



## **ATUALIZAÇÕES NO TRATAMENTO DA OBESIDADE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.**

André Matheus Carvalho Silva Leite<sup>1</sup>, Enzo Campos Quaresma<sup>2</sup>, Natália Soares Lima<sup>3</sup>, Carlos Henrique Hooper<sup>4</sup>, Guilherme Hastenreiter Aleixo<sup>4</sup>, Luiz Cesar Bom Junior<sup>5</sup>, Isabela Castello Lemos<sup>6</sup>, Roberto Spadoni Campigotto<sup>7</sup>, Maria Eduarda Hummel Oliveira<sup>8</sup>, Adriene Alves de Souza<sup>9</sup>, João Victor Frazão Moura Fé<sup>10</sup>, Luiz Darcy Rodrigues Fontenelle de Araújo<sup>11</sup>, Mariana Mahon Azevedo

### ARTIGO DE REVISÃO

#### **RESUMO**

Este estudo tem como objetivo evidenciar os tratamentos usados na resolução da obesidade. Trata-se de uma revisão integrativa, que foi feita a partir da pesquisa dos seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): obesity; treatment. Sendo selecionados os artigos publicados no ano de 2023 até o dia 31/05/2023, selecionando-se 70 artigos, dos quais 60 foram excluídos e apenas 10 foram revisados. Obesidade trata-se de uma doença crônica que sua etiologia pode depender de diversos fatores como hábitos de vida, fatores genéticos, doenças metabólicas. Além disso, esta doença possui também diversas complicações como afecções cardiovasculares, diabetes tipo 2 e demência. Tendo em vista essas complicações e as múltiplas causas para que se chegue ao quadro de obesidade, faz-se necessária uma maior especialização dos centros de saúde e de seus profissionais no tratamento da obesidade.

**Palavras-chave:** Obesidade, Tratamento, Semaglutida, Sobrepeso, eHealth.

## UPDATES IN OBESITY TREATMENT: AN INTEGRATIVE REVIEW.

### ABSTRACT

This study aims to highlight the treatments used in the resolution of obesity. This is an integrative review, which was based on research on the following Health Sciences Descriptors (DeCS): obesity; treatment. The articles published in the year 2023 until 05/31/2023 were selected, selecting 70 articles, of which 60 were excluded and only 10 were reviewed. Obesity is a chronic disease that its etiology may depend on several factors such as lifestyle, genetic factors, metabolic diseases. In addition, this disease also has several complications such as cardiovascular disorders, type 2 diabetes and dementia. In view of these complications and the multiple causes for obesity, greater specialization of health centers and their professionals in the treatment of obesity is necessary.

**Keywords:** Obesity, Treatment, Semaglutide, Overweight, eHealth.

**Instituição afiliada** – 1- Pontifícia Universidade Católica de Goiás. 2- Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB. 3- CENTRO UNIVERSITÁRIO UNINOVAFAPI. 4- Centro Universitário Redentor (Uniredentor) 5- Instituição de Ensino: Universidade Estácio de Sá. 6- Instituição de Ensino: Anhanguera UNIDERP. 7- Instituição de Ensino: Universidade Federal de Mato Grosso. 8- Instituição de Ensino: Faculdade de medicina de Itumbiara. 9- Universidade Federal do Rio Grande do Norte. 10- Centro Universitário do Maranhão – UNICEUMA. 11- Faculdade de Ciências Humanas, Exatas e da Saúde do Piauí - FAHESP. 12- Afya

**Dados da publicação:** Artigo recebido em 11 de Agosto e publicado em 17 de Setembro de 2023.

**DOI:** <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2023v5n4p2187-2195>

**Autor correspondente:** André Matheus Carvalho Silva Leite [andre.mcarvalho@gmail.com](mailto:andre.mcarvalho@gmail.com)



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

## INTRODUÇÃO

A obesidade é uma doença que depende de diversos fatores e possui um quadro de longa duração podendo derivar de hábitos alimentares, fatores hereditários e até mesmo fatores culturais. Pode-se definir a obesidade como uma doença crônica, que possui múltiplos fatores para a sua etiologia, onde o curso da doença possui associação com fatores genéticos e de hábitos de vida (Silva, 2023).

