



O USO IRRACIONAL DE FÁRMACOS PARA EMAGRECIMENTO E RISCOS PARA A SAÚDE

MARIA RITA LIMA, ANASTACIA DOS SANTOS

RESUMO

O presente estudo trata-se de um resumo expandido sobre o uso dos fármacos, o qual foi construído dialogando com as informações obtidas através da pesquisa e análise de obras científicas. De caráter descritivo, encontra-se fundamentado na mesma linha de pesquisa de renomados autores e teóricos. Tem como objetivo mostrar ao leitor a importância em conhecer os riscos do uso irresponsável dos fármacos, através da prática da automedicação. Enfatiza a importância em atentar-se para a qualidade dos alimentos ingeridos, sua forma de preparo, bem como a restrição calórica da dieta e exercícios físicos para a obtenção do emagrecimento e a conquista de uma vida mais saudável. Faz uma alerta ao uso de fármacos, quando este é realizado de maneira inadequada, sem a orientação de um profissional habilitado. Apresenta uma mostra de alguns medicamentos para emagrecer e seus efeitos colaterais ou prejudiciais à saúde, as drogas mais usadas durante o processo de emagrecimento, bem com o as consequências trazidas pelo seu uso, assim como as patologias não letais e morte precoce causadas pela obesidade. A metodologia empregada para compor esse estudo deu-se por meio da pesquisa e revisão literária de obras científicas, através das quais pôde-se apresentar conceitos que apontam os principais fatores e consequências do uso irracional de medicamentos e os principais riscos para a saúde. O levantamento de dados foi realizado através de trabalhos publicados entre 1998 e 2023, utilizando ferramentas como livros e revistas; sites e plataformas como a Scielo, Bireme, PubMed e Google Acadêmico, nos quais foram extraídas informações pertinentes ao objetivo proposto nessa pesquisa.

Palavras-chave: Ação dos Fármacos; Obesidade; Uso de medicamentos; Qualidade de Vida; Emagrecimento.

1. INTRODUÇÃO

O uso de fármacos cresceu de forma exacerbada, devido às mudanças na alimentação, o alto consumo de alimentos industrializados, ultraprocessados e o estilo de vida adotado pelas pessoas no presente século, o qual tem contribuído para o desenvolvimento da indústria farmacêutica, pois cada vez mais as pessoas fazem uso dessas substâncias, visando conquistar o emagrecimento e estética, na maioria das vezes motivada por uma busca imediatista, o que consequentemente os levam a prática do uso irresponsável de medicamentos, quando estes não são orientados por um profissional habilitado. As drogas mais usadas para o emagrecimento são inibidores de apetite, redutores de gorduras, anorexígenos, dentre outras drogas que podem causar, distúrbios alimentar, irregularidade metabólica e até a morte. As medicações prescritas para esse fim necessitam serem acompanhadas, quanto a dosagens e tempo de uso. Também é relevante ressaltar a necessidade da adequação da medicação a individualidade do usuário.

Levando em consideração de que a obesidade consiste em excesso e acúmulo de gordura localizada em diferentes partes do corpo, esta passa a ser considerada como um problema de saúde pública, que tem atingido os níveis sócio – econômicos. Esta condição é

resultado do uso exagerado de calorias, o fácil acesso aos alimentos prontos e pouca atividade física. O tratamento para essa condição é realizado por meio de dieta, exercício físico medicamentos ou cirurgia, além de muito esforço e boa vontade da pessoa obesa. (SANTOS, 2019).

Nesta mesma perspectiva, é importante salientar que o tratamento farmacológico da obesidade compreende pacientes de todos os sexos, desde que tenha o Índice de massa Corporal (IMC) igual ou maior a 30 kg/m². Geralmente indivíduos com dificuldade em emagrecer e, que já tenha se submetido a um estilo de vida saudável, os fármacos usados para emagrecimento são indicados também para pessoas com o IMC entre 25 e 30 kg/m² com comorbidades e sem respostas positivas para emagrecimento. Os medicamentos prometem auxiliar no tratamento da obesidade, proporcionar a redução do peso corporal e beneficiar a saúde. Os efeitos colaterais devem ser aceitáveis e passageiros, apresentando segurança a curto e longo prazo (BOUCHARD, 2003).

Após observar como o uso irracional de medicamentos para o emagrecimento traz riscos para a saúde, proporcionando dependência física e psicológica e aumentando o risco de elevação da pressão arterial sistêmica, taquicardia, palpitações, insônia, alterações gastrointestinais e outros, se faz necessário conscientizar as pessoas quanto os principais riscos causados pela automedicação, mostrando de forma precisa a importância da responsabilidade na administração de fármacos, os fatores envolvidos na obesidade e quando realmente é necessário o uso de medicamentos para emagrecer, trazendo uma visão sobre o cuidado com automedicação e a importância de um estilo de vida saudável para proporcionar um emagrecimento seguro.

