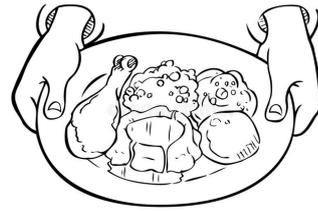
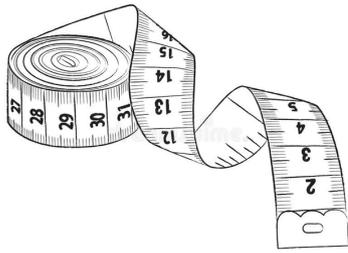


OBESIDADE



O que é a obesidade?

A obesidade é uma doença crônica caracterizada pelo acúmulo de gordura excessivo no corpo e aumento anormal de peso em uma pessoa. Isso acontece por muitos fatores, mas é uma doença principalmente passada dos pais para o filho; além disso a obesidade está relacionada por um grande consumo de alimentos e pouco gasto de energia com atividades físicas, algo muito comum nos dias de hoje por conta da facilidade de se obter alimentos não saudáveis e pelo costume de fazer atividades passivas como ver tv e usa o celular por muito tempo. Como a pessoa obesa ingere muito alimento e faz poucas atividades que gastam energia, essa energia se acumula em forma de gordura no corpo, causando o aumento de peso.

Com o excesso de gordura no corpo podem surgir problemas de postura, dificuldade de respirar durante o sono, hipertensão arterial, problemas no coração, e diabetes tipo 2.

Sintomas

Os sintomas da obesidade são inicialmente apresentar muito ganho de peso e acúmulo de gordura na barriga e outras regiões do corpo, causando cansaço na pessoa quando realiza atividades comuns. É possível observar problemas respiratório durante o sono da pessoa.

Para verificar se a pessoa está se tornando obesa, é possível fazer o índice de massa corporal (IMC), que calcula o peso relacionado com a altura da pessoa, algo que pode ser feito pelo agente de saúde local.

Quem tem mais chances de desenvolver a doença?

A obesidade é uma doença com muitas causas, por isso podemos separar as causas em fatores de risco que aumentam a probabilidade de uma pessoa ter diabetes.

- Pessoas que comem muito, principalmente alimentos com muitas calorias;
- Quem faz pouca atividade física e fica inativo por muito tempo;
- Pessoas que tem parentes obesos;
- Pessoas com diabetes tipo 2 ;
- Pessoas que passam por muito estresse e buscam prazer comendo;

Tratamento

Para diminuir as complicações da obesidade, é preciso mudar o estilo de vida, se alimentando com dietas saudáveis, reduzindo o consumo de alimentos, praticando atividades físicas. Em casos muito graves, existe a cirurgia bariátrica, onde se reduz o estômago, mas é um procedimento pouco acessível.

Elaboração

Bolsistas ADC da comunidade Jeju-ty - Marinês Borges, João Batista Ortega, Vilson Borges, Marcelo da Silva, Marcelino Timóteo Veraj, Leonardo da Silva

Bolsistas Ações Afirmativas UNESP - Christian Adrian Santos do Nascimento, Tiago Souza da Silva.

Supervisão: Maria Rita Marques de Oliveira

Apoio financeiro

MINISTÉRIO DA SAÚDE Secretaria de Atenção Primária à Saúde Departamento de Promoção da Saúde.
Chamada CNPq MS/SAPS/DEPPROS nº 28/2020 – Formação em doenças crônicas não transmissíveis e seus fatores de risco associados.