**Actividade da Aula 17 – ESBOÇO**

**Aluno:** Antonio Diquissone Ualize

No meu discurso persuasivo ainda falarei sobre o perigo de bebidas alcoólicas.

A questões da disputa será de **definições**

**TÓPICO**: O consumo de Álcool o seu Impacto

**PROPOSITO:** As dez dicas do ministério da saúde e as leis religiosas quanto ao consumo do álcool e seu impacto.

**INTRODUÇÃO****:** Vamos considerar algumas leis ou regras religiosas quanto ao consumo do álcool. O que o ministério de saúde diz sobre a questão. Será que tem ponto de vista diferente ao dos religiosos?

**CORPO**

1. Sem dúvida, você como um religioso protestante, concordas planamente que o álcool é considerado de pecado. Porque no Antigo Testamento tanto no Novo Testamento, a Bíblia afirma isso que o bêbado não tem espaço no reino de Deus.
2. Saiba também que segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), não existe um padrão de consumo de álcool seguro e livre de riscos. Quando o uso de álcool assume um papel de destaque na vida do indivíduo, ocorrendo com muita frequência e em quantidades maiores que planejado, pode-se estar diante de um quadro de alcoolismo.
3. Pois, veja que o perigo de consumo de bebidas alcoólicas é maior que normalmente falamos.
4. Veja que hoje em dia regista-se muitos acidentes de viaturas são provocados por causa de consumo de álcool. outras pessoas são mortas, muitos casamentos estão destruídos, etc.

1. O consumo excessivo e continuado de álcool aumenta o risco para complicações de saúde. Os efeitos do álcool sobre cada indivíduo são diferentes e dependem de uma série de fatores, mesmo quando consumido em quantidades iguais.
2. Considere que o apostolo Paulo exorta a Timóteo como líder a se cuidar-se do das bebidas alcoólicas.
3. Confira a seguir como o alcoolismo implica aumento do risco para várias complicações de saúde, como doenças do fígado, problemas gastrointestinais, pancreatite, neuropatias periféricas, problemas cardiovasculares, prejuízos cerebrais, imunológicos, anemias, osteoporose e câncer.
4. Vale lembrar que, para algumas pessoas, de acordo com idade, gênero e aspectos individuais de saúde, o consumo pesado e continuado de bebidas alcoólicas por muitos anos, mesmo que não seja diagnosticado como alcoolismo, pode estar relacionado às 10 doenças mencionadas que criam danos à saúde:
5. **Doenças do fígado** o álcool consumido é metabolizado pelo fígado e, por isso, esse órgão tem grande potencial de ser lesionado. Por isso, é importante perceber que a doenças do fígado é provocada por álcool consumido.
6. Veja que a doença alcoólica de fígado é diretamente influenciada pela quantidade consumida de álcool e pelo uso crônico, isto é, ao longo de vários anos.
7. Já imaginou qual é a estimativa? Estima-se entre 90% e 100% dos bebedores pesados crônicos desenvolvam doença hepática gordurosa (acúmulo de gordura no fígado) como consequência precoce e ainda reversível.

**B. Veja que o álcool provoca Problemas gastrointestinais**

II. Consider que os sintomas da insuficiência hepática, ou seja, do mau funcionamento do fígado, como náuseas e vômitos, redução de apetite, amarelamento da parte branca dos olhos e da pele, e maior propensão a sangramentos, só aparecem quando um grande e irreversível dano ao órgão já ocorreu.

1. Pense, o consumo excessivo de álcool pode causar lesões e inflamação no aparelho digestivo, como esôfago e estômago, com sangramentos, vômitos e sintomas de refluxo, como azia e dor na porção superior do abdômen. B)
2. Além disso, o álcool interfere na sua secreção do suco gástrico (secreção produzida pelo estômago) e no tempo de esvaziamento estomacal, interferindo na digestão e no risco para desenvolvimento de úlceras.

**A.** Uma vez você já ouviu falar sobre **Pancreatite? O que isso pancreatite?**

1. A pancreatite inflamação do pâncreas aguda é um quadro grave e muitas vezes exige que o indivíduo se dirija a serviço de pronto-atendimento para controle dos sintomas, como dor abdominal intensa.
2. A repetição de quadros de pancreatite aguda pode levar à pancreatite crônica, com mau funcionamento do pâncreas de forma irreversível, o que causa outros problemas para a saúde
3. **Neuropatia periférico**
4. O que pode acontecer se você for alcoolista? Dos indivíduos alcoolistas desenvolvem um quadro de deterioração do funcionamento dos nervos dos pés e das mãos, resultando em sintomas de dormência, formigamento e outras alterações de sensibilidade. Os sintomas podem melhorar com a abstinência do álcool.
5. **Problemas cardíacos e vasculares**
6. Já imaginou como é importante saber como o uso pesado de álcool aumenta para você a liberação de hormônios relacionados ao estresse que atuam na contração de vasos sanguíneos e influenciam na pressão arterial, podendo causar hipertensão?