O objetivo desse estudo é mostrar a importância do conhecimento dos riscos da automedicação através da análise de obras científicas que compactuam da mesma linha de pesquisa presente nesse estudo.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Através de um estudo de revisão literária com caráter descritivo, pôde-se examinar conceitos que apontam os principais fatores e consequências do uso irracional de fármacos para emagrecimento e os principais riscos para a saúde. A pesquisa foi realizada com destaque nas palavras-chave: Ação dos Fármacos; Obesidade; Uso irracional de medicamentos; Qualidade de Vida; Emagrecimento.

O levantamento de dados foi realizado por meio de artigos científicos, livros, revistas e plataformas Scielo, Bireme, PubMed, Google Acadêmico, onde foram extraídas informações pertinentes ao objetivo. Foram selecionados artigos publicados entre 1998 e 2023.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A obesidade é causada pela quantidade aumentada de gordura e gera patologias não letais e morte precoce, prejudicando a saúde. A mesma é vista como um risco à saúde pública e se ocasiona devido à alimentação inadequada e inatividade física. O seu tratamento ocorre mediante uso de medicamentos, dieta, atividade física e/ou cirurgias. A obesidade está relacionada a fatores comportamentais, culturais, ambientais, genéticos e psicológicos, ligados ao estilo de vida e inatividade física (DIOGUARDI, 1999).

Dados recentes da Pesquisa Nacional sobre Saúde e Nutrição (PNSN), pontuou que de 27 obesos, 70% destes são mulheres adultas em condição de pobreza (AGÊNCIA FAPESP, 2006). A genética é um fator relevante para o ganho de peso, mas o estilo de vida, motores ambientais, hábitos errados e pouca atividade física proporcionam um acerto energético concordante para o aparecimento da obesidade (SHARKEY, 1998)

Nesta discussão, quando se fala em emagrecimento, entende-se a emergente necessidade em reduzir gorduras por meio de uma dieta saudável, além de adotar cuidados, principalmente por conta da quantidade de calorias contida em lipídios, que chegam a ser 9 Kcal/g quando se compara a carboidratos e proteínas, de 4 Kcal/g. Sendo mais fácil a perda de peso quando reduzido esse macro nutriente, obtendo um balanço energético negativo, o que faz com que o resultado seja eficaz (WEINECK, 2014).

Nesta abordagem é viável alertar também a respeito da qualidade dos alimentos ingeridos, assim como a forma de preparo, é de fundamental importância, tanto quanto a restrição calórica e atividade física proposta, com ajustes das necessidades energéticas de macro e micronutrientes, trazendo relevância para o indispensável papel que o nutricionista destina para o emagrecimento (WILMORE, 2002).

Uma dieta organizada de forma individualizada e estratégica, aproxima o indivíduo dos resultados esperados, sendo importante não apenas para o emagrecimento, mas para a saúde, assim como a prevenção de doenças. O estilo de vida saudável presente hoje é resultado de iniciativas, de mudança de comportamento e desejo de mudança corporal (WEINECK, 2000).

Neste sentido entende-se que uma alimentação balanceada proporciona também um balanço energético de micronutrientes e a sua reposição de vitaminas, antioxidantes, minerais, macro e micronutrientes, indispensáveis para as reações químicas realizadas pelo corpo e manutenção da vida (WILMORE, 2002).

Santos, 2018, acrescenta que o uso de medicamentos para emagrecer não exclui mudanças de hábitos alimentares e exercício físico, mas que seu uso deve estar associado a dieta hipocalórica e prática de atividade física é necessário para obter um resultado de perda de 5 a 10% do peso corporal em um ano. O consumo aumentado desses medicamentos apresenta riscos à saúde, sejam eles à base de plantas medicinais ou químicos.

Ainda de acordo com Santos, 2018, a perda de 2 a 4,5 Kg acontece devido ao uso de medicamentos redutores da fome, porém, nem todos conseguem atingir bons resultados. Ao mesmo tempo em que a maioria da população recupera o peso após alguns dias, sem uso dos inibidores, se não houver mudanças no estilo de vida, no que se refere à dieta e atividade física.

Nesta abordagem, é importante alertar a população a respeito das intenções por trás das grandes propagandas midiática na tentativa de persuadir as pessoas a usarem esses suplementos e medicamentos, logo, grande parte das informações divulgadas não são verdadeiras, além de que, parte destes medicamentos apresentam efeitos colaterais graves, sendo importante que sua prescrição seja feita por um profissional habilitado e incluso no tratamento. Entre os efeitos colaterais resultantes do uso desses fármacos destacam-se o aumento do risco de problemas cardíacos, aumento da pressão arterial e glaucoma.

