

Quarta-Feira, 29 de Julho de 2026

Estamos vivendo uma nova era no tratamento da obesidade?

Durante muito tempo, falar sobre obesidade significava, quase sempre, falar sobre perda de peso. O sucesso do tratamento era medido quase exclusivamente pelos quilos eliminados na balança, enquanto a própria doença permanecia cercada por estigmas, julgamentos e pela falsa ideia de que bastava “ter força de vontade” para emagrecer.

Nos últimos anos, porém, a ciência vem promovendo uma mudança profunda nessa forma de enxergar a obesidade. Hoje, ela é reconhecida como uma doença crônica, complexa e multifatorial, que envolve alterações hormonais, genéticas, metabólicas e ambientais. Mais do que reconhecer a obesidade como uma doença, passamos a compreender que seu impacto vai muito além do excesso de peso.

A obesidade aumenta significativamente o risco de doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, hipertensão arterial, alterações do colesterol, problemas articulares, alguns tipos de câncer, doenças do fígado, distúrbios do sono e diversas outras condições que comprometem a qualidade e a expectativa de vida.

É justamente nesse contexto que podemos dizer que estamos entrando em uma nova era no tratamento da obesidade.

Pela primeira vez, dispomos de medicamentos que demonstram benefícios que vão além da redução do peso corporal. Grandes estudos clínicos passaram a comprovar que esses tratamentos também são capazes de reduzir complicações diretamente relacionadas à obesidade, modificando a sua evolução e proporcionando ganhos concretos para a saúde.

Um dos avanços mais importantes foi a demonstração da redução do risco de eventos cardiovasculares em pessoas com obesidade e doença cardiovascular estabelecida, um resultado extremamente relevante quando lembramos que infarto e acidente vascular cerebral continuam entre as principais causas de morte no mundo.

Outro benefício importante tem sido observado na apneia obstrutiva do sono, condição que provoca interrupções repetidas da respiração durante o sono e está fortemente associada ao excesso de peso. Além de prejudicar o descanso, a apneia aumenta o risco de hipertensão, arritmias cardíacas e doenças cardiovasculares. A perda de peso promovida pelos novos tratamentos tem mostrado impacto significativo também nessa condição.

As pesquisas também avançam rapidamente em relação à doença hepática esteatótica associada à disfunção metabólica (MASLD), popularmente conhecida como gordura no fígado. Essa condição afeta milhões de pessoas e pode evoluir para inflamação, fibrose, cirrose e até câncer hepático. Os resultados obtidos até o momento são bastante promissores e reforçam o potencial desses tratamentos em diferentes manifestações da obesidade.

Isso representa uma mudança importante de perspectiva. O objetivo do tratamento deixa de ser exclusivamente emagrecer para caber em um determinado padrão estético. A perda de peso continua sendo fundamental, mas passa a ser entendida como parte de uma estratégia maior: reduzir inflamação, proteger órgãos, prevenir complicações e aumentar a expectativa de vida com mais saúde.

Essa evolução também reforça uma mensagem importante: a obesidade não deve ser encarada como falta de disciplina nem como consequência de escolhas individuais isoladas. Trata-se de uma doença que exige acompanhamento médico, mudanças no estilo de vida e, quando indicado, tratamento medicamentoso baseado em evidências científicas.

É importante destacar que nenhuma medicação substitui hábitos saudáveis. Alimentação equilibrada, atividade física regular, sono de qualidade e cuidado com a saúde mental continuam sendo pilares indispensáveis do tratamento. Os medicamentos surgem como aliados, indicados para pacientes específicos e sempre dentro de uma abordagem individualizada.

Talvez a maior transformação dessa nova era não esteja apenas nas novas opções terapêuticas, mas na forma como passamos a compreender a obesidade. Quando deixamos de enxergá-la apenas pela balança e passamos a reconhecer todas as doenças que ela pode provocar, entendemos que tratar a obesidade é, acima de tudo, investir em mais saúde, mais qualidade de vida e mais longevidade.

Estamos vivendo uma nova era porque hoje sabemos que tratar a obesidade significa muito mais do que promover perda de peso. Significa prevenir doenças, proteger a saúde e oferecer às pessoas a oportunidade de viver mais e melhor.

Dra. Mariana Ramos é endocrinologista na Fetal Care, em Cuiabá-MT