



## Por que as pessoas bebem?

O Grupo HEINEKEN é pioneiro em promover o consumo responsável de bebidas alcoólicas, e para conversar sobre a ingestão de álcool **é importante entender o que leva as pessoas a beberem.**

Compreendendo a necessidade de entender os motivadores do consumo para atuar de forma efetiva para a redução do consumo nocivo de álcool, o **Centro de Informações sobre Saúde e Álcool (CISA)**, publicou em 2022 uma pesquisa qualitativa, realizada em parceria com o **Ipec (Inteligência em Pesquisa e Consultoria Estratégica)**, sobre as motivações que levam as pessoas a consumirem o álcool.

### Vamos entender melhor quais são elas?

#### Para socializar



**Motivador mais comum** e que está presente desde os primeiros contatos com o álcool.

A presença de bebidas alcoólicas em encontro com amigos e familiares e datas comemorativas envolve um fator cultural.

#### Para buscar alegria, felicidade, coragem



**Diminuir infelicidade, aliviar sensações negativas e buscar a sensação de liberdade e descontração** quando se está embriagado.

Entre os mais jovens, o uso do álcool é associado a desinibição para fazer novas amizades e relacionamentos.

#### Para lidar com o estresse



Por exemplo, ligado ao trabalho.

**Hábito de beber é visto como um apaziguador e mecanismo de relaxamento entre alguns públicos.**

Indivíduos que relatam beber para lidar com o estresse apresentam **riscos mais altos de problemas interpessoais relacionados à bebida.**

#### Por apreciar o gosto da bebida



Fator **frequentemente aliado ao efeito de embriaguez** que o álcool proporciona.

## Sobre o novo documento de 2023:



### Objetivo:

Avaliar a percepção dos jovens sobre o consumo de álcool e seus motivadores.



### Tipo de pesquisa:

Qualitativa



### População estudada:

Faixa etária dos mais jovens (18 a 34 anos)

População mais propensa a consumir álcool de forma abusiva

## Principais Motivadores avaliados

### Socialização

Sabemos que as razões pelas quais as pessoas bebem são diversas e têm raízes em diferentes aspectos culturais e sociais da nossa sociedade. Uma das principais motivações, de acordo com o estudo, é a socialização. **Os entrevistados relataram que o álcool os faz se sentirem mais desinibidos, facilitando a interação, conversas e amizades.** Além disso, associam o consumo de álcool a **momentos divertidos e de entretenimento.**

### Sensação de relaxamento

Sob o efeito do álcool, algumas pessoas também se sentem mais relaxadas e descontraídas, sensação que buscam para ajudar a aliviar o estresse e a tensão do dia a dia. Mulheres na faixa etária entre 26 e 34 anos, por exemplo, mencionaram usar o álcool como uma recompensa para se sentirem mais leves e relaxadas após enfrentarem rotinas exaustivas.

### Rituais Sociais

**A cultura e a tradição** também exercem influência no consumo de álcool. O álcool é uma parte importante dos rituais sociais, especialmente em ambientes e eventos frequentados por jovens. O hábito de beber **nessas situações pode se tornar uma pressão social**, e aqueles que optam por não beber podem se sentir excluídos do grupo. De fato, **a ocasião em que se bebe mais, de acordo com a pesquisa, foi na companhia de amigos, indicando o forte apelo das pressões sociais na faixa etária mais jovem.**

## Tipo de bebida consumido

Em relação ao tipo de bebida consumido, **as cervejas e os destilados** foram citados com mais frequência, sendo **o consumo dos destilados mais citado por consumidores abusivos.** A bebida escolhida é impactada pela situação de consumo, sendo a **cerveja** mais apreciada em dias de calor, churrascos, encontros familiares e em bares com amigos e na praia. Por sua vez, os **destilados** são mais consumidos em festas e grandes eventos. O **vinho** é reservado para encontros mais intimistas ou em momentos de descontração individuais.

Sabemos que uma relação equilibrada com a bebida vem de uma relação saudável e equilibrada com a vida. De acordo com o CISA, **uma das melhores formas de reduzir o consumo abusivo é conscientizar a população sobre os efeitos dessa prática**, e os profissionais de saúde são peças-chave para as ações de educação e conscientização.

Entender esses motivos envolvidos no consumo e outros fatores, como tipo de bebida consumida, quantidade, frequência, horários e locais preferidos de ingestão, os rituais que a acompanham, o sexo e a idade do bebedor e os papéis sociais e de gênero envolvidos no consumo pode nos ajudar a entender os padrões de consumo de determinados grupos sociais e realizar intervenções, se necessário.

**Independente do motivador, a bebida alcoólica está presente na nossa sociedade e é preciso tratar abertamente da temática, sem preconceitos, para orientar o consumo da melhor maneira!**



## **PEGA LEVE NA BEBIDA**

*MATERIAL DESTINADO EXCLUSIVAMENTE AO PROFISSIONAL DE SAÚDE.*

### **Referências:**

1. CISA. Álcool e a Saúde dos Brasileiros. Panorama 2022. Disponível em: <https://cisa.org.br/biblioteca/downloads/artigo/item/356-panorama2022>
2. CISA. Álcool e a Saúde dos Brasileiros. Panorama 2023. Disponível em: <https://cisa.org.br/biblioteca/downloads/artigo/item/426-panorama2023>