1. Além disso, o consumo pesado por período prolongado de álcool também ti leva ao aumento da fração nociva do colesterol (conhecido como LDL), triglicerídeos, e à alteração no funcionamento de plaquetas.
2. Assim sendo, eventos como arritmias, inflamação do músculo cardíaco (miocardiopatia) e infartos agudos são consequências possíveis do alcoolismo. A mesma lógica que funciona para o prejuízo das artérias do coração, chamadas de coronárias, também existe para artérias de outros órgãos do corpo, como o cérebro; portanto, o beber pesado e crônico também aumenta o risco para acidente vascular cerebral (AVC).
3. **Prejuízos cerebrais também provocado pelo uso de alcool**
4. Veja ainda que o álcool atua como depressor do sistema nervoso central, interferindo diretamente em mecanismos cerebrais. Seu uso excessivo pode causar dificuldades no raciocínio, como resolução de problemas simples, além de alterar o senso de perigo e o comportamento. Problemas de insônia e má qualidade do sono, com sensação de um sono “fragmentado”, são queixas comumente associadas ao uso abusivo de bebidas alcoólicas.
5. Portanto, toma cuidado, o uso pesado e crônico pode prejudicar ainda o equilíbrio e a coordenação motora, devido ao seu efeito tóxico no cerebelo, além da diminuição dos reflexos, aumentando as chances de acontecerem quedas. Ainda, em indivíduos alcoolistas existe o risco de quadros de demência. Deficiências vitamínicas, como a da vitamina B1 (tiamina), contribuem para o risco de demência alcoólica, um quadro grave e irreversível.
6. **Disfunções imunológicas**
7. Olha que o pior de tudo é que pode ocorrer enfraquecimento e prejuízo no funcionamento do sistema imunológico com o uso pesado crônico de álcool, aumentando o risco de infecções, como pneumonia e tuberculose.
8. Observe que tal padrão de consumo de álcool interfere na contagem de células brancas no sangue e altera a capacidade de combater infecções. Além disso, durante o período inicial de intoxicação alcoólica pode ocorrer um estado pró-inflamatório, o que aumenta a chance de complicações se houver algum acidente ou lesão, ou se o indivíduo apresentar alguma doença pré-existente.
9. **Anemia**
10. Quadros de desnutrição relacionados ao uso pesado de álcool (o uso crônico de 4 a 8 doses ao dia, em média), e por muito tempo, podem ocorrer tanto por adotarem dieta nutricionalmente pobre como pela diminuída absorção de nutrientes no trato gastrointestinal.
11. A deficiência de vitamina B12 ou ácido fólico, somada ao efeito tóxico do álcool, pode levar à anemia macrocítica ou megaloblástica. Neste quadro, a formação de glóbulos vermelhos (hemácias) fica alterada, levando a pior funcionamento e capacidade de levar o oxigênio às células do corpo.
12. **Osteoporose**
13. Você precisa evitar no máximo, porque o consumo crônico de álcool ao longo da vida pode influenciar na saúde dos ossos, especialmente no processo de mineralização óssea, aumentando o risco de desenvolvimento de osteoporose em idades mais avançadas.
14. Você pode pensar, o grande perigo da osteoporose é o maior risco de fraturas. Sabe-se ainda que o álcool pode interferir no equilíbrio metabólico do cálcio e na produção de vitamina D, o que pode contribuir para complicações ósseas. Para as mulheres, o consumo excessivo de álcool está relacionado ao maior aumento da perda óssea em todas idades.
15. **Câncer**
16. Uma vez tu já pensaste que o consumo pesado de álcool está associado a vários tipos de câncer, como de boca, esôfago, laringe, estômago, fígado, colón, reto e de mama.
17. Veja que os agentes causadores não são todos conhecidos, mas sabe-se que especificamente o acetaldeído - um produto do metabolismo do álcool - pode ter efeitos cancerígenos.

**CONCLUSÃO:** Considere que as informações do ministério da saúde e religiosa quanto ao consumo de álcool, são o meio pelo qual podem proteger você nas principais complicações de saúde, e ajudar a crescer na sua vida espiritual, mas também ter bom relacionamento com Deus.