



Intervenções Nutricionais e Farmacológicas no Manejo da Obesidade: Uma Revisão

Lara Duarte Tanuri, Camila Porto Maia Almeida, Milena Barbosa Santos, Leticia Araújo Palmer, Marcos Antônio Souto Maior Neto

REVISÃO DE LITERATURA

Resumo:

Este artigo fornece uma revisão abrangente das intervenções nutricionais e farmacológicas no manejo da obesidade, destacando as melhores práticas e abordagens inovadoras identificadas na literatura até abril de 2023. A introdução contextualiza a obesidade como um desafio de saúde pública crescente, enfatizando a necessidade de tratamentos eficazes. A metodologia descreve a estratégia de busca detalhada utilizada para selecionar estudos relevantes, incluindo bases de dados, termos de busca, e critérios de inclusão e exclusão. Os resultados sintetizam as descobertas principais, demonstrando a eficácia de uma abordagem integrada que combina dieta, medicamentos e apoio comportamental, adaptados às necessidades individuais. A discussão aborda as implicações desses resultados, as limitações dos estudos atuais e recomendações para pesquisas futuras. A conclusão ressalta a importância de um tratamento personalizado e multidisciplinar na gestão da obesidade, além de apontar para a necessidade de inovações contínuas em terapias e políticas de saúde pública. Este estudo destaca a complexidade do manejo da obesidade e a necessidade de abordagens que transcendam a simples prescrição de dietas ou medicamentos, enfatizando a personalização, o suporte comportamental contínuo e o acesso equitativo ao tratamento.

Palavras-chave:

Obesidade; Intervenções Nutricionais; Farmacoterapia; Tratamento Personalizado; Saúde Pública.

Nutritional and Pharmacological Interventions in Obesity Management: A Review

Abstract:

This article provides a comprehensive review of nutritional and pharmacological interventions in the management of obesity, highlighting the best practices and innovative approaches identified in the literature up to April 2023. The introduction contextualizes obesity as a growing public health challenge, emphasizing the need for effective treatments. The methodology describes the detailed search strategy used to select relevant studies, including databases, search terms, and inclusion and exclusion criteria. The results synthesize the main findings, demonstrating the efficacy of an integrated approach combining diet, medications, and behavioral support, tailored to individual needs. The discussion addresses the implications of these findings, the limitations of current studies, and recommendations for future research. The conclusion emphasizes the importance of personalized and multidisciplinary treatment in obesity management, and points to the need for continuous innovations in therapies and public health policies. This study highlights the complexity of obesity management and the need for approaches that go beyond the simple prescription of diets or medications, emphasizing personalization, continuous behavioral support, and equitable access to treatment.

Keywords:

Obesity; Nutritional Interventions; Pharmacotherapy; Personalized Treatment; Public Health.

Dados da publicação: Artigo recebido em 30 de Janeiro e publicado em 20 de Março de 2024.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n3p1688-1704>

Autor correspondente: Lara Duarte Tanuri - lara_tanuri01@hotmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



1. INTRODUÇÃO

A obesidade emergiu como uma das mais prementes questões de saúde pública do século XXI, afetando milhões de indivíduos em todo o mundo. Caracterizada por um índice de massa corporal (IMC) igual ou superior a 30, a obesidade é um fator de risco para uma série de doenças crônicas, incluindo diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, hipertensão e certos tipos de câncer (BLÜHER, 2019). Além das consequências para a saúde, a obesidade impõe um fardo econômico significativo, tanto em termos de custos diretos relacionados à assistência médica quanto de perdas de produtividade (KUSHNER, 2018). Diante deste cenário, torna-se crucial desenvolver e implementar estratégias eficazes de manejo da obesidade.

Neste contexto, as intervenções nutricionais e farmacológicas surgem como pilares fundamentais no tratamento da obesidade. As abordagens nutricionais visam promover uma alimentação saudável e um equilíbrio energético, enquanto as terapias farmacológicas buscam auxiliar na perda de peso através da modulação de diferentes vias metabólicas (RAYNOR & CHAMPAGNE, 2016; APOVIAN et al., 2015). Ambas as estratégias, seja de forma isolada ou combinada, desempenham um papel crucial no manejo sustentável da obesidade, contribuindo significativamente para a melhoria da saúde e qualidade de vida dos indivíduos afetados (SALTIEL, 2016).

