

Quais os graus de obesidade?



obesidade leve
(IMC: 30 a 34,9 kg/m²)



obesidade moderada
(IMC 35 a 39,9 kg/m²)



obesidade grave ou mórbida
(IMC maior de 40 kg/m²)

CARTILHA DE ORIENTAÇÃO SOBRE A OBESIDADE

- 
- **MARÍLIA EMILY RUSSO CASSIANO –
RA: 19001618**
 - **LETICIA PORTO BOZELI FRANCO –
RA: 19001854**
 - **JOÃO LUCAS DOS SANTOS BETTINI –
RA: 20001120**
 - **FABIO AUGUSTO SILVA JULIÃO –
RA: 20000071**
 - **GABRIELA SABRINA DE SOUZA
CARVALHO – RA: 21000153**
 - **LUIZA BARALDI VIDAL – RA: 21000119**

Comportamentos que ajudam a engordar:



- 1 Beliscar a toda hora
- 2 Consumir excesso de alimentos gordurosos como: frituras, manteigas, óleos, doces, chocolates
- 3 Fazer dietas da moda
- 4 Ficar longos períodos em jejum
- 5 Fazer poucas refeições durante o dia e em grande volume

SE CUIDE!

A obesidade pode causar:

Apneia do sono, Acidente Vascular Cerebral (AVC) ou Derrame cerebral, Hipertensão arterial, Diabetes melito, Dislipidemias, Cálculo biliar, Arteriosclerose, Câncer, Doenças Pulmonares, Problemas Ortopédicos e Gota



