

# BOLA DA VEZ

Agora os médicos estão indicando remédio para quem quer perder pouco peso – a partir de 4 kg. Veja se você pode se valer dessa nova regra (que traz bons resultados já na primeira semana!) e saiba tudo sobre as drogas mais usadas pelos especialistas de todo o país

ISABELA LEAL. FOTOS: RITA PIZZI.

**A**té pouco tempo os endocrinologistas recomendavam remédios para emagrecer única e exclusivamente para os obesos, ou seja, pessoas com índice de massa corporal (IMC) superior a 30 – para descobrir o seu, divida o peso pela altura ao quadrado. Hoje, quem está com IMC maior ou igual a 25 e não consegue eliminar os últimos quilos é forte candidato a tomar medicamento. Porém, desde que seja por causa de problemas associados, como obesidade na família, ou doenças que levam à compulsão alimentar, tipo diabetes, hipertensão, colesterol alto, depressão ou ansiedade. Esses fatores explicam por que algumas pessoas não conseguem afinar, mesmo aderindo ao trio dieta-ginástica-tratamento estético. Mas também não são motivos suficientes para você correr ao médico atrás de uma ‘pílula emagrecedora’.

“Cabe ao especialista analisar a relação custo-benefício para o paciente. O sucesso do tratamento depende da adequação do tipo de droga, dosagem e período de utilização ao perfil da pessoa”, explica Simão Lottenberg, endocrinologista do Hospital das Clínicas (SP). Quanto à perda de peso, ela pode acontecer após sete dias de uso do medicamento associado a regime e atividade física.

## Para cada caso, uma pilula

As drogas indicadas para emagrecer são divididas em quatro classes: inibidores de apetite, estimuladores da saciedade, redutor da absorção de gordura e antidepressivos (*confira nos quadros o perfil de cada um*). “Por exemplo, para quem tem compulsão alimentar e costuma descontar os problemas na comida, os ansiolíticos e antidepressivos são ótimas opções”, diz o psiquiatra Arthur Kaufman, do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas (SP). Além disso, o especialista deve questionar sobre seu histórico familiar para investigar a tendência à obesidade e a doenças, como as do coração.

Importante: “Quem toma remédio para emagrecer, seja de laboratório ou de farmácia de manipulação, deve fazer acompanhamento médico a cada 40 dias no máximo. Só assim dá para contornar possíveis efeitos colaterais, reduzir ou aumentar a dose da droga, mudar o horário da ingestão ou até trocar o princípio ativo”, alerta a endocrinologista Adriana Moretti (SP). Todos esses cuidados evitam problemas como arritmia cardíaca, surto psicótico e dependência química.

Se você acha que é candidata a entrar nessa onda, veja a seguir o perfil dos quatro tipos mais receitados e a opinião de quem usou. Em tempo: as pílulas são contra-indicadas para grávidas, lactantes, hipertensas, cardíacas e portadoras de síndrome do pânico, disfunções intestinais e convulsões. **O**

## Inibidores de apetite

**Indicações:** para quem se sente faminta nos horários das refeições, principalmente no almoço e no jantar, ou come demais sem estar com fome.

**Princípios ativos:** femproporex, dietilpropiona, anfepramona, mazindol.

**Nomes comerciais:** Desobesi-M e Dualid, ambos da Asta Médica; Inibex (*na foto*) e Absten, Medley; Fagolipo, Dasten e Moderine, os três da Libbs.

**Preço:** de R\$ 8 a R\$ 21.

**Como funcionam:** atuam no cérebro, no sistema nervoso central, reduzindo a fome.

**Vantagens:** têm efeito rápido e intenso na diminuição do apetite e, conseqüentemente, no processo de emagrecimento.



**Efeitos colaterais:** boca seca, insônia, agitação, depressão, irritabilidade, prisão de ventre, taquicardia, aumento da pressão arterial.

**Desvantagens:** podem provocar dependência quando usados por longos períodos.

**Eu experimentei:** “O remédio fez com que eu parasse de descontar a ansiedade nos chocolates e salgadinhos e conseguisse comer menos”, diz Mônica\*, 32 anos, 1,68 m, que emagreceu 4 kg em dois meses e hoje mantém 62 kg.

## Estimuladores da saciedade

**Indicações:** quem sente mais fome à noite, tem compulsão alimentar, desconta os problemas no alimento e tende à depressão.

**Princípios ativos:** sibutramina, bupropiona.

**Nomes comerciais:** Plenty, Medley; Reductil (*na foto*), Abbott; Zyban e Welbutrin, ambos da GlaxoSmithKline.

**Preço:** entre R\$ 82 e R\$ 193.

**Como funcionam:** atuam no cérebro aumentando a serotonina (neurotransmissor responsável pela sensação de saciedade) e a catecolamina, que diminuem a fome.