O objetivo desta revisão é fornecer um panorama atualizado das intervenções nutricionais e farmacológicas disponíveis para o manejo da obesidade, destacando os avanços recentes e as perspectivas futuras nesta área. Serão examinadas as evidências científicas relacionadas à eficácia e segurança dessas intervenções, bem como suas implicações práticas no tratamento da obesidade. Além disso, discutiremos os desafios e oportunidades associados à implementação dessas estratégias em diferentes contextos clínicos e populacionais (SRIVASTAVA & APOVIAN, 2018; PILITSI et al., 2019).

Este artigo está estruturado em várias partes, iniciando com a presente introdução, que estabelece o contexto e os objetivos da revisão. Nas seções subsequentes, serão detalhadamente exploradas as diversas intervenções nutricionais e farmacológicas, com base em uma análise criteriosa da literatura científica até abril de 2023. Em particular, será dada atenção às diretrizes europeias para o manejo da obesidade em adultos (YUMUK et al., 2015), às recomendações para a farmacoterapia da obesidade (SAUNDERS et al., 2018; VELAZQUEZ & APOVIAN, 2018), bem como às inovações terapêuticas e aos alvos farmacológicos emergentes na luta contra a obesidade (NARAYANASWAMI & DWOSKIN, 2017; JACKSON et al., 2015). Ao oferecer uma visão abrangente das estratégias atuais e

emergentes para o manejo da obesidade, esta revisão busca contribuir para a evolução das práticas clínicas e para a promoção da saúde pública.

2. MÉTODO

A metodologia adotada para esta revisão científica foi estruturada para identificar, analisar e sintetizar de maneira sistemática as evidências disponíveis sobre intervenções nutricionais e farmacológicas no manejo da obesidade. A estratégia de busca foi meticulosamente planejada para capturar um espectro abrangente de estudos relevantes, empregando uma combinação de bancos de dados eletrônicos, termos de busca específicos e critérios de inclusão/exclusão bem definidos.

Bancos de Dados Utilizados

Para garantir uma revisão extensiva da literatura científica, as buscas foram realizadas em múltiplos bancos de dados acadêmicos de alta reputação, incluindo PubMed, Scopus, Web of Science, e Google Scholar. Esses bancos de dados foram escolhidos por sua ampla cobertura de periódicos nas áreas da nutrição, medicina, farmacologia e saúde pública, oferecendo assim uma base de dados diversificada e rica para a seleção de estudos pertinentes à temática da obesidade.

Termos de Busca

A estratégia de busca foi desenvolvida utilizando uma combinação de palavras-chave e termos MeSH (Medical Subject Headings) para capturar estudos relevantes. Os termos de busca incluíam variações e combinações dos seguintes: "obesidade", "intervenções nutricionais", "farmacoterapia da obesidade", "gestão da obesidade", "tratamento da obesidade", "perda de peso", e "terapias para obesidade". Para assegurar a inclusão de estudos abrangentes e multidisciplinares, os termos foram combinados usando os operadores booleanos "E" e "OU".

Crítérios de Inclusão e Exclusão

Os critérios de inclusão foram definidos para identificar estudos que fornecessem informações relevantes sobre as intervenções nutricionais e farmacológicas na gestão da obesidade em adultos. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas, meta-análises, diretrizes clínicas e estudos observacionais que reportassem dados sobre a eficácia, segurança e impacto dessas intervenções. Os estudos deveriam estar publicados em inglês, entre janeiro de 2000 e abril de 2023, para garantir a relevância e atualidade dos dados.

Foram excluídos do escopo desta revisão artigos que não estavam diretamente relacionados ao manejo da obesidade em adultos, relatórios de caso, editoriais, comentários, e estudos que não disponibilizavam dados primários ou cujos resultados não podiam ser adequadamente avaliados. Além disso, estudos

focados exclusivamente em intervenções cirúrgicas ou não farmacológicas/nutricionais, como atividade física isolada, foram também excluídos, dado o foco específico desta revisão.

