

O QUE É, TRATAMENTO E PRECAUÇÃO

OBESIDADE

ALUNOS RESPONSÁVEIS

- Beatriz Scoassado Ragassi

20000006

- Gabriele de Pádua Silva

19000479

- Jussara Stanguini da Silva

21000812

- Larissa Garzo de Macedo

20001085

- Layanara Moreira Valverde

19001382

- Luana Maria Martins de Mello Braido

21000359



TAXA DE OBESIDADE DE HOMENS E MULHERES

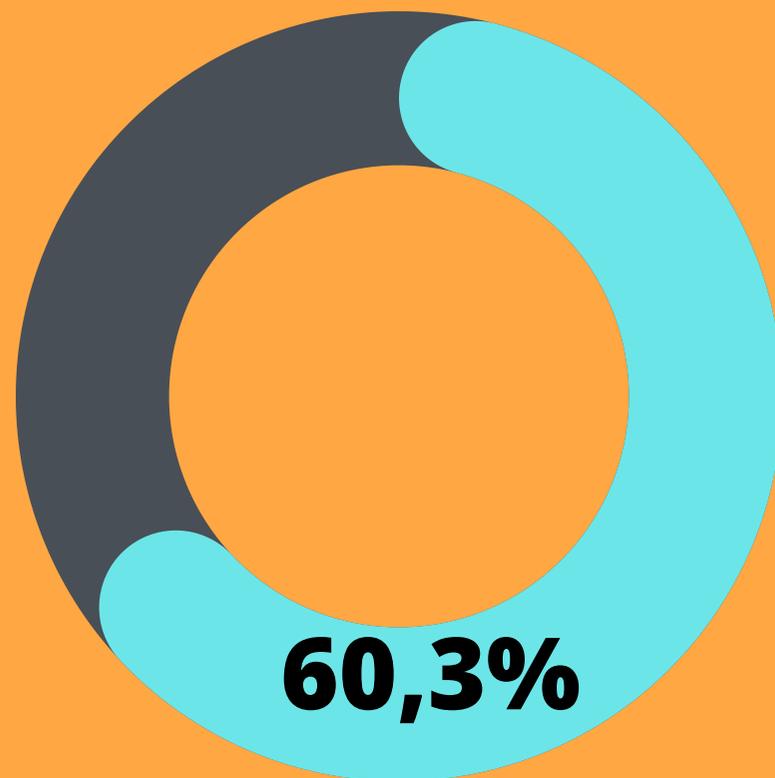
30,2% 22,8%

ENTRE 2013 A 2019 A
PROPORÇÃO DE OBESOS
ENTRE 20 ANOS OU MAIS
DOBROU

ALBERT EINSTEIN

Dados estatísticos

O excesso de peso atingia 60,3% da população de 18 anos ou mais, o que corresponde a 96 milhões de pessoas



ALTERAÇÕES DA OBESIDADE



01

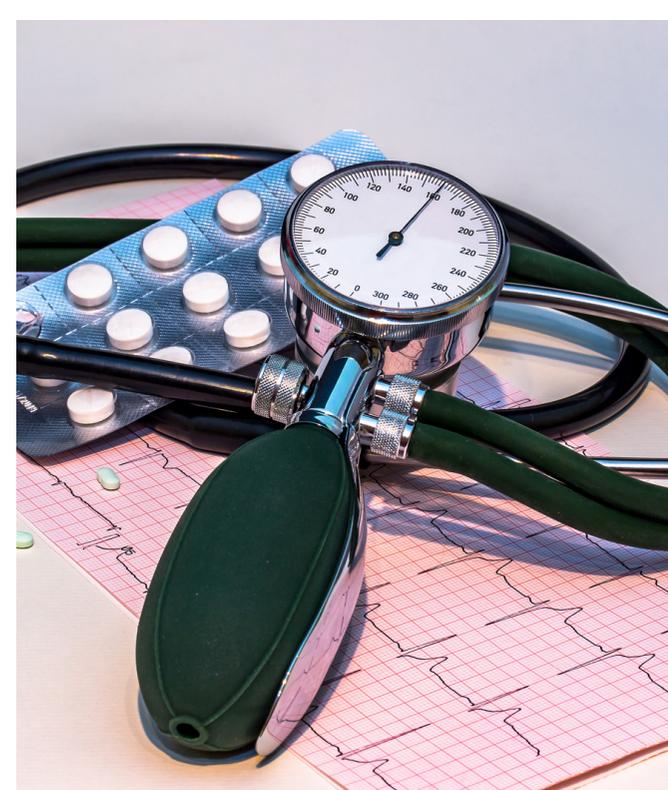
Diabetes: causam aumento da glicose no sangue, isso ocorre pois há uma falta de insulina adequada no organismo para exercer suas funções corretamente

02

Colesterol: LHL carrega partículas de colesterol do fígado e de outro locais para as artérias (ruim), já o HDL remove o colesterol da artérias e leva de volta para o fígado.

03

Triglicerídeos: são as principais gorduras do nosso organismo e servem como uma reserva de energia .



VALORES DE REFERÊNCIA

Através dos exames de sangue conseguimos identificar a alteração nos valores, que são:

Diabetes: igual ou superior a 126mg/dl, normal: 110mg/dl, alterada: 110mg/dl a 125mg/dl
Triglicerídeos : valor normal 150mg/dl, alterado: de 150mg/dl até 500mg/dl .
Colesterol: valores desejados para adultos acima de 20anos: inferior a 190mg/dl

MEIOS DE TRATAMENTO

As formas mais convencionais são dietas e exercícios, mas se não tiver o resultado esperado é possível fazer o uso de fármacos como por exemplo:

- Orlistate
- Cambogia
- Garcinia



QUANDO O TRATAMENTO É INDICADO

O uso de medicamentos no tratamento da obesidade esta indicado quando houver falhas no tratamento não farmacológico



USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS

É importante que os fármacos sejam administrados de forma apropriada ao paciente, em doses que satisfaçam suas características individuais por um período de tempo adequado.



ASSOCIAÇÃO DE DIETA E EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA A PERDA DE PESO

Proporcionar um balanço calórico negativo (não maior do que 500 a 1000 kcal por dia em relação a ingestão recomendada), provocando uma redução de peso gradual sem desequilíbrios metabólicos. A redução máxima de peso deve ser de 1kg por semana.

Incluir um programa de exercícios com uma frequência de pelo menos 3x por semana, 20 a 30 minutos de duração por sessão, a uma intensidade mínima de 60% da frequência cardíaca máxima.

Bibliografia

M. Ratter, James; Flower, Rod; Henderson, Graeme; Kong Loke, Yoon; Macewand, David; P. Rang, Humphrey. Rang e Dale, 9º edição, Guanabara Koogan, Tradução GEA TEXTOS S.L.

2. WANNMACHER, Lenita. Obesidade: Evidência e fantasia. 3. Ed. Brasília, 2004. Disponível em:

https://www.paho.org/bra/dmdocuments/HSE_URM_OBS_0204.pdf

<https://www.tuasaude.com/sintomas-de-diabetes/>

<https://www.minhavidacom.br/saude/temas/diabetes>

<https://www.cortesvillela.com.br/noticias/anatomia-patologica-e-citopatologia/exame-de-glicemia-como-e-feito-e-qual-e-sua-principal-funcao.html#:~:text=A%20principal%20recomenda%C3%A7%C3%A3o%20para%20se,para%20garantir%20um%20diagn%C3%B3stico%20correto.>

<https://www.scielo.br/j/rbme/a/WczRwqbbJSPpNZFnkjj5dWh/?lang=pt>