



Publicado em 19/12/2025 - 09:58

Beber 'socialmente' também conta: estudo liga álcool a maior risco de câncer mesmo em níveis moderados

Revisão de 62 estudos com dados de milhões de adultos nos EUA aponta que quantidade e frequência de álcool influenciam o risco de tumores como mama e colorretal.

Por Redação g1

Um copo “só para brindar” pode parecer inofensivo, mas uma revisão liderada por pesquisadores da Florida Atlantic University (FAU) reforça que até o consumo moderado de álcool aparece associado a maior risco de vários tipos de câncer. A frequência e a quantidade dos brindes fazem diferença nessa conta.

O trabalho, conduzido por cientistas da Charles E. Schmidt College of Medicine, analisou 62 estudos com amostras que variaram de 80 a quase 100 milhões de participantes e encontrou associações mais consistentes para tumores como mama, colorretal, fígado e cavidade oral, além de laringe, esôfago e estômago.

O que o estudo encontrou?

A revisão, publicada na revista científica “Cancer Epidemiology”, conclui que não é apenas o volume total que importa: beber com mais frequência também aparece ligado a maior risco em diferentes desfechos oncológicos.

Um dos recados centrais, segundo os autores, é que existe um padrão de risco que cresce conforme aumenta o consumo. A pesquisadora Lea Sacca, da FAU, resume assim:

“Em 50 estudos analisados em nossa revisão, um maior consumo de álcool elevou de forma consistente o risco de câncer, com o risco aumentando à medida que a

ingestão cresce. Fatores como o tipo de bebida alcoólica, a idade da primeira exposição, gênero, raça, tabagismo, histórico familiar e genética influenciam esse risco. Alguns grupos — como idosos, pessoas em situação socioeconômica desfavorável e indivíduos com comorbidades — são especialmente vulneráveis. O consumo pesado, diário ou episódico excessivo está fortemente associado a múltiplos tipos de câncer, o que reforça a importância da moderação e do seguimento das diretrizes de prevenção do câncer.”

Por que causa câncer? Os autores listam mecanismos biológicos já discutidos na literatura para explicar por que o álcool pode aumentar risco oncológico.

“Do ponto de vista biológico, o álcool pode danificar o DNA por meio do acetaldeído, alterar os níveis hormonais, desencadear estresse oxidativo, suprimir o sistema imunológico e aumentar a absorção de agentes carcinogênicos. Esses efeitos são potencializados por condições de saúde pré-existentes, escolhas de estilo de vida e predisposições genéticas, fatores que podem acelerar o desenvolvimento do câncer”, resume Lewis S. Nelson, coautor, reitor e chefe de assuntos de saúde da Schmidt College of Medicine.

Grupos mais vulneráveis: quando o mesmo copo pesa mais

Os pesquisadores destacam que o risco não se comporta de forma uniforme entre todos. A revisão aponta maior vulnerabilidade — mesmo com consumo semelhante — em recortes como idosos, pessoas com obesidade ou diabetes e populações em desvantagem socioeconômica, além de diferenças observadas por raça/etnia em parte da literatura analisada.

O trabalho também descreve que fatores como tabagismo podem amplificar o risco associado ao álcool (com variações por sexo e padrão de consumo), e cita outros elementos frequentemente envolvidos nos estudos, como nível de atividade física, dieta e algumas infecções.

Tipo de bebida e diferenças entre homens e mulheres

Em alguns estudos, o tipo de bebida apareceu associado a diferenças no risco para determinados cânceres: a revisão cita que cerveja ou vinho branco foram ligados a maior risco em alguns desfechos, enquanto destilados não mostraram o mesmo padrão em certas análises — um ponto que os autores tratam com cautela.

Também houve diferenças por sexo: o texto descreve que beber com frequência se associou a maior risco em homens, enquanto episódios de consumo pesado episódico se relacionaram a maior risco em mulheres.

Metodologia: pontos fortes e ressalvas

Os pesquisadores da Florida Atlantic University, no Charles E. Schmidt College of Medicine, fizeram uma revisão sistemática de 62 estudos sobre álcool e risco de câncer em adultos dos EUA, incluindo trabalhos com amostras de 80 a quase 100 milhões de participantes.

O ponto forte é juntar um grande volume de evidências e comparar padrões de consumo (quantidade e frequência), além de discutir subgrupos e comorbidades.

A principal ressalva é que a maior parte das evidências vem de estudos observacionais e com medidas de consumo frequentemente autorreferidas — isso torna difícil separar completamente o efeito do álcool de outros fatores associados (como tabagismo, dieta e condições de saúde), e impede conclusões de causa e efeito com o mesmo grau de certeza de um ensaio clínico.

E o que eu faço com essa informação?

A revisão reforça a ideia de que “moderação” não é uma blindagem automática: para algumas pessoas, o risco pode ser maior por causa do conjunto de fatores individuais (saúde, hábitos e contexto).

Na prática, o recado é usar a evidência para decisões mais informadas — e para políticas públicas que deixem mais claro o vínculo entre álcool e câncer, como defendem os autores.

<https://g1.globo.com/saude/noticia/2025/12/19/beber-socialmente-tambem-conta-estudo-liga-alcool-a-maior-risco-de-cancer-mesmo-em-niveis-moderados.ghtml>

Veículo: Online -> Portal -> Portal G1