Processo de Seleção

A seleção dos estudos foi realizada em duas etapas. Na primeira fase, dois revisores independentes examinaram os títulos e resumos dos artigos recuperados para avaliar sua elegibilidade de acordo com os critérios de inclusão/exclusão estabelecidos. Na segunda fase, os artigos pré-selecionados foram submetidos a uma leitura integral para uma avaliação detalhada da relevância e qualidade dos dados. Discrepâncias entre os revisores foram resolvidas por consenso ou com a intervenção de um terceiro revisor.

Esta abordagem metodológica foi desenhada para assegurar a identificação de uma base de evidências robusta e representativa, permitindo uma análise detalhada e crítica das intervenções nutricionais e farmacológicas no manejo da obesidade.

3. RESULTADOS

3.1 Intervenções Nutricionais na Gestão da Obesidade

As intervenções nutricionais constituem uma pedra angular no tratamento da obesidade, enfatizando a importância de padrões alimentares saudáveis e sustentáveis. A análise dos estudos revela que abordagens dietéticas individualizadas, que levam em consideração preferências pessoais e necessidades nutricionais, demonstram eficácia na promoção da perda de peso e na melhoria dos parâmetros metabólicos em adultos com obesidade (RAYNOR & CHAMPAGNE, 2016). Dentre essas abordagens, dietas de baixa caloria (DBC) e dietas de muito baixa caloria (DMBC) têm sido amplamente estudadas, com evidências sugerindo que ambas contribuem significativamente para a redução do peso corporal e melhoria da resistência à insulina (ARD, MILLER, & KAHAN, 2016).

Além disso, estudos têm indicado que intervenções nutricionais que focam a qualidade dos alimentos, ao invés da contagem calórica estrita, podem oferecer vantagens adicionais. Por exemplo, dietas ricas em proteínas, fibras e ácidos graxos mono e poli-insaturados têm se mostrado benéficas na regulação do apetite e na promoção da saciedade, facilitando a adesão a longo prazo e a manutenção do peso perdido (KIM & LIM, 2019). No entanto, a eficácia de tais abordagens nutricionais requer uma implementação cuidadosa e acompanhamento regular por profissionais de saúde, a fim de assegurar a adequação nutricional e evitar possíveis deficiências.

A educação nutricional, como componente das intervenções dietéticas, desempenha um papel crucial, fornecendo aos indivíduos o conhecimento

necessário para fazer escolhas alimentares informadas e saudáveis. Programas de educação nutricional personalizados, que consideram o contexto cultural e socioeconômico dos participantes, mostraram-se efetivos em melhorar o comportamento alimentar e promover uma perda de peso sustentável (MENEZES et al., 2020). Essa abordagem holística enfatiza a importância de uma mudança comportamental duradoura, em vez de focar exclusivamente na perda de peso como objetivo final.

No entanto, os desafios na implementação de intervenções nutricionais eficazes permanecem significativos. Barreiras como a falta de acesso a alimentos saudáveis, custos elevados de opções nutricionais de qualidade e a prevalência de informações nutricionais contraditórias podem comprometer a eficácia dessas intervenções. Além disso, a variabilidade individual na resposta a dietas específicas sugere a necessidade de abordagens mais personalizadas e baseadas em evidências no planejamento dietético (HIGUERA-HERNÁNDEZ et al., 2018).

3.2 Farmacoterapia no Tratamento da Obesidade

A farmacoterapia oferece um complemento importante às intervenções nutricionais e comportamentais no manejo da obesidade, especialmente em casos onde essas abordagens isoladas não resultam em perda de peso suficiente ou na presença de comorbidades relacionadas à obesidade. Os medicamentos para obesidade visam diferentes mecanismos de ação, incluindo a supressão do apetite, aumento da saciedade e diminuição da absorção de gordura (SRIVASTAVA & APOVIAN, 2018). Os agentes farmacológicos mais estudados e utilizados incluem orlistat, liraglutida, bupropiona/naltrexona e fentermina/topiramato, cada um apresentando um perfil de eficácia e segurança específico (APOVIAN et al., 2015; PILITSI et al., 2019).

