

## **Adhesió al comunicat de semFYC sobre l'alcohol**

El consum d'alcohol és un factor de risc per a molts problemes de salut, encara que siguin consums reduïts. Diferents estudis demostren una relació dosi depenent. L'alcohol interactua amb molts fàrmacs i especialment amb majoria dels fàrmacs utilitzats en salut mental: ansiolítics, antidepressius, etc.

En els estudis poblacionals s'ha trobat una associació en forma de U o J entre el consum d'alcohol i la mortalitat cardiovascular o mortalitat per qualsevol causa. Això vol dir que les persones amb un consum d'alcohol lleu o moderat tenen una mortalitat menor que els abstemis; així mateix, les persones amb consums elevats tenen una mortalitat superior. Es tracta d'estudis epidemiològics, observacionals, no existeix cap assaig clínic, per això les conclusions s'han de prendre amb molta cautela i sense poder establir una clara i inqüestionable relació causal.

Aquest benefici del consum moderat habitual d'alcohol sembla més favorable en població de mitjana edat i edat avançada que en persones joves. Els beneficis depenen del risc cardiovascular individual, influït per l'edat, sexe, i altres factors (tabac, dieta...). Segons la OMS "incrementar la ingesta d'alcohol NO és una mesura recomanable per a prevenir la cardiopatia isquèmica".

En canvi el consum moderat té una relació clara amb la hipertensió arterial, el risc de càncer de colon i de càncer de mama en dones. També sabem que qualsevol consum d'alcohol pot desenvolupar el síndrome de dependència alcohòlica (SDA). Aquest risc no s'ha de menysprear doncs no hi ha proves objectives per identificar les persones més susceptibles.

Pel que fa al embaràs no existeix un consum segur i, per tant, s'ha d'aconsejar el consum zero.

D'acord amb els arguments exposats podem concloure que:

- No hi ha un consum segur d'alcohol. No existeix un consum amb risc zero.
- El consum d'alcohol ha d'evitar-se, inclús en dosis baixes, en determinades situacions clíniques: depressió, consum de psicofàrmacs, ansietat, etc.
- El consum d'alcohol pot induir el síndrome de dependència alcohòlica (SDA).
- **NO PODEM RECOMANAR EL CONSUM D'ALCOHOL PER MOTIUS SANITARIS.**

Grup d'alcohol i drogues de la CAMFiC