O número de pessoas doentes por obesidade vem aumentando nos últimos anos, tal fato faz com que haja uma grande preocupação dos órgãos de saúde, além disso essa doença pode afetar tanto adultos quanto crianças e adolescentes causando inúmeros impactos nessas populações. O número de pessoas obesas quase triplicou desde o ano de 1975 e continua aumentando com grande velocidade, estimando-se que até o ano de 2025 por volta de 167 milhões de pessoas serão menos saudáveis devido ao sobrepeso ou a obesidade, sendo que atualmente 650 milhões de adultos possuem obesidade, representando cerca de 13% da população mundial (Hachula, 2023).

Assim como as causas para a obesidade podem ser várias, os agravos relacionados ao desenvolvimento da doença também são diversos podendo contribuir para a evolução concomitante de outras doenças no campo biológico e no campo psicológico, uma vez que os indivíduos obesos podem sofrer com discriminação e outros preconceitos. A obesidade acrescenta um maior risco para o desenvolvimento de diabetes tipo 2, para o aparecimento de doenças cardiovasculares, aumenta a predisposição para alguns tipos de câncer e para a demência, além disso o sofrimento psicológico decorrente de estigmas relacionados ao peso está presente nesta doença, sendo que tudo isso contribui para a diminuição da qualidade de vida e aumento da morbidade e mortalidade (Hassapidou, 2023).

Diante de tantos casos e problemas que decorrem da obesidade é evidente que medidas terapêuticas e preventivas são de grande importância. Dessa forma, tendo em vista o impacto da obesidade no indivíduo e na sociedade é necessária uma estrutura unificada para a prevenção e o tratamento desta doença (Hassapidou, 2023).

Assim, tendo em vista a grande população mundial afetada pela obesidade, além dos prejuízos à mente e ao organismo humano, como o desenvolvimento da diabetes e o surgimento de câncer, é necessária uma revisão da literatura para evidenciar os principais

tratamentos da obesidade aplicados no contexto da saúde, para que profissionais da saúde possam ser norteados quanto aquilo que devem seguir nos cuidados com seus pacientes e para que o tratamento para esta doença, que possui grande prevalência, seja cada vez mais eficaz.

## **METODOLOGIA**

O atual estudo é uma revisão integrativa, na investigação dos tratamentos para a obesidade relatados nas produções científicas mais recentes, tendo a finalidade de evidenciar produções científicas e dar notoriedade as últimas evidências no que se refere ao tratamento desta doença, buscando delinear caminhos com a intenção de proporcionar o surgimento de novas ideias e concepções.

Foi realizada uma procura de artigos na base de dados PubMed, onde utilizou-se os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): obesity; treatment . Foram selecionados apenas artigos que foram publicados no ano de 2023, sendo publicados até o dia 31/05/2023, em que os idiomas de publicação foram inglês e português, para que a relevância e a qualidade deste estudo fossem ampliadas, além de serem usados filtros para a seleção dos artigos disponíveis de forma completa e gratuita e para aqueles que foram realizados em pessoas com 19 anos ou mais. Assim foram encontrados 523 artigos, no entanto, com a finalidade de priorizar o nível de conhecimento científico foram usados os filtros: review e review systematic, onde foram encontrados 70 artigos, sendo todos estes analisados com relação aos seus títulos, resumo e resultados, sendo excluídos aqueles que não falavam sobre a intervenção terapêutica para a obesidade, dessa forma restou-se apenas 10 artigos.

A escolha dos referidos trabalhos científicos foi realizada pelo autor principal, e se houvesse caso de discordância, um outro autor era selecionado para fazer a avaliação das informações, de tal forma que a decisão final, dos artigos selecionados, foi debatida e decidida por todos os membros.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

É importante ressaltar que o tratamento para a obesidade pode ser feito de forma farmacológica e não farmacológica, sendo os representantes da forma não farmacológica a prática de exercícios físicos e o tratamento dietético, este último tem efeito psicológico e no emagrecimento e pode ser feito por meio de três dietas principais e que não diferem

significativamente entre si nos seus resultados: dieta com baixo teor de gordura, dieta mediterrânea e dieta com baixo teor de carboidratos. A atividade física tem impactos positivos na saúde mental e no emagrecimento dos pacientes. O tratamento dietético possui efeitos benéficos na redução de peso e nas complicações que se sucedem, como as afecções cardiovasculares, além de ser benéfico ao humor do paciente, onde as dietas ao proporcionarem um melhor equilíbrio na microbiota intestinal mitigam os transtornos de humor decorrentes de um possível desequilíbrio neste mesmo ambiente, além da dieta a atividade física possui papel fundamental na regulação do humor e na perda de peso proporcionando uma melhor qualidade de vida e melhor saúde para o indivíduo obeso (Hachula, 2023).