Estudos clínicos demonstraram que o uso de medicamentos para a obesidade, em conjunto com mudanças no estilo de vida, pode resultar em uma redução significativa do peso corporal e melhorias nos fatores de risco metabólicos, como níveis de glicose e lipídios no sangue (SAUNDERS et al., 2018). Por exemplo, a liraglutida, um agonista do receptor de GLP-1, mostrou-se eficaz na promoção da perda de peso e na melhoria do perfil glicêmico em pacientes com obesidade e diabetes tipo 2 (VELAZQUEZ & APOVIAN, 2018). Similarmente, a combinação de bupropiona e naltrexona tem sido associada à perda de peso e à redução do risco de eventos cardiovasculares em indivíduos obesos (IGEL et al., 2017).

A seleção do agente farmacológico adequado deve ser individualizada, levando em consideração o perfil de saúde do paciente, potenciais efeitos colaterais e interações medicamentosas. Além disso, é fundamental um acompanhamento clínico rigoroso para monitorar a eficácia e segurança do tratamento, ajustando a terapia conforme necessário para otimizar os resultados (NARAYANASWAMI & DWOSKIN, 2017). Apesar dos avanços na farmacoterapia da obesidade, a adesão

ao tratamento e a manutenção a longo prazo do peso perdido permanecem desafios significativos, ressaltando a necessidade de uma abordagem integrada que combine farmacoterapia com modificações no estilo de vida e apoio comportamental (VELAZQUEZ & APOVIAN, 2018; SAUNDERS et al., 2018).

A eficácia da farmacoterapia no manejo da obesidade também destaca a importância da pesquisa contínua para o desenvolvimento de novos agentes farmacológicos com mecanismos de ação inovadores e perfis de segurança melhorados. O investimento em pesquisa e desenvolvimento pode levar à descoberta de tratamentos mais eficazes e com menos efeitos adversos, ampliando as opções disponíveis para pacientes e profissionais de saúde (PILITSI et al., 2019). A integração da farmacoterapia como parte de um plano de tratamento multifacetado pode oferecer uma estratégia promissora para o controle efetivo da obesidade e a redução do risco de comorbidades associadas.

3.3 Estratégias Combinadas de Intervenção

A combinação de intervenções nutricionais, farmacoterapia e modificações comportamentais representa uma estratégia holística para o manejo eficaz da obesidade, abordando simultaneamente múltiplos fatores que contribuem para o excesso de peso. Esta abordagem integrada é apoiada por uma crescente base de evidências que sugere que a combinação de tratamentos pode resultar em benefícios sinérgicos, superando os efeitos de cada intervenção aplicada isoladamente (BRAY et al., 2016). Por exemplo, a adição de farmacoterapia a um regime de mudanças de estilo de vida tem mostrado aumentar significativamente a perda de peso e a melhoria dos parâmetros metabólicos em comparação com intervenções de estilo de vida sozinhas (IGEL et al., 2017).

Estudos têm também destacado a importância do apoio comportamental como um componente crucial das estratégias de tratamento, facilitando a adesão a longo prazo às mudanças dietéticas e ao uso de medicamentos. Programas de suporte comportamental, que podem incluir terapia cognitivo-comportamental, aconselhamento nutricional e estratégias de motivação, têm sido associados a uma melhoria sustentada da perda de peso e a uma redução no risco de recuperação do peso (KUSHNER, 2018; HALL & KAHAN, 2018). A personalização do apoio comportamental, adaptando as intervenções às necessidades, preferências e desafios individuais dos pacientes, é fundamental para maximizar a eficácia e a adesão ao tratamento.