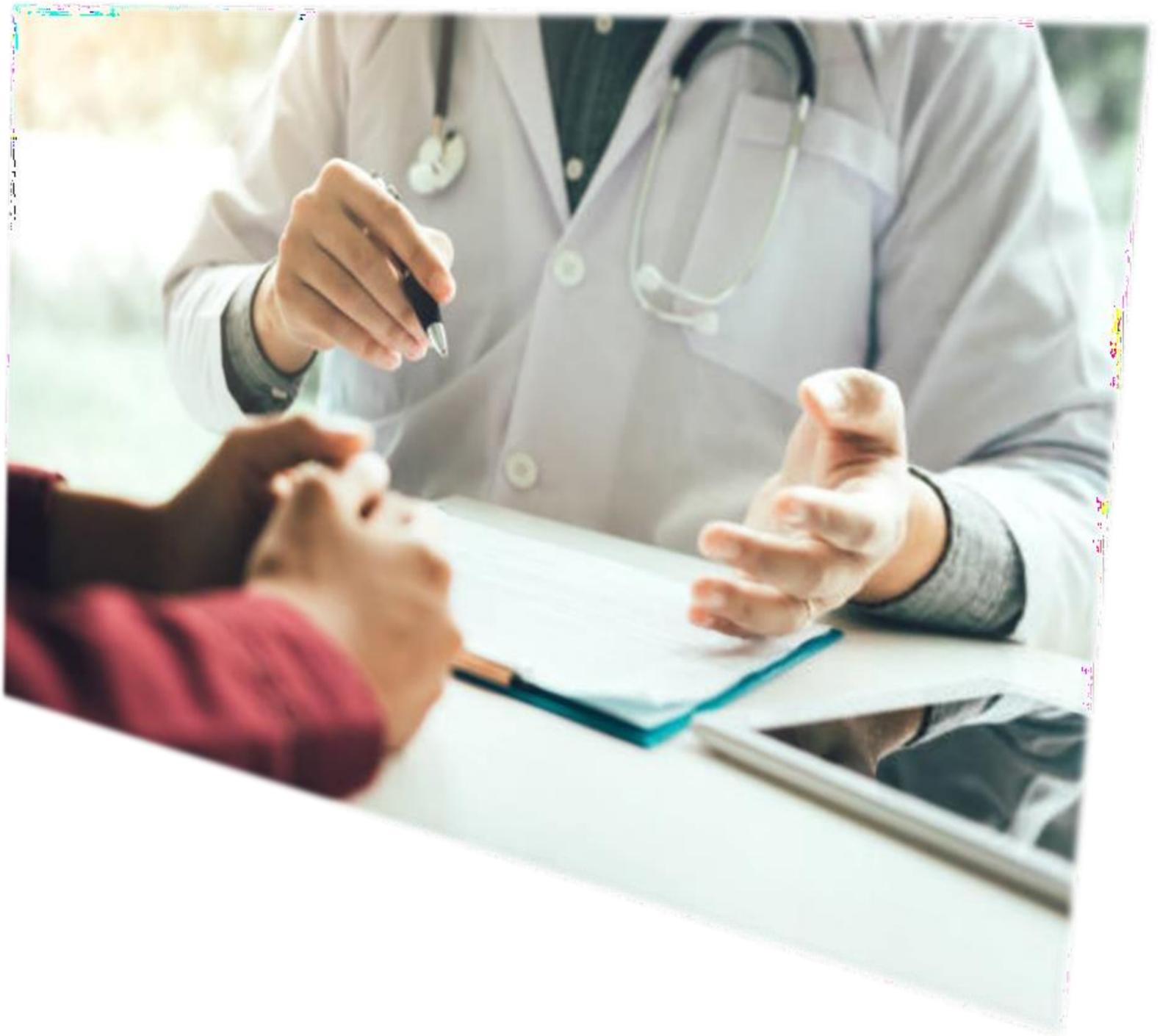
Fisiopatologia da Obesidade

Segundo Kumar, a obesidade é uma doença de desequilíbrio calórico que resulta do excesso de calorias ingeridas acima do consumo corporal. Sabe-se que a obesidade ocorre em famílias, sugerindo um componente hereditário. Embora os fatores genéticos possam explicar algumas das variações individuais em termos de excesso de peso, as influências ambientais também contribuem de modo significativo. Essas influências incluem padrões alimentares familiares, falta de atividade em consequência de aparelhos que facilitam o trabalho, tempo gasto no computador e assistindo televisão, uso do automóvel para transporte, fácil acesso ao alimento, maior densidade energética do alimento, aumento do consumo de bebidas adoçadas com açúcar e tamanho crescente das porções.

"Estado de peso corporal aumentado devido ao acúmulo de tecido adiposo, que é de suficiente magnitude para produzir efeitos adversos à saúde".

