

O CONCEITO DE OBESIDADE CONTROLADA COMO ESTRATÉGIA NO TRATAMENTO

Renata Mendes Bentes

DOI: 10.47094/IIICNNESP.2022/190

RESUMO

Introdução: A obesidade é uma doença crônica associada ao comprometimento da saúde física e mental. Uma visão muito difundida no tratamento da obesidade é que o objetivo é normalizar o índice de massa corporal (IMC) do indivíduo. No entanto, uma perda de peso de aproximadamente 10% traz benefícios consideráveis à saúde, independentemente do IMC final. Propõe-se utilizar o termo “obesidade controlada” para indivíduos que perdem peso e obtêm benefícios clínicos, porém continuam classificados como tendo obesidade. Essa simples classificação pode ajudar a disseminar o conceito de benefícios clínicos derivados da perda de peso modesta, permitindo que indivíduos com obesidade e seus profissionais de saúde se concentrem em estratégias de atenção à saúde. **Objetivos:** Realizar uma revisão da bibliografia sobre os benefícios da perda de 10% do peso em obesos, visto que esta pode reduzir significativamente os riscos gerais à saúde, independentemente do IMC final. **Métodos:** Revisão bibliográfica e de artigos científicos relacionados ao tema, reunindo e comparando os diferentes dados encontrados nas fontes de consulta e listando os pontos mais importantes. **Resultados:** A perda de peso de aproximadamente 10%, mesmo sem normalização do IMC, é benéfica e melhora o estado geral de saúde do paciente. Essa perda clinicamente alcançável tem o poder de melhorar o risco cardiovascular, reduz a resistência insulínica, glicemia, triglicérides, pressão arterial e gordura visceral, além de outros marcadores de risco. Logo, essa perda de peso modesta em um estado de “obesidade controlada” apresenta impactos positivos na redução de riscos. **Conclusões:** O principal ponto forte dessa nova classificação é, além da redução de danos, a ênfase na continuidade do tratamento clínico, que muitas vezes é ignorado ou abandonado. Essa classificação proposta também pode ajudar pacientes e profissionais de saúde a discutir metas mais realistas. No entanto, ressalta-se a necessidade de mais pesquisas sobre essa temática como uma oportunidade de melhoria da qualidade de vida.

Palavras-Chave: Saúde. Controle. Peso.

ÁREA TEMÁTICA: Outras.