alcoolului și politicile publice joacă un rol crucial. La nivel individual, vârsta, sexul, mediul familial și statutul socio-economic sunt puternic corelați cu modelele de consum. Cu cât o persoană se confruntă cu mai mulți factori de risc, cu atât probabilitatea de a dezvolta probleme legate de alcool crește.



Conform ultimului raport global privind alcoolul și sănătatea din 2019, Republica Moldova se menține printre țările cu cel mai înalt consum mediu de alcool pur per persoană adultă (cu vârsta de 15 ani și peste) – de 12,9 litri. Acest consum este semnificativ mai mare în comparație cu media regională a Organizației Mondiale a Sănătății (OMS), care este de 9,8 litri. De asemenea, raportul subliniază disparitățile de gen în consumul de alcool: bărbații consumă în medie 20,6 litri, în timp ce femeile consumă 5,9 litri.

Potrivit studiului privind prevalența factorilor de risc ai bolilor netransmisibile (STEPS, 2021), 63,2% dintre adulții cu vârste cuprinse între 18 și 69 de ani au consumat alcool în ultimele 30 de zile înaintea studiului. Dintre aceștia, 73,1% sunt bărbați și 53,2% femei. Alarmant este faptul că 13,8% dintre aceștia (24,3% bărbați și 3,1% femei) au consumat alcool în exces (definit ca 6 sau mai multe băuturi la o ocazie), cel puțin o dată în ultimele 30 de zile. Aceste date indică o problemă serioasă de sănătate publică, evidențiind nevoia de intervenții și campanii de educație.

Nu există o cantitate sigură a consumului de alcool: riscurile încep de la prima picătură de alcool consumată. Actualmente, nu există dovezi și niciun studiu nu a demonstrat faptul că există un nivel „sigur” de consum de alcool fără riscuri de îmbolnăvire sau rănire. Mai mult ca atât, nu există și studii care ar demonstra careva efecte benefice potențiale ale nivelului de consum moderat de alcool asupra bolilor cardiovasculare, diabetului de tip 2, sau cancer. Impactul dăunător al alcoolului începe chiar din perioada prenatală și durează pe parcursul întregii vieți.