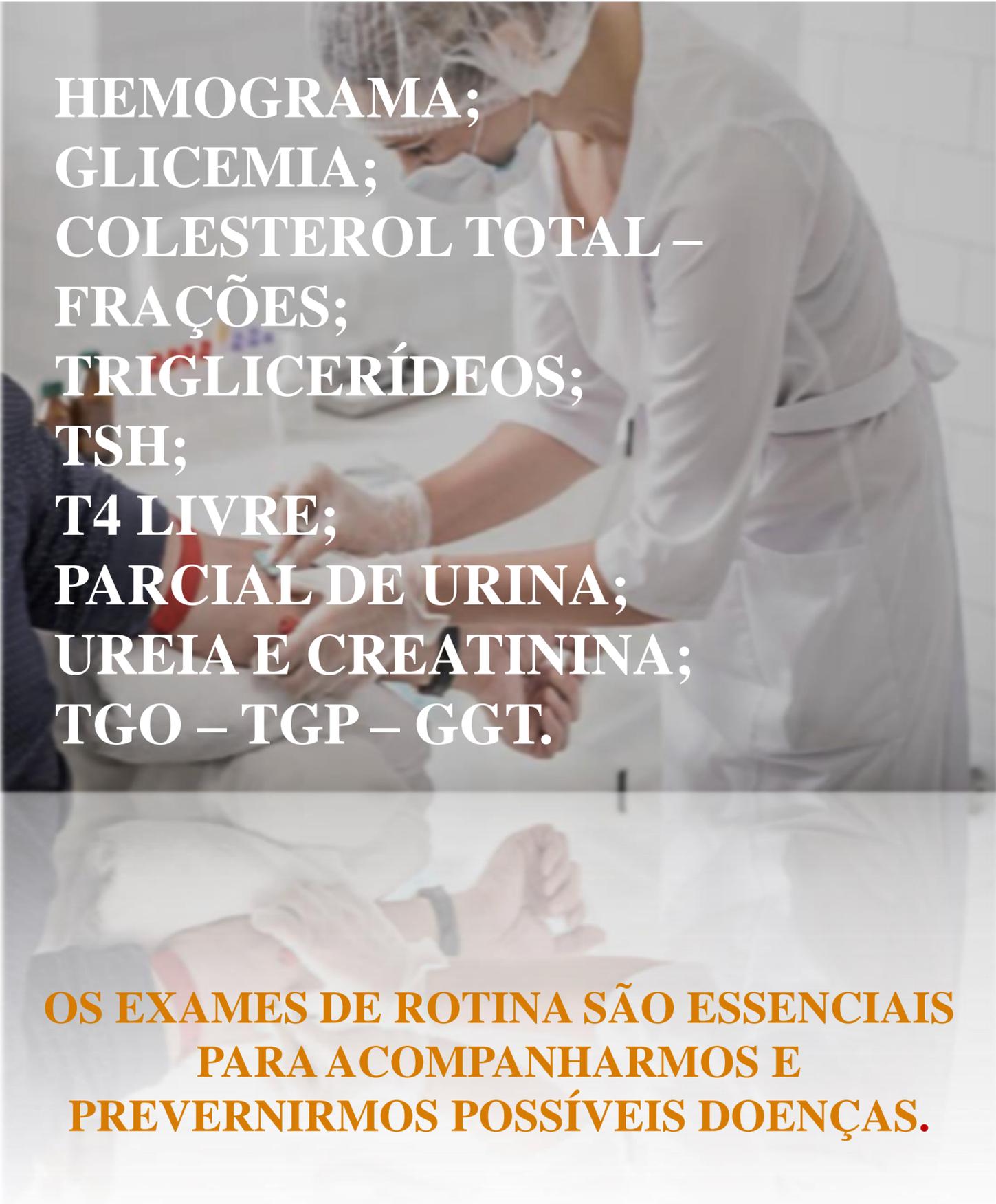
(ROBBINS E COTRAN, 2010)

**MANTENHA
SEUS EXAMES
LABORATORIAIS
EM DIA**



**CONSULTE
REGULARMENTE
SEU MÉDICO**

ALGUNS DOS EXAMES MAIS SOLICITADOS SÃO:



**HEMOGRAMA;
GLICEMIA;
COLESTEROL TOTAL –
FRAÇÕES;
TRIGLICERÍDEOS;
TSH;
T4 LIVRE;
PARCIAL DE URINA;
UREIA E CREATININA;
TGO – TGP – GGT.**

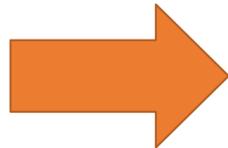
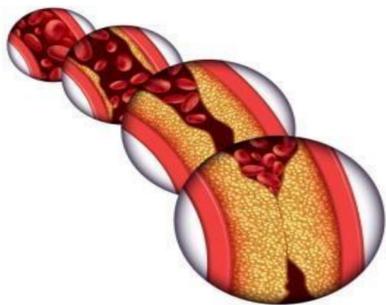
**OS EXAMES DE ROTINA SÃO ESSENCIAIS
PARA ACOMPANHARMOS E
PREVERNIRMOS POSSÍVEIS DOENÇAS.**

Mas lembre-se:

- Para uma coleta segura, siga todas as instruções passadas pelo laboratório.
- Para cada exame existe um preparo que deve ser seguido afim de trazer mais realidade e qualidade para seu resultado!

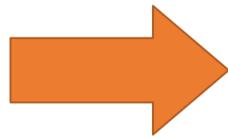
MAS VOCÊ SABE PARA QUE SERVE ALGUNS EXAMES ?

COLESTEROL E TRIGLICERÍDIOS (LIPIDROGRAMA)



AJUDA DETERMINAR RISCO DE
OBSTRUÇÃO DAS ARTÉRIAS POR
FORMAÇÃO DE PLACA DE GORDURA.