A implementação de estratégias combinadas de intervenção requer uma abordagem multidisciplinar, envolvendo uma equipe de profissionais de saúde, incluindo médicos, nutricionistas, psicólogos e outros especialistas em saúde. Esta abordagem colaborativa permite uma avaliação abrangente das necessidades do paciente e a formulação de um plano de tratamento personalizado que aborde todos os aspectos do manejo da obesidade (JACKSON et al., 2015). Além disso, a integração de tecnologias digitais, como aplicativos móveis para monitoramento de

dieta e atividade física, pode oferecer ferramentas adicionais para apoiar a adesão ao tratamento e a auto-gestão da obesidade (HIGUERA-HERNÁNDEZ et al., 2018).

Apesar dos avanços significativos no manejo da obesidade, desafios permanecem, particularmente no que diz respeito à sustentabilidade da perda de peso a longo prazo e à prevenção da recuperação do peso. A pesquisa contínua é necessária para identificar os determinantes da adesão ao tratamento e para desenvolver estratégias inovadoras que promovam a manutenção do peso a longo prazo. Além disso, é crucial considerar as disparidades de saúde e garantir que as intervenções sejam acessíveis e adaptáveis a diferentes populações e contextos socioeconômicos (BLÜHER, 2019; MENEZES et al., 2020).

Em conclusão, a abordagem combinada no tratamento da obesidade, que integra intervenções nutricionais, farmacoterapia e suporte comportamental, oferece a estratégia mais promissora para alcançar uma perda de peso eficaz e sustentável. A personalização do tratamento, o apoio multidisciplinar e a contínua inovação em estratégias de manejo são essenciais para superar os desafios associados ao tratamento da obesidade e melhorar os resultados de saúde dos indivíduos afetados.

3.4 Desafios e Perspectivas Futuras no Tratamento da Obesidade

O tratamento da obesidade enfrenta uma série de desafios complexos, que vão desde a individualidade biológica até questões socioeconômicas e culturais. Apesar dos avanços nas estratégias de intervenção, a prevalência da obesidade continua a aumentar globalmente, sinalizando a necessidade de abordagens inovadoras e mais eficazes no manejo desta condição crônica (BLÜHER, 2019). A complexidade da obesidade, caracterizada por uma interação de fatores genéticos, ambientais e comportamentais, requer um entendimento mais aprofundado dos mecanismos subjacentes à doença para o desenvolvimento de tratamentos personalizados e mais efetivos.

Um dos principais desafios no tratamento da obesidade é a sustentabilidade da perda de peso a longo prazo. Muitos indivíduos que conseguem perder peso inicialmente enfrentam dificuldades em manter a perda de peso, levando a um ciclo de perda e recuperação do peso, conhecido como efeito sanfona (HALL & KAHAN, 2018). Este fenômeno não apenas compromete a saúde física mas também pode ter efeitos psicológicos negativos, minando a autoestima e a motivação para a manutenção de hábitos de vida saudáveis. Portanto, pesquisas futuras devem focar não apenas em estratégias eficazes para a perda de peso, mas também em abordagens inovadoras que promovam a manutenção do peso a longo prazo.

Outro desafio significativo é a acessibilidade e a equidade no tratamento da obesidade. Disparidades no acesso a tratamentos eficazes, incluindo intervenções nutricionais especializadas e farmacoterapia, são evidentes em diferentes populações e regiões geográficas. Barreiras econômicas, falta de infraestrutura de

saúde adequada e limitações no conhecimento sobre manejo da obesidade entre profissionais de saúde contribuem para essa disparidade (MENEZES et al., 2020). Além disso, a estigmatização da obesidade pode impedir que indivíduos busquem ou recebam o tratamento adequado, enfatizando a necessidade de estratégias de saúde pública para combater o preconceito e promover uma abordagem mais compreensiva e inclusiva no tratamento da obesidade.

Perspectivas futuras no tratamento da obesidade incluem o desenvolvimento de novos medicamentos que atuam sobre mecanismos biológicos específicos da doença, a utilização da tecnologia e da medicina de precisão para personalizar intervenções, e a implementação de políticas públicas que promovam ambientes mais saudáveis (PILITSI et al., 2019; VELAZQUEZ & APOVIAN, 2018). A pesquisa em genética e metabolismo pode oferecer insights valiosos para o desenvolvimento de abordagens terapêuticas direcionadas, enquanto a tecnologia digital, como aplicativos de saúde e dispositivos de monitoramento, pode facilitar o acompanhamento e a adesão ao tratamento.

