Segunda-Feira, 09 de Novembro de 2026

As canetas deixaram de ser apenas medicamentos para emagrecer……

Enquanto muitas pessoas ainda discutem quantos quilos as “canetas” podem eliminar, a ciência já investiga algo mais importante: quantas complicações da obesidade elas podem ajudar a evitar? Os medicamentos que atuam sobre o GLP-1 ganharam popularidade pela perda de peso. Mas chamá-los apenas de “canetas emagrecedoras” é simplificar demais o seu papel.

O GLP-1 é um hormônio produzido pelo intestino e participa da comunicação entre cérebro, estômago, pâncreas e outros órgãos envolvidos no controle da fome, da glicose e do metabolismo. Medicamentos como a semaglutida reproduzem parte dessa ação. A tirzepatida, embora frequentemente incluída na mesma conversa, atua sobre dois sistemas hormonais: GLP-1 e GIP.

Muito além da balança

No cérebro, essas terapias ajudam a reduzir a fome e aumentar a saciedade. No estômago, podem tornar o esvaziamento mais lento. No pâncreas, auxiliam no controle da glicose. Isso ajuda a compreender por que a obesidade não deve ser tratada como simples falta de força de vontade.

Trata-se de uma doença crônica e complexa, influenciada por genética, ambiente, sono, comportamento, alimentação e mecanismos biológicos. As evidências também ampliaram a discussão para a proteção cardiovascular. No estudo SELECT, pessoas com sobrepeso ou obesidade e doença cardiovascular estabelecida, mas sem diabetes, apresentaram redução de aproximadamente 20% no risco combinado de morte cardiovascular, infarto ou AVC com semaglutida.

The New England Journal of Medicine Esses resultados levaram a agência reguladora norte-americana a aprovar uma indicação da semaglutida para reduzir eventos cardiovasculares graves em adultos com doença cardiovascular e sobrepeso ou obesidade.

Estudos também demonstraram benefícios em pacientes selecionados com obesidade e insuficiência cardíaca, além de resultados promissores no tratamento de uma forma mais avançada de doença hepática metabólica.Isso não significa, porém, que todas as “canetas” protejam igualmente o coração ou sejam indicadas para qualquer pessoa. Os benefícios dependem do medicamento utilizado, da dose, do diagnóstico e do perfil clínico do paciente.

O medicamento não faz tudo sozinho

Uma caneta pode reduzir a fome, mas não escolhe a qualidade dos alimentos. Pode ajudar a emagrecer, mas não preserva automaticamente os músculos. Também não organiza o sono, não corrige o sedentarismo nem constrói uma rotina sustentável.

Sem ingestão adequada de proteínas e exercícios de força, uma perda rápida de peso pode incluir redução de massa muscular. Por isso, acompanhar somente a balança é insuficiente. É preciso avaliar composição corporal, força, alimentação, sintomas, exames e risco cardiovascular.

Na prática clínica, o melhor resultado não é simplesmente pesar menos. É reduzir gordura, preservar músculos, melhorar a saúde metabólica e construir hábitos capazes de sustentar os benefícios. A verdadeira revolução não está apenas na caneta: Esses medicamentos representam um avanço importante, mas não substituem uma avaliação cuidadosa.

Prescrever bem exige compreender quais órgãos já foram afetados, identificar riscos, monitorar efeitos adversos e planejar o longo prazo.A pergunta correta não é apenas: “Quanto você quer emagrecer?” É também: “Quanto de saúde, autonomia e qualidade de vida podemos recuperar e preservar durante esse processo?”A caneta pode ser uma ferramenta poderosa. Mas é o cuidado integrado, baseado em ciência e adaptado a cada pessoa, que transforma perda de peso em ganho real de saúde.

Dr. Max Wagner de Lima Cardiologista — CRM-MT 6194 | RQE 2308 Prevenção, cardiometabolismo e longevidade

Maristela Luft Nutricionista e Mestre em MetabolismoLuminae - Saúde não é sorte. É rotina