

Obesidade: uma doença crónica que exige resposta integrada e multidisciplinar

Dra. Isabel Fonseca – Núcleo de Estudos de Obesidade da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna (SPMI)

Em março falámos de obesidade no dia mundial dedicado a esta doença e agora em maio, no dia 23, assinalamos o Dia Nacional de Luta Contra a Obesidade, reafirmando que é uma doença frequente, que afeta muitos portugueses e que a prevenção é a melhor maneira de a combatermos.

Apesar dos avanços científicos sobre as funções do tecido adiposo, e sobre os mecanismos que regulam a saciedade e a fome, o tratamento desta doença ainda é difícil e por vezes frustrante.

Quem trata doentes com obesidade, tem de reconhecer que ainda não conseguimos combater o estigma social, nem garantir uma perda ponderal desejada e sustentada apesar dos progressos terapêuticos. E o insucesso, leva o doente a afastar-se do tratamento, sentindo que o seu esforço nunca será suficiente.

Então o que está a falhar, quando já sabemos tanto sobre esta doença? Cumprir o percurso clínico da obesidade. Todas as doenças crónicas, onde se inclui a obesidade, têm linhas orientadoras que começam nos cuidados de saúde primários e se prolongam para os cuidados hospitalares quando necessário. Têm consultas de monitorização clínica e laboratorial regulares e ainda possuem o apoio de especialidades orientadas para a doença.

A obesidade não é exceção, e tem também o seu percurso clínico, mas na prática, é muitas vezes incompleto, interrompido ou inexistente. O sistema de saúde ainda não oferece ao doente a abordagem multidisciplinar reconhecida como fundamental para o tratamento da doença, e também ainda não trabalha em rede e em proximidade com o doente.

A equipa multidisciplinar constituída por vários profissionais com experiência nesta área, médicos, nutricionistas, psicólogos, fisioterapeutas, definem em conjunto uma estratégia para cada doente. Começa com o diagnóstico da doença, e das suas complicações. Traça os objetivos do tratamento, com um plano nutricional individualizado e ajustado, um programa de exercício físico adaptado e se necessário, intervenção psicológica.

Todas estas intervenções que estão na base do tratamento da obesidade, tratam também as patologias que a esta se associam, somando benefícios.

Em muitos casos, o passo seguinte é a medicação e a cirurgia. Ambas eficazes na redução ponderal e na prevenção das comorbilidades, mas com acessibilidade ainda limitada, seja pelo elevado custo dos medicamentos seja pelo tempo de espera para a cirurgia.

Neste dia, o nosso compromisso é lutar para garantir que todos os doentes obesos tenham uma equipa multidisciplinar, medicamentos com custo acessível, cirurgia no tempo certo e acompanhamento a longo prazo.