Além disso, a integração de estratégias de prevenção da obesidade em programas de saúde pública, visando a promoção de uma alimentação saudável, atividade física regular e ambientes favoráveis à saúde, é essencial para abordar a crescente epidemia de obesidade de maneira eficaz (HIGUERA-HERNÁNDEZ et al., 2018). Somente através de uma abordagem multidisciplinar, que combine ciência, política e educação, será possível enfrentar os desafios associados ao tratamento da obesidade e melhorar os resultados de saúde em escala global.

Em resumo, os desafios no tratamento da obesidade são vastos e complexos, exigindo uma abordagem multifacetada e colaborativa. Avanços na pesquisa e inovações em tratamentos, juntamente com esforços políticos e sociais, são necessários para superar esses desafios e melhorar a qualidade de vida das pessoas afetadas pela obesidade. O futuro do tratamento da obesidade depende da capacidade de adaptar e inovar frente a uma doença que é tão diversificada quanto a população que ela afeta.

4. DISCUSSÃO

A revisão da literatura sobre as intervenções nutricionais e farmacológicas no manejo da obesidade destaca a complexidade do tratamento desta condição multifatorial. As implicações dos resultados apontam para a eficácia de uma abordagem integrada, que combina mudanças no estilo de vida, suporte comportamental e, quando apropriado, intervenção farmacológica. Essa estratégia holística não só facilita a perda de peso mas também promove a melhoria nos parâmetros de saúde metabólica, contribuindo para a redução do risco de comorbidades associadas à obesidade (APOVIAN et al., 2015; IGEL et al., 2017).

Além disso, a personalização do tratamento, levando em consideração as características individuais dos pacientes, emerge como um fator crucial para o sucesso a longo prazo do manejo da obesidade (BLÜHER, 2019; VELAZQUEZ & APOVIAN, 2018).

Contudo, a implementação dessas intervenções enfrenta limitações significativas, relacionadas tanto às características intrínsecas dos tratamentos quanto aos contextos sociais e econômicos em que são aplicados. Uma das principais limitações é a variabilidade na resposta ao tratamento, que pode ser influenciada por fatores genéticos, comportamentais e ambientais. Essa variabilidade destaca a necessidade de mais pesquisas para identificar biomarcadores preditivos de resposta ao tratamento, o que poderia levar a uma maior personalização das intervenções (SRIVASTAVA & APOVIAN, 2018; PILITSI *et al.*, 2019). Além disso, a adesão a longo prazo às mudanças no estilo de vida e ao uso de medicamentos permanece um desafio, sugerindo a necessidade de desenvolver estratégias de suporte mais eficazes e acessíveis (SAUNDERS *et al.*, 2018; HALL & KAHAN, 2018).

As disparidades no acesso ao tratamento e as diferenças na qualidade da assistência disponível também representam barreiras significativas, especialmente em regiões de baixa e média renda. Isso requer uma atenção especial por parte dos formuladores de políticas de saúde pública para assegurar que as intervenções eficazes para o manejo da obesidade sejam acessíveis a todas as populações, independentemente de sua localização geográfica ou condição socioeconômica (MENEZES *et al.*, 2020; HIGUERA-HERNÁNDEZ *et al.*, 2018).

Para avançar no tratamento da obesidade, recomenda-se que pesquisas futuras se concentrem no desenvolvimento de novas abordagens terapêuticas que abordem os mecanismos biológicos subjacentes à obesidade. Isso inclui a exploração de novos alvos farmacológicos e a combinação de medicamentos para otimizar a eficácia do tratamento. Além disso, é imperativo investir em estudos longitudinais que avaliem os efeitos a longo prazo das intervenções nutricionais e farmacológicas, tanto em termos de manutenção do peso quanto de impacto nas comorbidades associadas à obesidade. Por fim, é crucial desenvolver e validar modelos de intervenção que integrem a tecnologia digital para melhorar o monitoramento e a adesão ao tratamento, tornando as intervenções mais acessíveis e adaptadas às necessidades individuais dos pacientes.

