RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Sábado, 21 de Novembro de 2026

Obesidade: a doença do século e os novos caminhos no tratamento com as “canetinhas" / por Elizangela Oliveira

Saúde em pauta

Redação

A obesidade é, sem dúvida, um dos maiores desafios de saúde pública do nosso tempo. Classificada como uma doença crônica, inflamatória e multifatorial, ela afeta mais de 1 bilhão de pessoas no mundo, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). No Brasil, os números não param de crescer, e o que mais me preocupa é que essa realidade já atinge também jovens e crianças.

Ainda hoje, muitas pessoas enxergam a obesidade apenas como uma questão estética. Mas essa visão é extremamente limitada e perigosa. Como endocrinologista, vejo diariamente os impactos profundos que essa condição traz para a saúde dos meus pacientes. Diabetes tipo 2, hipertensão, doenças cardiovasculares, apneia do sono — esses são apenas alguns exemplos das doenças associadas ao excesso de peso.

A verdade é que vivemos em um ambiente que não favorece escolhas saudáveis. O sedentarismo, a alimentação rica em ultraprocessados e o ritmo acelerado da vida moderna criam um cenário propício para o desenvolvimento da obesidade. Isso não acontece de um dia para o outro, mas sim de forma silenciosa, contínua — e, muitas vezes, invisível aos olhos da própria pessoa.

A inovação no tratamento: conheça as "canetinhas"

Nos últimos anos, a medicina tem evoluído de forma promissora no enfrentamento da obesidade. Um dos grandes avanços é o uso dos medicamentos injetáveis de aplicação semanal, conhecidos popularmente como "canetinhas para emagrecer".

Esses medicamentos atuam no cérebro, ajudando a controlar a fome e promovendo maior saciedade. São indicados principalmente para pessoas com índice de massa corporal (IMC) mais elevado, que já tentaram emagrecer apenas com dieta e exercício, mas não obtiveram resultados satisfatórios.

Mas é importante fazer um alerta: essas medicações não são fórmulas mágicas. O tratamento precisa ser acompanhado de perto por profissionais de saúde e estar inserido em um plano completo, que inclui reeducação alimentar, prática regular de atividade física e, acima de tudo, compromisso com a própria saúde.

Obesidade não é falta de força de vontade

Infelizmente, ainda existe muito preconceito em torno da obesidade. É comum ouvir frases como “é só fechar a boca” ou “falta força de vontade”, o que só reforça o estigma e afasta as pessoas do cuidado que elas realmente precisam.

A obesidade é uma doença crônica. Isso significa que não tem cura rápida ou simples — mas tem tratamento. E esse tratamento deve ser baseado em ciência, empatia e acolhimento.

Como médica, acredito que o combate à obesidade começa com informação de qualidade e acesso a terapias eficazes. Mas, acima de tudo, começa com o respeito à pessoa que está buscando ajuda. Precisamos mudar a forma como enxergamos essa doença e, principalmente, como tratamos quem convive com ela.

Estamos, sim, diante de uma epidemia silenciosa. Mas com as ferramentas certas e uma abordagem mais humana, temos a chance real de virar esse jogo.

Elizangela Oliveira, médica Pós-graduada em Endocrinologia e Nutrologia_