O estigma com relação ao peso, também chamado de viés de peso, é um empecilho no tratamento da obesidade, dessa forma um dos meios que surgem como tratamento são os mecanismos de amenizar esse estigma para que a efetividade do cuidado com o paciente obeso seja maior. Muitos nutricionistas possuem crenças viesada em relação ao peso, além de que muitos profissionais de saúde acreditam que os pacientes não perdem peso por simples falta de força de vontade, para tanto recomenda-se, a fim de que o viés de peso seja reduzido nos ambientes de saúde, que os profissionais de saúde devem: fazer autoavaliação de como suas atitudes e crenças podem influenciar na prestação do cuidado, os profissionais de saúde devem reconhecer o viés de peso em pacientes obesos para um melhor cuidado e os profissionais de saúde devem evitar palavras e práticas de julgamento ao lidar com pacientes com obesidade (Hassapidou, 2023).

Outra via de tratamento é a farmacológica, onde são introduzidos fármacos na terapia do tratamento da obesidade podendo ser o principal ator no tratamento da doença ou atuar como potencializador da perda de peso junto com a dieta e atividade física, dentre os medicamentos usados estão os análogos a GLP-1 como a semaglutida. A semaglutida é um análogo do GLP-1, que é usado semanalmente com a dose alvo de 2,4 mg/semana e seu mecanismo de ação se dá pelo aumento da secreção de insulina onde há a consequente redução do apetite, sendo indicado para pacientes obesos e pacientes com sobrepeso que possuam complicações relacionadas ao excesso de peso (diabetes tipo 2, hipertensão, distúrbios lipídicos e dentre outros) (Olszanecka-Glinianowicz, 2023).

A terapia farmacológica com a Liraglutida (GLP-1RAs) e a Semaglutida (SGLT-2) são eficazes na perda de peso e na redução dos impactos da obesidade no organismo do indivíduo,

além de, apesar de inicialmente serem usados apenas para o tratamento da diabetes tipo 2, serem aprovados para o uso no tratamento da obesidade. A Liraglutida foi capaz de atuar na perda de peso, no controle dos níveis glicêmicos e na redução da pressão arterial, a Semaglutida foi eficiente na redução do peso corporal, na diminuição da hemoglobina glicada além de reduzir a pressão arterial sistólica e a pressão arterial diastólica, no entanto houve o risco da descontinuação do tratamento decorrente dos eventos adversos como náuseas e mal-estar (Ma, 2023).

Vale ressaltar que o modo de prática de um exercício físico pode ser o diferencial na perda de peso, no condicionamento hipóxico (CH) há uma grande efetividade na perda de peso e redução do apetite. O condicionamento hipóxico é capaz de realizar um balanço energético negativo favorecendo a perda de peso onde reduz a oxidação de carboidratos e favorece a oxidação de gordura, o CH é capaz de modular marcadores sistêmicos que atuam na regulação do apetite e dessa forma desempenham um papel na mediação de respostas metabólicas benéficas incluindo a homeostase da glicose e a sensibilidade à insulina (Tee, 2023).

Atualmente, com todos os avanços tecnológicos e a melhoria crescente nos aplicativos celulares, a saúde não poderia deixar de estar atrelada aos mesmos, onde aplicativos de monitoramento da perda de peso têm surgido como auxílio terapêutico da obesidade. É possível observar que o uso de aplicativos de monitoramento associado a um programa de treinamento em saúde promoveu melhora significativa com perda de peso, redução de triglicerídeos e da hemoglobina glicada (Chew, 2023).

Outro meio alternativo de tratamento é o eHealth, que são medidas eletrônicas de acesso à saúde facilitando o acesso aos programas de saúde para os pacientes. O acompanhamento via eHealth promoveu uma perda de peso estatisticamente significativa entre os pacientes estudados, no entanto não houve perda de peso clinicamente significativa entre os pacientes, dessa forma há a necessidade de mais estudos neste sentido para que seja identificado o real impacto do eHealth na perda de peso (Myers-Ingram, 2023).

## **CONCLUSÃO**

É de extrema complexidade avaliar a propedêutica da obesidade, uma vez que sua etiologia é multifatorial e a adesão ao tratamento e seus resultados também são influenciados por diversos fatores.