Em resumo, enquanto as intervenções nutricionais e farmacológicas atuais oferecem estratégias eficazes para o manejo da obesidade, a complexidade desta condição e os desafios associados ao seu tratamento requerem um compromisso contínuo com a pesquisa, a inovação e a implementação de políticas de saúde pública inclusivas. Atingir este objetivo não apenas melhorará os resultados de

saúde para indivíduos com obesidade, mas também contribuirá significativamente para a redução do ônus global da doença.

5. CONCLUSÃO

A revisão sistemática das intervenções nutricionais e farmacológicas no manejo da obesidade revelou que uma abordagem multidisciplinar e personalizada é fundamental para alcançar uma perda de peso sustentável e melhorar os parâmetros de saúde em indivíduos com obesidade. As evidências coletadas destacam a eficácia das dietas individualizadas, ricas em nutrientes e balanceadas, como componentes essenciais das intervenções nutricionais, promovendo não apenas a perda de peso, mas também a melhoria na qualidade da alimentação e no bem-estar geral dos pacientes (RAYNOR & CHAMPAGNE, 2016; KIM & LIM, 2019). Além disso, a farmacoterapia, quando indicada e utilizada em conjunto com mudanças no estilo de vida, mostrou-se eficaz na amplificação da perda de peso e na redução dos riscos associados à obesidade, incluindo doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2 (APOVIAN *et al.*, 2015; SAUNDERS *et al.*, 2018).

A combinação de intervenções nutricionais com a farmacoterapia, apoiada por estratégias de suporte comportamental, emergiu como a abordagem mais promissora, oferecendo benefícios sinérgicos que superam os resultados alcançados por qualquer intervenção isolada. Essa abordagem integrada facilita a adesão a longo prazo às mudanças de estilo de vida necessárias e otimiza a eficácia da farmacoterapia, ressaltando a importância de uma equipe multidisciplinar no tratamento da obesidade (IGEL *et al.*, 2017; BRAY *et al.*, 2016). Contudo, para maximizar o sucesso do tratamento, é essencial considerar as preferências individuais, os contextos culturais e socioeconômicos dos pacientes, bem como os desafios únicos que enfrentam em sua jornada para uma vida mais saudável.

As limitações identificadas na revisão apontam para a necessidade de pesquisas futuras focadas no desenvolvimento de estratégias inovadoras para a manutenção da perda de peso a longo prazo e na exploração de novos alvos terapêuticos para a farmacoterapia da obesidade. Além disso, é crucial abordar as disparidades no acesso ao tratamento e nas taxas de sucesso entre diferentes populações, garantindo que as intervenções sejam acessíveis e eficazes para todos os indivíduos, independentemente de sua situação econômica ou localização geográfica (BLÜHER, 2019; MENEZES *et al.*, 2020).

Em conclusão, esta revisão sublinha a importância de uma abordagem integrada e personalizada no tratamento da obesidade, combinando intervenções nutricionais, farmacológicas e de suporte comportamental. As melhores práticas identificadas indicam que o envolvimento ativo dos pacientes no planejamento do tratamento, junto com o suporte contínuo de uma equipe multidisciplinar, são

essenciais para o sucesso a longo prazo. À medida que a pesquisa avança, espera-se que novas estratégias e terapias emergentes ampliem as opções disponíveis para o tratamento da obesidade, melhorando os resultados de saúde para indivíduos em todo o mundo e abordando de forma eficaz esta epidemia global de saúde pública.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

APOVIAN, C.; ARONNE, L.; BESSESEN, D. et al. Pharmacological management of obesity: an endocrine Society clinical practice guideline. *The Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*, [s.l.], v. 100, n. 2, p. 342-362, 2015.

APOVIAN, C. Updates on obesity pharmacotherapy. *Annals of the New York Academy of Sciences*, [s.l.], v. 1411, 2018.

ARD, J.; MILLER, G.; KAHAN, S. Nutrition Interventions for Obesity. *The Medical Clinics of North America*, [s.l.], v. 100, n. 6, p. 1341-1356, 2016.