QUADRO 1 - Tipos de medicamentos para emagrecer e efeitos colaterais ou prejudiciais à saúde

FÁRMACOS	EFEITOS COLETERAIS
SUBTRAMINA	Medicamento bem vendido, usado para a redução do peso, diminui o apetite. Resultado positivo é a redução do apetite e seus efeitos colaterais estão ligados a aumento do risco de ataque cardíaco.
SAXENDA	Medicamento de uso injetável, auxilia na perda de peso em casos de obesidade ou sobrepeso, ajuda a diminuir o apetite e controlar o peso, proporciona redução de 10% do peso total se ao tomar seja realizado uma reeducação alimentar e práticas de atividade física.

ORLISTRAT OU TETRAHYDROLIPSTATIN	Medicamento que ajuda a reduzir a obesidade por inibir de forma potente, diferenciada com reversão de lipases gástricas e pancreáticas. Diminuem a absorção de gorduras, reduzindo a quebra dos triglicerídeos e eliminando os mesmos por meio do bolo fecal em 30%.
FLUOXETINA	Antidepressiva ajuda na perda de peso, devido aos efeitos colaterais. Importante que a prescrição seja feita por um profissional, uma vez que o uso inadequado provoca aumento do peso.
SERTRALINA	Antidepressivo inibidor da receptação da serotonina. Apresenta efeito antidepressivo e ansiolíticos.
BUPROPIONAUM	Antidepressivo muito indicado para o emagrecimento, uma vez que atua reduzindo a compulsão, mais indicado quando o paciente apresenta quadro psiquiátrico, como depressão ou compulsão alimentar.
DEXTROANFITAMINA	-Conhecido como anorexígenos, por agir diretamente no sistema metabólico reduzindo o apetite.

Fonte: (Elaboração da autora, 2023)

4. CONCLUSÃO

Diante do exposto, fica evidenciado que as práticas saudáveis de atividade física, alimentação e sono, assim como controle da ansiedade são necessários para controle do peso e emagrecimento. O sobrepeso e obesidade são resultados de anos ou meses de alimentação inadequada e inatividade física que vem acompanhados de fatores patológicos, distúrbios hormonais ou emocionais como ansiedade, compulsão alimentar, distúrbio alimentar, necessitando ser investigados por um profissional da área.

O uso de medicamentos para este fim deve monitorado, instruído de forma precisa e adaptado a uma rotina que resulte na melhoria da qualidade de vida, uma vez que os medicamentos para o emagrecimento sejam utilizados de maneira responsável e incluso em estilo de vida saudável e individualizado, é possível ter benefícios com a medicação proposta.

REFERÊNCIAS

BOUCHARD, Claude. **Atividade física e obesidade**. 1 .ed. Barueri, SP: Manole, 2003.

DIOGUARDI, G. S., FALUDI, A. A. et al. **Lípides nas atividades física e esportiva**. In: GHORAYEB, N., BARROS NETO, T. L. de. **O exercício: preparação fisiológica, avaliação médica, aspectos especiais e preventivos**. 1 a.ed. São Paulo, SP: Editora Atheneu, 1999.

FAPESP-Fundação de amparo a pesquisa do Estado de São Paulo. Revista Brasileira de Medicina do Esporte – VOL.11 – Nº5, Edição 121 Niterói, 2005, Disponível em <https://revistapesquisa.fapesp.br/musculacao-entre-os-sexos/>. Acesso em: 22 junho. 2023.

ROBERGS e ROBERTS, Scot O. Roberts. Robert A. Roberg. **Princípios fundamentais da fisiologia do exercício**. 1ª Edição, São Paulo; Phorte; **2002**. 511 p. ilus, tab. Monografia em Português | LILACS, HSPM-Acervo | ID: lil.

SANTOS, KP, Silva GE, Modesto KR. **Perigo dos medicamentos para emagrecer**. Rev Inic Cient Ext. 2019; 2(1): 37-45.

SANTOS, C. F. **Efeito de 10 semanas de treinamento com pesos sobre indicadores da composição corporal**. Revista Brasileira de Ciências e Movimento. Brasília, v.10, n.2, p.79-

84, abril, 2002.

SHARKEY, Brian J. **Condicionamento físico e saúde**. 4.ed. Porto Alegre: Art Med,1998.

WILMORE, J.H.; COSTILL, D.L. **Fisiologia do esporte e do exercício**. 2 a.ed. São Paulo, SP: Manole, 2002.