

OBESIDADE, UMA DOENÇA DE MÚLTIPLAS CAUSAS

OBESITY, A DISEASE OF MULTIPLE CAUSES



DR. MAURICIO HIRATA

Quando atendo pacientes pela primeira vez em meu consultório, frequentemente, ouço a alegação de que estão obesos porque não tem “vergonha na cara”, o que revela um preconceito completamente equivocado, visto que a obesidade é uma doença com múltiplas causas.

Obviamente, os hábitos alimentares estão entre os principais fatores que levam à obesidade, no entanto, todos nós conhecemos várias pessoas que comem muito e não engordam. O metabolismo energético do nosso corpo, ou seja, a capacidade de queimar calorias (alto ou baixo), ainda é pouco entendido, mas certamente influi no surgimento da doença.

Hereditariedade, causas hormonais, menopausa, andropausa, problemas de tireoide, diabetes e pré-diabetes também são causas importantes de obesidade e devem ser avaliados em conjunto com os motivos que levam o paciente a comer mais do que devia, como a ansiedade, o stress e a compulsão alimentar.

Pesquisas recentes mostram que as causas e os fatores relacionados ao estilo de vida influenciam profundamente na evolução ou não da obesidade. Uma visão sucinta sobre essas pesquisas revela que dormir bem diminui a chance de ser obeso ou diabético em quase 40%.

Em outra análise, observou-se que alterações em núcleos cerebrais têm sido detectados, por meio de ressonância magnética, como causadores de aumento de apetite em pessoas obesas. Novos hormônios gástricos e intestinais também têm sido relacionados ao aumento de apetite e à obesidade.

Em um futuro bem próximo o tratamento da obesidade não se resumirá a reduzir o apetite, já que grande parte dos estudos atuais é baseado nas causas da doença para o desenvolvimento de novos métodos clínicos e medicações. A obesidade é uma doença crônica e incurável, que deve ter acompanhamento médico de longo prazo, com tratamentos que podem ser medicamentosos ou cirúrgicos.

Você não deve se deixar levar por publicações não científicas veiculadas na internet. Procure seu médico, pois ele fornecerá informações seguras e indicará o tratamento adequado ao seu perfil.



When I first see patients in my office, I often hear the claim that they are obese because they have no shame, which reveals a completely misconceived bias, since obesity is a disease with multiple causes.

Obviously, eating habits are among the main factors that lead to obesity, however, we all know several people who eat a lot and do not get fat. The energy metabolism of our body, i.e. the ability to burn calories (high or low), is still poorly understood, but it certainly influences the onset of the disease.

Hereditry, hormonal causes, menopause, andropause, thyroid problems, diabetes and pre-diabetes are also main causes of obesity and shall be evaluated in conjunction with the reasons that lead the patient to eat more than he/she should, such as anxiety, stress and binge eating.

Recent research indicates that lifestyle-related causes and factors profoundly influence the progression of obesity. A brief review of these surveys reveals, among other studies, that sleeping well decreases the chance of being obese or diabetic by almost 40%.

In another analysis, it was observed that alterations in brain nuclei have been detected by means of magnetic resonance as causes of increased appetite in obese people. New gastric and intestinal hormones have also been linked to increased appetite and obesity.

In the near future, obesity treatment will not be limited to appetite reduction, and much of the current studies are based on the causes of the disease for the development of new clinical methods and medications. Obesity is a chronic and incurable disease, which must have long-term medical follow-up, with medicated or surgical treatments.

You should not get carried away by non-scientific publications published on the Internet. Seek your doctor as he will provide you with safe information and find out the appropriate treatment for your profile.



Mauricio Yagui Hirata é médico endocrinologista (CREMESP: 59813/RQE: 23162).

Mauricio Yagui Hirata is an endocrinologist (CREMESP: 59813/RQE: 23162).