



*Remédios  
para emagrecer*

# UMA ALTERNATIVA EM QUESTÃO

Para muitas pessoas, esses medicamentos são fundamentais na hora de perder peso. O emprego dessas pílulas, porém, deve ser restrito e sempre acompanhado por um especialista

SILVA REGINA



Qualquer um que tentou eliminar quilos, mesmo que sejam apenas 2 ou 3, sabe que para alcançar esse objetivo é preciso muita determinação e força de vontade. Quando atinge-se a faixa considerada pelos médicos como sobrepeso (mais de 20 kg acima do ideal, em média), o esforço é proporcionalmente crescente. “Isso acontece porque a obesidade é uma doença genética, não tem cura e requer uma série de mudanças no estilo de vida que, muitas vezes, não são fáceis”, explica a endocrinologista Adriana Moretti, de São Paulo, membro da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabolismo. Ou seja, mudar a rotina significa incorporar hábitos diários que envolvem uma maneira diferente de fazer coisas básicas, como se alimentar e mexer o corpo com exercícios físicos, mesmo que seja uma simples caminhada. Nesses casos, porém, os médicos acreditam que sem um coadjuvante o emagrecimento se torna praticamente impossível. É aí que entram em cena os medicamentos.

### Pílulas atuais são uma opção mais democrática

Apesar de serem vistos com certa discriminação — salvo quando a prescrição se dá em função de um problema grave de saúde, como hipertensão, colesterol alto ou compulsão alimentar —, a “pílula emagrecedora” pode ser realmente a única alternativa para uma parcela grande de gordinhos. De acordo com um consenso da Associação para Estudo da Obesidade (Abeso), essa medicação é indicada para indivíduos que possuem índice de massa corpórea (IMC) acima de 30 e que não obtiveram sucesso com a reeducação alimentar e os exercícios físicos.

Recentemente, porém, a recomendação do uso de medicamentos passou a ser comum até para pacientes

*Para saber o seu IMC, divida o seu peso por sua altura elevada ao quadrado*

ligeiramente gordinhos: a partir de 4 kg. A diferença está em como conduzir o remédio. “As doses são menores e o período é mais curto”, afirma a médica Rosana Radominski (SP), do departamento de tratamento com medicamentos da Abeso.

### Cada paciente deve seguir uma prescrição particular

Os hábitos à mesa é que norteiam os médicos na hora de receitar as pílulas. Isso significa que uma pessoa que sente muita fome apenas em determinado horário vai precisar usar uma substância diferente de quem tem compulsão por comida (um tipo de distúrbio alimentar). Portanto, vai por água abaixo aquela história de que, se sua amiga emagreceu muitos quilos com o medicamento X, o mesmo vai acontecer com você.

Para quem decide encarar uma empreitada dessas é importante respeitar duas regras básicas. Primeiro, nunca tomar remédios por conta própria e, segundo, seguir a orientação médica do início ao fim do tratamento. “Se usados de forma adequada às necessidades particulares, com dosagens baixas e tempo limitado, os remédios podem trazer mais benefícios que malefícios”, afirma a endocrinologista Karla Saggiaro, de Curitiba (PR). Quem não respeitar essas premissas poderá sofrer com a volta repentina dos quilos perdidos e com efeitos colaterais graves, como crise hipertensiva e complicações cardíacas. Além disso, há pessoas proibidas de usar os emagrecedores. ▶

## Causas genéticas da obesidade

Apesar da vida sedentária ter culpa pelos quilos extras, a genética também desempenha seu papel de vilã nesse caso. De acordo com um estudo sobre os genes da obesidade apresentado no ano passado pela médica Sadah Farooqi, da Universidade de Cambridge (Grã-Bretanha), o organismo possui entre 50 e 70 genes ligados à obesidade. Leptina, grelina e PYY3-36 são os **três hormônios mais estudados até o momento** e podem explicar a incidência da doença em algumas pessoas.

- A **leptina**, por exemplo, é fabricada pelas células gordurosas com a função de promover a satisfação do apetite. De acordo com os especialistas, os gordinhos sofrem uma baixa desse componente. Resultado: sensação de saciedade comprometida fazendo com que sintam mais fome.
- Fabricada pelo estômago, a **grelina** está associada ao apetite e avisa ao cérebro que é hora de comer. À medida que a pessoa ingere um alimento, a substância diminui sua concentração. Os cientistas descobriram que os obesos apresentam três vezes mais grelina do que os magros.
- Já o hormônio **PYY3-36** é produzido pelo intestino após as refeições. Quando lançado na circulação, informa ao cérebro que o tubo digestivo está ocupado com alimentos. Dessa forma, ele deve parar de mandar a informação de que o organismo está com fome. Os estudos revelaram que os gordinhos fabricam pouco dessa substância.