

# Álcool e sua saúde: Quais são os riscos?

## Os danos que nem sempre são visíveis

Se você tem um problema de saúde de longo prazo, o álcool poderá piorá-lo. Por exemplo, se você tem diabetes, alguma doença cardíaca ou pressão alta, beber qualquer quantidade de álcool poderá piorar sua condição.

Informe o seu médico sobre seus hábitos de consumo de álcool. Ser aberto e honesto vai ajudar seu médico a entendê-lo como pessoa e a recomendar as melhores opções de tratamento para você.

### Câncer

- O álcool aumenta o risco de câncer.
- Beber muito álcool aumenta o risco de desenvolver câncer de:
  - Boca
  - Mama
  - Garganta
  - Fígado
  - Cólon

### Cérebro

- Mudanças de humor e comportamento
- Problemas de aprendizagem e memória
- Equilíbrio e tempo de reação ruins

### Coração e pulmões

- Mudanças de humor e comportamento
- Problemas de aprendizagem e memória
- Equilíbrio e tempo de reação ruins

### Braços e pernas

- Inchaço
- Dor e formigamento
- Vibrações ou tremores corporais

### Saúde sexual e reprodutiva

#### Homens

- Baixo desejo sexual
- Incapacidade de ter uma ereção

#### Mulheres

- Períodos menstruais que duram mais do que o normal
- Ausência de menstruação

#### Chance reduzida de engravidar

#### Comportamentos sexuais de risco, como

- Sexo desprotegido
- Infecções sexualmente transmissíveis
- Gravidez não planejada

#### Beber durante a gravidez

- Defeitos de nascença
- Aborto espontâneo
- Nascimento prematuro

### Fígado e pâncreas

- Doença/insuficiência hepática
- Corrosão do fígado (cirrose)
- Lesão no pâncreas (pancreatite)

### Sistema digestivo

- Azia
- Dor abdominal
- Diarreia
- Sangramento do esôfago ou estômago

