



Obesidade no TJAP

Dados preliminares da pesquisa Perfil de Saúde do Judiciário apontam que 60% dos entrevistados apresentam sobrepeso e 16 % estão com algum grau de Obesidade.



Dia Nacional de Prevenção da obesidade foi criado pela Federação Latino-Americana de Obesidade. Instituído pela Lei nº 11.721, assinada em junho de 2008, pelo presidente Luiz Inácio Lula da Silva, com o objetivo de conscientizar a população sobre a prevenção da doença. Segundo projeção da Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2015, cerca de 2,3 bilhões de adultos estarão com sobrepeso e mais de 700 milhões serão obesos. No Brasil, os números atuais mostram que a obesidade já é um problema de saúde pública. “O excesso de peso acomete 40% da população brasileira, aumentando o risco de doenças como pressão alta, diabetes, colesterol alterado entre outras”, afirma o presidente da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (Abeso), Dr. Márcio Mancini, responsável pelo Departamento de Obesidade da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia-SBEM.

Quem é Obeso?

A obesidade é caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal. Dentre os fatores que causam a obesidade estão os nutricionais, fisiológicos, genéticos, psiquiátricos e psicológicos, comportamentais e ambientais.

Para o diagnóstico em adultos, o parâmetro utilizado mais comumente é o do Índice de Massa Corporal (IMC). Consideram-se obesas as pessoas com IMC superior a 30. Já as que têm IMC entre 25 e 29,9 são portadoras de sobrepeso.



Como prevenir?

A prevenção contra a obesidade passa pela conscientização da importância da atividade física e da alimentação adequada. O estilo de vida sedentário, as refeições com poucos vegetais e frutas, além do excesso de alimentos com fritura e açúcar se refletem no aumento de pessoas obesas, em todas as faixas etárias. Hoje, o índice de crianças brasileiras com sobrepeso já chega a 15%.

No tratamento da obesidade deve-se objetivar, não só a perda de peso, mas também a correção dos fatores de risco cardiovascular, dependentes da resistência à insulina. A idéia de se reduzir o peso corporal de indivíduos obesos para valores consideráveis normais, através de dietas com conteúdo calórico muito baixo, vem sendo substituída por condutas que levam a um objetivo menos ambicioso e mais realista, pela impossibilidade de se conseguir, a longo prazo, atingir e manter o peso ideal na maioria dos casos.

Faça seu exame periódico!