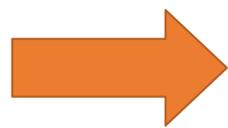
HEMOGRAMA



UM DOS EXAMES MAIS SOLICITADOS NA
ROTINA

AVALIAÇÃO DE HEMÁCIAS (GLOB.
VERMELHOS – TRANSPORTAM O₂ E
NUTRIENTES PRO CORPO)
LEUCÓCITOS (GLÓBULOS BRANCOS –
ATUAM NO SISTEMA IMUNE)
PLAQUETAS – MODULAM COAGULAÇÃO

GLICOSE



MEDIR O NÍVEL DE GLICOSE NA
CORRENTE SANGUÍNEA. EXAME
IMPORTANTE PARA ACOMPANHAMENTO
DE DESENVOLVIMENTO DE DIABETES.

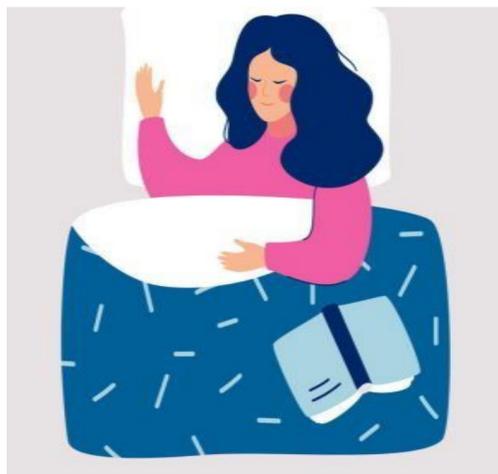
NÃO DEIXE A SAÚDE PRA DEPOIS!

