

Segmento: PUCRS

30/07/2020 | GZH | gauchazh.clicrbs.com.br | Geral

Entenda por que a obesidade é um dos principais agravantes para a covid-19

<https://gauchazh.clicrbs.com.br/saude/noticia/2020/07/entenda-por-que-a-obesidade-e-um-dos-principais-agravantes-para-a-covid-19-ckd91cvkd0043013gwzo7pp5k.html>

Excesso de peso desponta como uma das comorbidades mais ameaçadoras para pessoas de até 60 anos infectadas pelo coronavírus
Associado a uma série de doenças, como diabetes e hipertensão, o excesso de peso vem aparecendo como fator agravante para a covid-19. O Ministério da Saúde alerta que a obesidade está entre as comorbidades mais ameaçadoras para pessoas de até 60 anos infectadas pelo coronavírus. A Organização Mundial da Saúde (OMS) também cita essa condição como responsável pela piora dos sintomas.

Todas as pessoas têm células adiposas (de gordura) pelo corpo. No caso dos obesos, essa quantidade é mais elevada - além disso, o tamanho das células é maior. A hipótese, explica o médico Renato Souza, cirurgião geral com atuação em cirurgia bariátrica do Hospital Divina Providência, de Porto Alegre, é que o tecido adiposo serviria como uma espécie de reservatório para o coronavírus. Com mais e maiores células gordurosas, os obesos estariam vulneráveis a sofrer com uma carga viral mais alta no organismo.

Após a infecção pelo coronavírus, a covid-19 costuma evoluir ao longo de duas fases - a primeira é viral, e a segunda, inflamatória. O corpo obeso também é considerado inflamado, devido à quantidade de radicais livres em circulação - e é esta inflamação que vai danificando os órgãos e provocando as enfermidades associadas. Ou seja, na segunda etapa da covid-19, o organismo padece das consequências de dois processos inflamatórios concomitantes.

- Quem é obeso, quando acometido por um processo infeccioso, acaba tendo um resultado mais agressivo da doença. Em um cirurgia, por exemplo, se ocorre uma infecção, o indivíduo com peso saudável tem uma resposta normalmente muito melhor do que o obeso. A cascata inflamatória no obeso é muito maior - exemplifica Souza.

Com o passar do tempo, o obeso vai desenvolvendo outras doenças. Cláudio Mottin, cirurgião bariátrico e digestivo do Centro da Obesidade do Hospital São Lucas da PUCRS, afirma que as comorbidades surgem em um prazo de cerca de 20 anos. Um jovem adulto que se torna obeso aos 20 anos terá alguma enfermidade relacionada ao excesso de peso, provavelmente, quando atingir a faixa etária dos 40 anos. Se a obesidade se estabelecer aos 30 anos, é provável que o diagnóstico de outras condições apareça aos 50, e assim por diante.

- Há crianças, adolescentes e jovens muito doentes. Isso é uma realidade. O que mais aumenta no mundo é a obesidade infantojuvenil e a obesidade grave. Uma criança obesa vai ficar doente mais cedo - adverte Mottin.

A definição de obesidade se dá a partir do cálculo do índice de massa corporal (IMC): divide-se o peso (em quilos) pelo quadrado da altura (em metros). Por exemplo, no caso de uma pessoa de 80 quilos e 1m80cm, divide-se 80 por 1,80 x 1,80, o que dá 24,7 de IMC, que está dentro do considerado ideal. Resultados entre 25 e 30 indicam sobrepeso - categoria em que se enquadra a maior parte da população, observa Mottin. O risco para diabetes e alterações metabólicas começa a partir do IMC 26, pontua o médico, e aumenta gradativamente daí em diante. A partir de 30, fica configurada a obesidade de grau 1. De 35 a 40, trata-se da obesidade de grau 2 e, acima de 40, grau 3. Obesidade mórbida, salienta Mottin, não é uma expressão correta.

- Para nós, era óbvio que os obesos seriam mais vulneráveis na pandemia. E agora todas as estatísticas estão mostrando isso - diz Mottin.

Souza complementa:

- O paciente com maior fator de risco para a covid-19 é aquele relatado nas pesquisas: idoso ou com diabetes e hipertensão, geralmente decorrentes da obesidade.

O desafio dos médicos é a conscientização a respeito do problema, o que envolve a rotina de cada um e também a das famílias.

- Vale não só para obesos como para a população em geral: manter uma alimentação saudável, evitar o consumo exagerado de carboidratos, especialmente refrigerantes e bebidas alcoólicas, e praticar atividade física, dentro do possível. Não tem muita mágica. Engordar e emagrecer é sempre uma balança entre ganho e gasto energético - afirma Souza.

Recomenda-se a orientação de um especialista para um planejamento personalizado, correto e eficaz. No caso de pacientes que já se submeteram à cirurgia bariátrica, é fundamental que seja mantido o acompanhamento médico, sem interrupções, durante o período da pandemia.