



engordar para emagrecer

Como não apresentam o peso mínimo para se submeterem à cirurgia de redução de estômago, muitas mulheres vêm ganhando poucos ou muitos quilos para conseguir realizar a operação. Especialistas alertam: tal prática tem sérios riscos

Por Françoise Gregório

“**S**empre fui gordinha e, por conta disso, alvo de comentários maldosos, o que me entristecia muito. Dietas? Já fiz várias, até as mais malucas como a do leite, a da Lua, etc. Também usei inibidores de apetite por muito tempo em vão. Até que em 2005, com 83 kg, procurei um cirurgião bariátrico. Como eu não tinha o índice de massa corpórea (peso dividido pela altura ao quadrado) mínimo exigido, o médico, claro, não quis me operar e me recomendou que insistisse em uma dieta equilibrada. Meu desânimo, porém, era tão grande, que nem dei atenção para o que ele falou. Larguei mão de tudo e passei a comer feito louca, sem restrição alguma e várias vezes por dia. Levantava

de madrugada para atacar a geladeira, bebia refrigerante feito água e me esbaldava com os doces. Tudo sem o menor peso na consciência. Resultado desta comilança? Engordei mais 30 quilos em menos de quatro anos. Ou seja, estava com peso mais que suficiente para operar. Assim, decidi voltar ao médico e consegui a autorização para realizar a cirurgia. Não me arrependo de ter feito a gastroplastia, pois finalmente emagreci. Mas não aconselho ninguém a engordar para operar, como eu fiz. Felizmente, não tive problemas, mas hoje vejo o quanto me arrisquei. Na época em que comecei a engordar, achando que a cirurgia seria minha única salvação, sabia mais ou menos dos riscos, mas

me deixei levar pela ansiedade e desespero por estar fora dos padrões de beleza que nos são impostos”, revela a estudante e cantora Lais Padoveze, de 23 anos, de Rio das Pedras (SP). Sua história representa um fenômeno cada vez mais comum no Brasil: mulheres jovens que engordam até se tornarem obesas mórbidas para poder fazer a cirurgia de redução de estômago. Uma atitude que vem preocupando os especialistas em obesidade, pois, além de alterar as condições clínicas do paciente, o que aumentaria os riscos durante e depois da cirurgia, vai contra todo o protocolo da cirurgia bariátrica, que deve começar antes da internação, com o preparo e a conscientização sobre as mudanças.

Onde mora o perigo

A cirurgia bariátrica por si só é bastante delicada. Engordar antes de operar, então, só vai aumentar o pacote de riscos. Confira alguns deles:

- Alta ingestão de alimentos gordurosos e de açúcar gera estresse hepático, resistência insulínica, hipertensão e piora de sintomas como depressão e baixa autoestima.
- Com o aumento da gordura no organismo, há um risco sério de desenvolver doenças vasculares, problemas articulares, entre outros, além do agravamento dos já existentes. Esses danos podem ser definitivos e não apresentarem melhoras mesmo após o emagrecimento.
- Tanto os pulmões quanto o coração ficam sobrecarregados e são especialmente esses órgãos os mais exigidos durante a cirurgia. "Há também um aumento da gordura intra-abdominal e do tamanho do fígado que dificulta a manipulação dos órgãos durante o procedimento. Ou seja, são fatores que aumentam os riscos e as complicações cirúrgicas", prevê o endocrinologista Tercio Rocha (RJ).



Elas se arriscam mais

Mesmo ouvindo do médico que não se enquadram nos quesitos para a cirurgia e que não devem se arriscar num procedimento tão radical, muitas jovens, cansadas de entalar em roupas, cadeiras e catracas de ônibus e de carregar tantos quilos, veem na cirurgia uma maneira de alcançar a tão sonhada boa forma. "As mulheres entre 18 e 25 anos são as que mais buscam o tratamento cirúrgico para obesidade, ganhando peso para adquirir os índices estabelecidos. Estima-se que pelo menos 10% desse grupo engorde com essa finalidade", alerta o médico-cirurgião do aparelho digestório Adriano Corona Branco, do Hospital Santa Virgínia (SP). Segundo ele, os principais argumentos são: questão estética, perfil emocional frequentemente abalado, baixa autoestima, limitações na vida social e afetiva, desinformação e, principalmente, a crença de que o procedimento cirúrgico representa a cura definitiva de todos os problemas. "Nesse contexto, ressalto a importância da equipe multidisciplinar na abordagem de todos os aspectos que envolvem a obesidade, principalmente do psicólogo. Não menos importante é a iniciativa do paciente na busca de informações e na adesão ao tratamento, ainda que não cirúrgico", comenta. Então, para quem já tentou várias alternativas sem sucesso, antes de pensar em uma cirurgia, vale avaliar se realmente foi dedicada a tudo que se propôs, pois com a gastroplastia o empenho na adoção de hábitos saudáveis como alimentação