**PARA MANTER OS BONS NÍVEIS
DOS EXAMES,
MANTENHA ALGUNS HÁBITOS:**

**PRATIQUE
ATIVIDADES
FÍSICAS
REGULARMENTE**

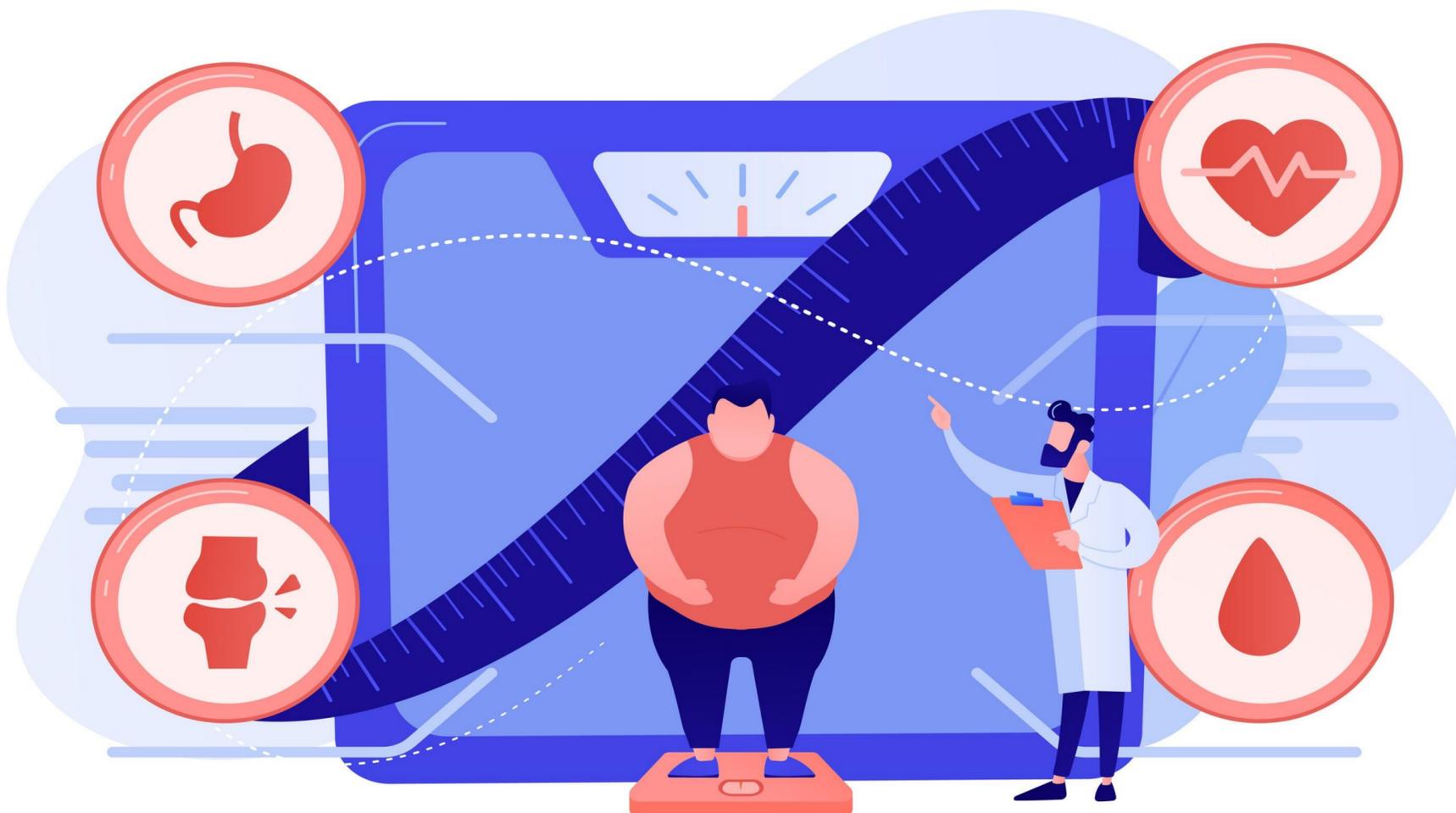


**TENHA UMA BOA
NOITE DE SONO**



**ESCOLHA UMA
ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL**





TRATAMENTO FARMACOLÓGICO

TRATAMENTO FARMACOLÓGICO DA OBESIDADE é uma área de bruscas mudanças e desenvolvimento de novos produtos e proposta. A informação apresentada nesta cartilha oferece uma visão dos agentes fisiológicos, da terapêutica corrente, bem como de medicamentos amplamente usados.



Medicamentos Relacionados

SIBUTRAMINA
ORLISTATE
MAZINDOL
ANFEPRAMONA
FEMPROPOREX



Curiosidade

A Lei 11.721/2008 determina que o 11 de outubro é Dia Nacional de Prevenção da Obesidade.



Chave para a prevenção

A prevenção contra a obesidade passa pela conscientização da importância da atividade física e da alimentação adequada.

MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS

Na busca de novos tratamentos para a obesidade, a fitoterapia desponta como mais uma alternativa.

A combinação de **Garcinia Cambogia e Orlistate** levou a uma redução significativa nos índices metabólicos e do peso corporal e IMC.



Cáscara Sagrada pode auxiliar no processo de emagrecimento. Algumas pessoas também acreditam que ela reduz a absorção de gordura.

Os medicamentos fitoterápicos utilizados para emagrecimento agem no organismo como moderadores de apetite ou aceleradores de metabolismo, promovendo redução da ingestão alimentar, diminuindo os níveis séricos de colesterol, além de ação antioxidante, diurética e lipolítica.



Medicamentos contra a Obesidade



O uso de fármacos na terapia da obesidade é indicado em casos de pacientes com o Índice de Massa Corporal (IMC) maior que 30 ou com IMC acima de 27 associados a patologias e com histórico dietético e exercício físico inadequados.



Ensaio clínico da Sibutramina

descobriram seus efeitos moderadores de apetite e, atualmente é a droga mais utilizada nos Estados Unidos da América para redução de peso.

Os efeitos adversos mais frequentes desses medicamentos estão relacionados aos sistemas cardiovascular, gastrointestinal e nervoso, a citar: elevação da pressão arterial, palpitações, náuseas, vômitos, insônia, agitação, ansiedade, cefaléia e vertigem.



PERGUNTAS FREQUÊNTES



- Excesso de peso é um problema de saúde?
O sobrepeso e a obesidade são condições médicas cada vez mais comuns.



- Quais os medicamentos atualmente disponíveis no Brasil?
Os medicamentos são: Sibutramina, Orlistate e a Liraglutida (Saxenda).



- O uso de medicamentos para o tratamento da obesidade é seguro ?
Sim, as medicações para tratamento foram liberadas com base em estudos de eficácia e segurança.

