



04 DE MARÇO

DIA MUNDIAL DA OBESIDADE

UM NOVO JEITO DE OLHAR

A campanha 2023 do Dia Mundial da Obesidade quer conscientizar a sociedade para mudar a perspectiva sobre a doença, entendendo que **a obesidade precisa ser olhada com mais empatia.**



Não basta o portador de obesidade ser convidado a fazer dietas e exercícios, porque na maioria das vezes ele vai precisar do apoio de profissionais.

Obesidade é uma doença, não depende apenas de força de vontade.

O QUE 2023 NOS APRESENTA

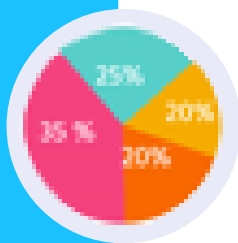
sobre essa doença que aumenta a incidência ano após ano no Brasil e no mundo!

ÍNDICES



O índice de obesidade foi de 22,35% em 2021, superior aos anos anteriores e o dobro do registrado há 15 anos.

SEXO



A maioria das pessoas acima do peso é do sexo masculino, mas as mulheres lideram entre os que já são considerados obesos.



**Dr. Gustavo
Peixoto**



Quase seis em cada 10 brasileiros estavam com sobrepeso em 2021, um aumento de cerca de 2% em relação a 2019.



OBESIDADE INFANTIL

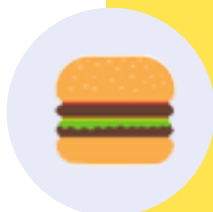
Apenas no Brasil, 9,4% das crianças do sexo feminino são consideradas obesas, enquanto 12,4% das crianças do sexo masculino estão na mesma condição.

PRINCIPAIS FATORES



FALTA DE EXERCÍCIOS

Crianças tem dado mais atenção à eletrônicos que brincadeiras convencionais



ALIMENTAÇÃO INADEQUADA

Aumento do consumo de alimentos de baixa qualidade, aliado à publicidade voltada a esse público



Dr. Gustavo Peixoto

A conscientização da população sobre os riscos da obesidade é essencial.

A obesidade é um fator de risco para várias **doenças crônicas, incluindo diabetes, doenças cardiovasculares, câncer e outras condições de saúde.** É importante adotar um estilo de vida saudável, incluindo uma alimentação equilibrada e atividade física regular.

CRIANÇAS

A Academia Americana de Pediatria recomenda abordagens de tratamento precoce e intensivo para crianças e adolescentes com obesidade, incluindo entrevista motivacional, comportamento de saúde intensivo, tratamento de estilo de vida, farmacoterapia e cirurgia bariátrica, se indicado.

RESUMINDO

Além dos problemas da própria obesidade, ela ainda pode agravar outras doenças, como:

Diabetes

Hipertensão

Respiratórias

AVC

Infarto

Câncer

Alerta!



O Brasil deverá ter, até 2030, quase 30% de sua população adulta com obesidade*.

*World Obesity Federation



Dr. Gustavo Peixoto

O QUE TEM HAVER EMPATIA?

A obesidade é uma enfermidade que tem um impacto significativo no bem-estar psicológico do indivíduo afetado. Portanto, é equivocado pensar que basta a pessoa simplesmente parar de comer ou fazer exercícios para superar a condição, já que a obesidade não é meramente uma questão de "**falta de vontade**". Em muitos casos, **a obesidade é causada por outras condições médicas, tais como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, problemas relacionados às articulações, artrite, inflamações múltiplas, refluxo, tumores, hipertensão e pedras na vesícula.**

Por isso,

é fundamental que profissionais de saúde, familiares e a sociedade em geral ofereçam apoio e compreensão aos doentes obesos. Além disso, é preciso considerar diferentes fatores que levam ao desenvolvimento da doença, como a genética, o ambiente social e o estilo de vida. Cada paciente deve ser cuidado de maneira individual, com abordagem multidisciplinar e considerando as fases do curso da vida.

É importante lembrar que o tratamento da obesidade é complexo e requer o envolvimento de diferentes especialidades. É necessário o diagnóstico eficiente para iniciar o atendimento e o acompanhamento do paciente, seja na saúde pública ou privada. Para isso, é preciso contar com profissionais de saúde capacitados e sensibilizados para essa temática.

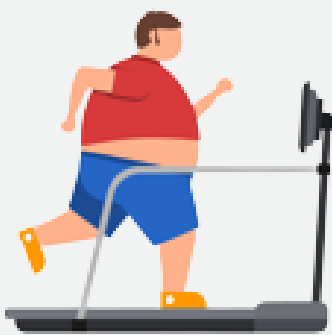
O QUE FAZER PARA EVITAR OBESIDADE?

A primeira coisa é garantir que está com uma saúde boa. Se tiver sintomas de algumas das doenças citadas acima, sem tratá-las o risco é maior.



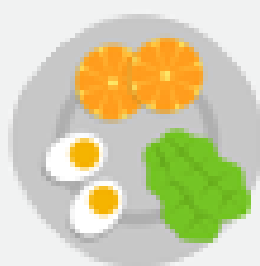
Arrasta que tem mais.

EXERCITE-SE



Faça exercícios regulares e de forma adequada

CUIDE DE ALIMENTAÇÃO



Preze por mais alimentos saudáveis, sempre nos horários certos. Não se esqueça da água.

E a bariátrica, em caso de obesidade?

A cirurgia bariátrica é um dos tratamentos mais eficazes para a obesidade grave e tem sido cada vez mais utilizada no Brasil e no mundo. É uma opção segura e comprovada para ajudar os pacientes a perder peso e melhorar sua qualidade de vida. **MAS** a cirurgia bariátrica não é uma opção para todos os pacientes, e não é um procedimento simples e deve ser realizada por um cirurgião experiente em um ambiente hospitalar adequado.

É importante lembrar que a cirurgia bariátrica não é uma solução milagrosa, não deve ser usada apenas para uso estético e não deve ser considerada uma opção de última hora. O sucesso a longo prazo depende do compromisso do paciente com mudanças no estilo de vida, incluindo uma dieta saudável e exercícios físicos regulares. A cirurgia bariátrica pode ser uma ferramenta importante para ajudar os pacientes a alcançar seus objetivos de perda de peso, mas é apenas **uma parte do tratamento geral da obesidade**.



Dr. Gustavo Peixoto



[gustavo_peixoto_dr](https://www.instagram.com/gustavo_peixoto_dr)