

Nova abordagem de tratamento equipara obesidade à dependência química

Em simpósio na Academia Nacional de Medicina, especialistas advertem que receitas tradicionais não são suficientes



Apresentação do simpósio sobre obesidade na Academia Nacional de Medicina - **Hermes de Paula**

RIO - Não basta cortar calorias, fazer exercícios, tomar remédios. Agora, além do apelo às receitas tradicionais, cresce a avaliação entre os médicos de que a obesidade deve ser tratada como dependência química — uma abordagem terapêutica já usada em outros países e que chega agora ao Brasil. O tema foi discutido esta semana em um simpósio sobre obesidade promovido pela Academia Nacional de Medicina (ANM).

INFOGRÁFICO: O IMPACTO DA DOENÇA NO SISTEMA DE SAÚDE PÚBLICA

Quando comemos, o cérebro libera em seu sistema de recompensa a dopamina, neurotransmissor ligado ao prazer. Alimentos ricos em açúcar, gordura e sal provocam uma estimulação cerebral semelhante ao de algumas drogas. E o organismo, aos poucos, se torna insaciável: para atingir aquele nível de recompensa, precisará de cada vez mais dopamina, apelando para as comidas gordurosas e açucaradas. Este sentimento de “querer sempre mais” é semelhante ao do vício em cocaína e álcool, segundo especialistas.

— Podemos ficar até quatro dias pensando em uma comida enquanto não a tiramos da geladeira. Por isso devemos fazer exercícios mentais, como lembrar que aquele alimento só vai dar uma satisfação temporária, ou que vai nos fazer mal — explica Ana Lydia Sawaya, pesquisadora do Instituto de Estudos Avançados da USP. — Este tratamento tem sido usado intensamente nos EUA e na Europa e é muito mais parecido com uma mudança de comportamento de viciados do que a imposição de uma dieta de 1.500 calorias, usada para obesos.

Membro da ANM e organizadora do simpósio, Eliete Bouskela destaca que o combate à obesidade pode ser mais difícil do que evitar o uso de drogas.

— É possível nunca mais usar álcool ou drogas, mas a comida não pode ser totalmente cortada — ressalta. — Ninguém tem tempo para cozinhar arroz e feijão. Por isso, apelamos para refeições semiprontas, ricas em sal e gordura.

MUDANÇA DE ESTILO DE VIDA

Egberto Gaspar de Moura, professor de Fisiologia Endócrina da Uerj, lembra que medicamentos que inibem o apetite e diminuem a absorção de gordura podem ser adotados como um estímulo para a dieta e, também, para ajudar que os pacientes não recuperem o peso.

— Usando remédios, o paciente pode perder logo quatro ou cinco quilos. Já é um impulso — analisa. — Mas este recurso deve ser moderado, porque há efeitos colaterais, como tontura, palpitação, diarreia e náuseas.

Gaspar, no entanto, assinala que a melhor maneira de combater a obesidade passa longe dos comprimidos. Trata-se da mudança de estilo de vida, o que significa ter um horário fixo para dormir, adequar a dieta e iniciar atividades físicas. Os resultados são graduais e devem ser acompanhados por endocrinologistas, nutricionistas e psicólogos.

O envolvimento de médicos de diversas especialidades é sublinhado por Francisco Sampaio, presidente da ANM. O motivo é a associação da doença com diversas enfermidades, como o câncer de próstata, a hipertensão e a depressão. — É a epidemia do século e está avançando muito rapidamente. No estado do Rio, 52% da população sofre com sobrepeso ou obesidade. Alimentos pouco saudáveis dão uma sensação de felicidade, mas isso logo passa e, por isso, recorreremos cada vez mais a eles — descreve.

A ANM planeja instalar, na área do Hospital Universitário Pedro Ernesto, em Vila Isabel, no Rio, o Centro Multidisciplinar de Pesquisa em Obesidade, onde estudará diversos aspectos relacionados ao tema, da pediatria à geriatria. Avanços tecnológicos da última década abriram caminho para novas áreas de pesquisas sobre a obesidade. De acordo com Mario José Abdalla Saad, professor da Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp, uma das principais conquistas foi o sequenciamento genético das bactérias no estômago e no intestino.

— Sabemos que um organismo com grande diversidade de bactérias gastrointestinais é menos propenso à obesidade, mas alimentos industrializados acabam com esta diversidade — explica. — Novos estudos também confirmam que os bebês nascidos de parto normal e que foram amamentados nos primeiros dois meses também têm menor tendência ao sobrepeso.

PROBLEMA EXIGE MUDANÇAS DRÁSTICAS

Segundo um relatório da consultoria McKinsey, a obesidade já está na terceira posição entre os principais problemas que acometem a Humanidade, perdendo apenas para a violência armada — que abrange terrorismo e guerras — e o tabagismo.

Professor de Endocrinologia da PUC-Rio, Walmir Coutinho revela que diversos governos se comprometeram a inibir os índices de obesidade até 2025, levando-os de volta aos registrados em 2010. Alguns projetos conseguiram sucesso parcial: no México, por exemplo, um tributo especial sobre o refrigerante diminuiu o seu consumo em 20%, mas a verba obtida por este imposto não foi revertida em subsídios para a produção, venda e publicidade de alimentos saudáveis.

O Brasil teve boas iniciativas ligadas à amamentação e à alimentação saudável em escolas, mas os resultados gerais estão muito aquém do necessário — observa. — A obesidade é um problema que exige medidas drásticas.

Em vez de inflar os cofres com novos tributos sobre alimentos industrializados, no Brasil a obesidade contribui com um rombo no sistema de saúde pública. Segundo uma pesquisa realizada pela Datasus, o governo gastou mais de R\$ 3,65 bilhões com doenças relacionadas ao excesso de peso entre 2008 e 2010.

Professor do Departamento de Clínica Médica da Uerj, Denizar Vianna atenta que a busca por cirurgias bariátricas também foi multiplicado em menos de uma década, passando de 16 mil em 2003 para 60 mil em 2010.

— Além dos aspectos ligados à saúde, o impacto da obesidade também atinge a economia — explica. — O crescimento desta epidemia é brutal, muito maior do que foi o tabagismo décadas atrás.

A ANM realizará, no dia 14 de julho, um simpósio sobre poluição ambiental. Inscrições são gratuitas pelo e-mail secretariageral@anm.org.br. Haverá emissão de certificados aos participantes.