- Quando os medicamentos para o tratamento da obesidade podem ser utilizados?



Os medicamentos podem ser iniciados em duas situações: em pacientes com IMC >30 e nos pacientes com IMC entre 27 e 30 que tenham algum outro problema de saúde associado.



Curiosidades

1 - A obesidade é caracterizada pelo acúmulo de gordura corporal e pode acarretar graves problemas de saúde e levar até à morte. Segundo dados do IBGE, o Brasil tem cerca de 27 milhões de pessoas consideradas obesas. Somando o total de indivíduos acima do peso, o montante chega a quase 75 milhões.

2- A obesidade é diagnosticada através do cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). Ele é feito da seguinte forma: divide-se o peso (em Kg) do paciente pela sua altura (em metros) elevada ao quadrado. De acordo com o padrão utilizado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), quando o resultado fica entre 18,5 e 24,9 kg/m², o peso é considerado normal. Entre 25,0 e 29,9 kg/m², sobrepeso, e acima deste valor, a pessoa é considerada obesa.

3- Conforme a magnitude do excesso de peso pode-se, de acordo com o IMC, classificar o grau de obesidade do paciente em: obesidade leve (classe 1 - IMC 30 a 34,9 kg/m²), moderada (classe 2 - IMC 35 a 39,9 kg/m²) e grave ou mórbida (classe 3 - IMC \geq 40 kg/m²). Essa classificação é importante na escolha do tipo de tratamento, quando deve ser clínico ou cirúrgico.

4- A obesidade pode, também, mexer com fatores psicológicos, acarretando diminuição da autoestima e depressão

5- São muitas as causas da obesidade. Em uma pessoa geneticamente predisposta, os maus hábitos alimentares e sedentarismo precipitarão o desenvolvimento da obesidade. Algumas disfunções endócrinas também podem levar ao desenvolvimento da obesidade. Por isso, na hora de pensar em perder peso, procure um especialista.

6- A prevenção contra a obesidade passa pela conscientização da importância da atividade física e da alimentação adequada. O estilo de vida sedentário, as refeições com poucos vegetais e frutas, além do excesso de alimentos ricos em gordura e açúcar precipitam o aumento do número de pessoas obesas, em todas as faixas etárias, inclusive crianças

Referencias bibliográficas:

COELHO, Rhyann. Obesidade: conceito, epidemiologia, fisiopatologia, tipos e danos. Sanarmed, 2020. Disponível em: <https://www.sanarmed.com/obesidade-conceito-epidemiologia-fisiopatologia-tipos-e-danos-colunistas>. Acesso em: 01/06/2021.

MELO, M.E. 10 Coisas que Você Precisa Saber Sobre Obesidade. SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLISMO, 2018. Disponível em: <https://www.endocrino.org.br/10-coisas-que-voce-precisa-saber-sobre-obesidade>. Acesso em: 01/06/2021.

OSWALDO CRUZ CENTRO DE OBESIDADE E DIABETES. Tratamento da Obesidade. 2020. Disponível em: <https://centrodeobesidadeediabetes.org.br/tudo-sobre-obesidade/tratamento-da-obesidade>. Acesso em: 01/06/2021.

FRAZÃO, Arthur. Tratamento para obesidade. Tua saúde, 2019. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/tratamento-para-obesidade>. Acesso em: 01/06/2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLISMO. O que é a obesidade, 2010. Disponível em: <https://www.endocrino.org.br/o-que-e-obesidade/>. Acesso em: 01/06/2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Biblioteca Virtual em Saúde, 2021. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/ultimas-noticias/3134-04-3-dia-mundial-da-obesidade>. Acesso em: 01/06/2021.

LEMOS, Marcelo. Glicemia de jejum: o que é, como se preparar e valores de referência. Tua Saúde, 2020. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/glicemia-de-jejum/>. Acesso em: 01/06/2021.

PINHEIRO, Chloé. Para que serve o hemograma, o popular exame de sangue. Veja Saúde, 2017. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/medicina/para-que-serve-hemograma-exame-de-sangue>. Acesso em: 01/06/2021.