BLÜHER, M. Obesity: Global epidemiology and pathogenesis. *Nature Reviews Endocrinology*, [s.l.], v. 15, p. 288-298, 2019.

BRAY, G.; FRÜHBECK, G.; RYAN, D.; WILDING, John P. H. Management of obesity. *The Lancet*, [s.l.], v. 387, p. 1947-1956, 2016.

CHAMPAGNE, C. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Interventions for the Treatment of Overweight and Obesity in Adults. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, [s.l.], v. 116, n. 1, p. 129-147, 2016.

HALL, K.; KAHAN, S. Maintenance of Lost Weight and Long-Term Management of Obesity. *The Medical Clinics of North America*, [s.l.], v. 102, n. 1, p. 183-197, 2018.

HIGUERA-HERNÁNDEZ, María Fernanda; REYES-CUAPIO, Elena; GUTIÉRREZ-MENDOZA, Marissa et al. Fighting obesity: Non-pharmacological interventions. *Clinical Nutrition ESPEN*, [s.l.], v. 25, p. 50-55, 2018.

IGEL, L.; KUMAR, Rekha B.; SAUNDERS, K.; ARONNE, L. Practical Use of Pharmacotherapy for Obesity. *Gastroenterology*, [s.l.], v. 152, n. 7, p. 1765-1779, 2017.

JACKSON, V. M.; BREEN, Danna M.; FORTIN, J. et al. Latest approaches for the treatment of obesity. *Expert Opinion on Drug Discovery*, [s.l.], v. 10, p. 825-839, 2015.

KIM, Jieun; LIM, Hyunjung. Nutritional Management in Childhood Obesity. *Journal of Obesity & Metabolic Syndrome*, [s.l.], v. 28, p. 225-235, 2019.

KUSHNER, R. Weight Loss Strategies for Treatment of Obesity: Lifestyle Management and Pharmacotherapy. *Progress in Cardiovascular Diseases*, [s.l.], v. 61, n. 2, p. 246-252, 2018.



MENEZES, M. C.; DUARTE, C.; COSTA, D. et al. A systematic review of effects, potentialities, and limitations of nutritional interventions aimed at managing obesity in primary and secondary health care. *Nutrition*, [s.l.], v. 75-76, 110784, 2020.

NARAYANASWAMI, Vidya; DWOSKIN, L. Obesity: Current and potential pharmacotherapeutics and targets. *Pharmacology & Therapeutics*, [s.l.], v. 170, p. 116–147, 2017.

PILITSI, Eleni; FARR, O.; POLYZOS, S. et al. Pharmacotherapy of obesity: Available medications and drugs under investigation. *Metabolism: Clinical and Experimental*, [s.l.], v. 92, p. 170-192, 2019.

RAYNOR, H.; CHAMPAGNE, C. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Interventions for the Treatment of Overweight and Obesity in Adults. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, [s.l.], v. 116, n. 1, p. 129-147, 2016.

SALTIEL, A. New therapeutic approaches for the treatment of obesity. *Science Translational Medicine*, [s.l.], v. 8, 323rv2, 2016.

SAUNDERS, K.; UMASHANKER, D.; IGEL, L. et al. Obesity Pharmacotherapy. *The Medical Clinics of North America*, [s.l.], v. 102, n. 1, p. 135-148, 2018.

SHUKLA, Alpana P.; BUNIAK, William I.; ARONNE, L. Treatment of Obesity in 2015. *Journal of Cardiopulmonary Rehabilitation and Prevention*, [s.l.], v. 35, p. 81–92, 2015.

SRIVASTAVA, Gitanjali; APOVIAN, C. Current pharmacotherapy for obesity. *Nature Reviews Endocrinology*, [s.l.], v. 14, p. 12-24, 2018.

TSIGOS, C.; FRIED, M. et al. European Guidelines for Obesity Management in Adults. *Obesity Facts*, [s.l.], v. 8, p. 402-424, 2015.

VELAZQUEZ, Amanda; APOVIAN, C. Updates on obesity pharmacotherapy. *Annals of the New York Academy of Sciences*, [s.l.], v. 1411, 2018.