Com o ganho de peso, o sistema cardiovascular é afetado diretamente

equilibrada e prática regular de exercícios continua valendo. Especialistas são unânimes, sobretudo, ao afirmarem ser um erro achar que só a cirurgia basta para alcançar o peso ideal.

Mais que burocracia

Trata-se de uma verdadeira faca de dois gumes. De um lado, pessoas que não suportam mais os limites da obesidade e para quem engordar mais alguns quilos seria apenas uma questão matemática para livrar-se do excesso de peso e viver de forma mais confortável e saudável. Do outro lado, estão as restrições que tentam controlar uma epidemia de cirurgias de redução de estômago. E estas restrições são seguidas rigorosamente por sistemas como o SUS e convênios médicos, que só cobrem o procedimento se o paciente tiver o índice de massa corpórea (IMC) dentro da tabela adotada pelo Conselho Federal de Medicina. Seguindo as regras

estabelecidas, estão aptas à cirurgia pessoas com o IMC igual ou maior que 40 (obesidade mórbida) ou pessoas com o IMC a partir de 35, desde que tenham doenças ligadas ao excesso de peso, como diabetes, hipertensão, hérnia de disco e apnéia do sono. Segundo o cirurgião bariátrico Edwin Canseco, da clínica Gastro Obeso Center (SP), esta exigência seria mais que uma burocracia. "Fiscalizações como esta têm como principal objetivo a segurança, pois se trata de um procedimento radical e que só deve ser indicado em casos-limite. Ou seja, quando o paciente corre mais risco de morrer se continuar gordo do que se submeter a uma mesa de cirurgia. Esta, sim, deve ser a última opção e só deve ser considerada depois de esgotados todos os meios clínicos e de pelo menos dois anos de tentativas frustradas com o apoio de outros médicos e especialistas como endocrinologista e nutricionista, por exemplo", explica.

E OS SÉRIOS RISCOS NÃO PARAM...

Há um risco que costuma ser ainda mais ignorado por quem resolve desafiar o perigo em nome da boa forma: o de não conseguir seguir o pós-operatório de forma adequada. Ou seja, engordar antes da cirurgia pode prejudicar o emagrecimento e, principalmente, sua manutenção. Afinal, como fica a cabeça de alguém que engorda 15 kg em um mês e emagrece 40 kg em seis? A paciente credita todos os seus problemas à gordura. Ai emagrece, mas continua com os conflitos com o marido, com os filhos, no trabalho... Questões que podem funcionar como gatilho para a comilança e a busca por alimentos reconfortantes, ou seja, os mais calóricos. Sem falar que a ansiedade pode desencadear uma compulsão, que depois dificulta muito a vida de quem precisa ingerir doses mínimas de alimentos no pós-operatório. "A cirurgia é apenas um ponto do tratamento. Se não houver reeducação alimentar e apoio psicológico ainda antes da cirurgia, maior será a dificuldade de adaptação, mais comuns serão os transtornos alimentares e mais fácil o reganho de peso", aponta Adriano. A psicóloga Adriana Calçada também dá seu alerta: "o excesso na alimentação e o ganho de peso antes da cirurgia com certeza dificultarão o processo, pois, além da mudança física que a cirurgia impõe - o estômago estará reduzido e se o paciente tentar comer além da quantidade necessária vai passar mal e vomitar - é preciso mudar hábitos de muitos anos, sobretudo os alimentares, além de tratar a compulsão que colaborou com a obesidade. Portanto, toda uma modificação de padrões precisa ser trabalhada antes da operação. Caso contrário, pode ocorrer o aumento da compulsão", completa. ●



Estima-se que o ganho de mais de 20% do peso em curto prazo pode elevar

TUNICA

Se uma
amiga sua
aparecer
com uma
roupa igual,
faça outra
mais bonita.



NAS BANCAS!

Eu AMO
Revista