No presente estudo foi possível deixar claro as novas tendências no cuidado para com os pacientes obesos e os seus impactos na obesidade, como o surgimento do acompanhamento eletrônico (eHealth), o uso de aplicativos no acompanhamento do paciente e da sua saúde e também a prática de atividade que produzam condicionamento hipóxico, dentre outros tratamentos já citados. Deste modo, o atual estudo foi capaz de evidenciar tratamentos farmacológicos e não farmacológicos para a obesidade sendo alguns deles de cunho inovador.

Baseado em todas as formas de tratamento para a obesidade citadas, o atual estudo é capaz de ajudar na reflexão de qual a melhor forma de cuidar dos pacientes que sofrem com essa doença, ainda traz os principais benefícios relacionados aos respectivos tratamentos. Além disso, possui importância na explanação de possíveis eventos que diminuam a adesão dos pacientes à proposta terapêutica, dando apoio para profissionais de saúde para a melhor escolha no cuidado com seus pacientes.

Apesar de a obesidade ser uma doença presente no mundo todo e de grande relevância em número de pacientes, ainda faltam estudos com relação aos impactos das formas de tratamento mais inovadoras como o eHealth e o uso de aplicativos, para que sejam avaliados efetivamente os reais impactos destas práticas na propedêutica. É recomendável o uso amplo de bases de dados para que ocorra um maior apanhado de estudos e aspectos mais recentes sejam melhor estudados através de diferentes produções científicas.

## REFERÊNCIAS

- Chew, H. S. J. (2023). Effectiveness of acceptance and commitment therapy on weight, eating behaviours and psychological outcomes: a systematic review and meta-analysis. *Eating and weight disorders : EWD*, 28(1), 6. <https://doi.org/10.1007/s40519-023-01535-6>
- Chew, H. S. J. (2023). Effectiveness of Combined Health Coaching and Self-Monitoring Apps on Weight-Related Outcomes in People With Overweight and Obesity: Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of medical Internet research*, 25, e42432. <https://doi.org/10.2196/42432>
- Franco-San Sebastián, D. (2023). Anthocyanins: Potential Therapeutic Approaches towards Obesity and Diabetes Mellitus Type 2. *Molecules (Basel, Switzerland)*, 28(3), 1237. <https://doi.org/10.3390/molecules28031237>
- Hachuła, M. (2023). The Impact of Various Methods of Obesity Treatment on the Quality of Life and Mental Health-A Narrative Review. *International journal of environmental research and public health*, 20(3), 2122. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032122>
- Hassapidou, M. (2023). European Association for the Study of Obesity Position Statement on Medical Nutrition Therapy for the Management of Overweight and Obesity in Adults Developed in Collaboration with the European Federation of the Associations of Dietitians. *Obesity facts*, 16(1), 11–28. <https://doi.org/10.1159/000528083>
- Ma, H. (2023). Efficacy and safety of GLP-1 receptor agonists versus SGLT-2 inhibitors in overweight/obese patients with or without diabetes mellitus: a systematic review and network meta-analysis. *BMJ open*, 13(3), e061807. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-061807>



Myers-Ingram, R. (2023). Effectiveness of eHealth weight management interventions in overweight and obese adults from low socioeconomic groups: a systematic review. *Systematic reviews*, 12(1), 59. <https://doi.org/10.1186/s13643-023-02207-3>

Tee, C. C. L. (2023). Mechanisms for Combined Hypoxic Conditioning and Divergent Exercise Modes to Regulate Inflammation, Body Composition, Appetite, and Blood Glucose Homeostasis in Overweight and Obese Adults: A Narrative Review. *Sports medicine (Auckland, N.Z.)*, 53(2), 327–348. <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01782-0>

Olszanecka-Glinianowicz, M. (2023). Obesity in Adults: Position Statement of Polish Association for the Study on Obesity, Polish Association of Endocrinology, Polish Association of Cardiometabolism, Polish Psychiatric Association, Section of Metabolic and Bariatric Surgery of the Association of Polish Surgeons, and the College of Family Physicians in Poland. *Nutrients*, 15(7), 1641. <https://doi.org/10.3390/nu15071641>

Silva, O. C. (2023). INTERVENÇÕES NÃO FARMACOLÓGICAS NO MANEJO DA OBESIDADE INFANTIL: UMA OVERVIEW, *Arq. Ciênc. Saúde Unipar*, v. 27 n. 2. <https://doi.org/10.25110/arqsaude.v27i2.2023-019>

Smith, J. (2023). Emotional Eating Interventions for Adults Living with Overweight or Obesity: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International journal of environmental research and public health*, 20(3), 2722. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032722>