**Vantagens:** são consideradas drogas seguras e facilitam a manutenção do peso perdido após o tratamento.



**Efeitos colaterais:** boca seca, prisão de ventre, insônia, dor de cabeça, taquicardia e agitação.

**Desvantagens:** a prisão de ventre, insônia e boca seca são bastante comuns.

**Eu experimentei:** “Com o remédio passei a sentir menos fome e, mesmo depois que parei de tomá-lo, consegui organizar as minhas refeições – é como se tivesse feito um treinamento para comer de maneira correta”, conta Fabíola\*, 21 anos, 1,60 m, que perdeu 8 kg em cinco meses e hoje mantém 48 kg.

## Redutor da absorção de gordura

**Indicações:** qualquer pessoa pode tomar, desde que não tenha doenças inflamatórias intestinais.

**Princípio ativo:** orlistat.

**Nome comercial:** Xenical, Roche.

**Preço:** de R\$ 136 a R\$ 181.

**Como funciona:** inibe a lipase (enzima intestinal), reduzindo em 30% a absorção da gordura presente no alimento consumido.

**Vantagens:** é uma opção para quem não pode tomar remédios que agem no cérebro. Pode ser usado com qualquer outra droga para emagrecer, acelerando o resultado. Não causa dependência e reduz o colesterol.

**Efeitos colaterais:** diarreia, gases e cólica.



**Desvantagem:** dependendo da quantidade de gordura ingerida, pode causar um desarranjo intestinal intenso.

**Eu experimentei:** "No começo me senti insegura achando que perderia o controle sobre a vontade de ir ao banheiro. Ao contrário, comecei a ficar mais atenta ao que colocava no prato para não ter nenhum desarranjo. E, assim, fui me educando com mais facilidade", diz Fabiana\*, 26 anos, 1,67 m, que perdeu 22 kg em um ano e hoje mantém 76 kg.

## Antidepressivos

**Indicações:** para quem desconta as emoções na comida ou tem compulsão alimentar.

**Princípios ativos:** fluoxetina, sertralina.

**Nomes comerciais:** Prozac, Eli Lilly; Daforin, Sigma Pharma; Psiqual, Merck; Zoloft (na foto), Pfizer; Tolrest, Biosintética; Eufor, Farmasa; Fluxene, Eurofarma; Verotina, Libbs.

**Preço:** entre R\$ 12 e R\$ 96.

**Como funcionam:** aumentam a serotonina no cérebro, provocando a saciedade.

**Vantagem:** diminui significativamente a compulsão por carboidratos, em especial o chocolate.

**Efeitos colaterais:** náusea, dor de cabeça, insônia ou sonolência.



**Desvantagens:** diminuição da libido e da eficácia do medicamento depois de três meses de consumo.

**Eu experimentei:** "Com o remédio, os episódios de compulsão não aconteceram mais e minha ansiedade reduziu bastante. Hoje, consigo comer o suficiente para matar a fome e não perco mais o controle nem mesmo diante dos alimentos que mais gosto", revela Tâmina\*, 29 anos, 1,66 m, que perdeu 20 kg em um ano e hoje mantém 67 kg.

## Comendo bola

Você é esperta e já sabe, mas não custa reforçar: a automedicação pode trazer sérios riscos à saúde. Esse problema é ainda mais grave quando se trata de remédios para emagrecer. Afinal, cerca de 90% deles atuam no cérebro e são metabolizados pelo fígado e eliminados pelos rins – órgãos vitais. Por isso, nem pense em dividir os comprimidos ou copiar a fórmula manipulada da sua amiga. O que deu supercerto para ela pode ser perigoso para você.

A incompatibilidade da composição de uma cápsula com o organismo pode trazer consequências que vão desde uma simples alergia, passando por distúrbios psíquicos até um ataque cardíaco fulminante. Também não se deixe levar pelas novidades que ainda não têm comprovação científica, como é o caso do princípio ativo topiramato — indicado para epilepsia. Embora um de seus efeitos colaterais seja a perda de peso em função da diminuição de apetite, ele ainda não foi aprovado pelo Ministério da Saúde para esse fim. "Há indícios de que ele é uma boa para quem não pode consumir anfetamínicos, como os inibidores de apetite clássicos. Mas é preciso esperar estudos conclusivos", diz Filippo Pedrinola, endocrinologista membro da Associação Brasileira de Estudos da Obesidade (SP).

O professor da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, Alfredo Halpern, lembra que o excesso de peso não é provocado só pelo hábito de comer muito, mas também pela dificuldade de queimar gorduras. Daí a importância de fazer exercícios físicos no tratamento. "Nenhum remédio para emagrecer queima calorias, apenas acelera a perda de peso. Por ser um método temporário, quando for suspenso a pessoa só vai conseguir manter a silhueta conquistada com ginástica e dieta. Caso contrário, corre o risco de engordar todos os quilos de novo ou até mais", previne o médico. (E)