

# 8

## Remédios para Emagrecer

**Evandro Murer**

*Especialista em Teorias e Métodos de Pesquisa em Educação Física, Esportes e Lazer na UNICAMP*

Os Remédios para Emagrecer são quase todos à base de Anfetaminas, que foram sintetizadas em laboratório, a partir de 1928, para combater a obesidade, a depressão e a congestão nasal. Nas décadas de 60 e 70, o uso de anfetaminas tornou-se muito popular entre os jovens para reduzir o sono e aumentar a disposição física, principalmente nos bailes de carnaval e nas provas escolares. Mas, a sua principal indicação terapêutica continua sendo no tratamento da **obesidade**, fazendo parte de quase todas as fórmulas redutoras do apetite.

### As Anfetaminas e seus Mecanismos

As Anfetaminas são estimulantes do SNC (Sistema Nervoso Central), capazes de gerar quadros de euforia, provocar a vigília, atuar como anorexígenos e aumentar a atividade autônoma dos indivíduos. Algumas são capazes de atuar no sistema serotoninérgico, aumentando a liberação de dois importantes neurotransmissores, a *noradrenalina* e a *dopamina*. A biodisponibilidade aumentada desses neurotransmissores nas fendas sinápticas reduz o sono e a fome e provoca um estado de agitação psicomotora. Os usuários ficam mais desinibidos, excitados e hiperativos.

## **Anorexígenos**

Anorexígenos são substâncias que reduzem o desejo de comer. Usados clinicamente como remédio para tratar a obesidade em um curto período de tempo, alguns moderadores de apetite também estão disponíveis sem receita médica.

Da mesma família das anfetaminas, os moderadores de apetite foram vendidos comercialmente até o final dos anos 50, até serem proibidos e declarados ilegal devido ao aumento da exploração de suas propriedades estimulantes.

Segundo relatório da Junta Internacional de Fiscalização de Entorpecentes (JIFE), órgão ligado a ONU, divulgado em março de 2005, o consumo de anorexígenos no Brasil cresceu 500% de 1997 a 2004.

## **As Principais Indicações para o Uso de Remédios para Emagrecer**

Presença de hábitos alimentares claramente patológicos, tais como bulemia, hiperfagia, e compulsão alimentar;

Incapacidade de ingerir dietas hipocalóricas para que haja uma redução do peso;

Obesidades mórbidas, com risco para o pacientes;

Pacientes com IMC acima de 30 Kg/m<sup>2</sup>;

## **Anfetaminas e seus Malefícios**

São diversos os tipos de anfetaminas no mundo, não existindo uma única substância que as caracterize. Na Europa, principalmente na Holanda e Inglaterra, é comum a utilização de anfetaminas com bebidas alcoólicas.

O efeito que caracteriza as anfetaminas é o aumento da capacidade física do usuário, ou seja, a pessoa sob efeito da droga é capaz de praticar atividades que normalmente não conseguiria. Isto ocorre porque as anfetaminas aumentam a resistência nervosa e muscular do usuário, aumentando também a capacidade respiratória e a tensão arterial, deixando a pessoa em estado de alerta constante (“ligada”).

Apesar de parecer um benefício, esse aumento geral da capacidade é *ilusório*, já que acaba com o fim do efeito da droga, levando o usuário a extrapolar os reais limites do corpo, o que acaba sendo nocivo para a saúde. Além disso, ao perceber que “perdeu” a sua força, o usuário entra em depressão e busca novas doses da droga para voltar a ter um aumento da sua capacidade de autoconfiança.

Doses maiores da droga intensificam seus efeitos e deixam o usuário mais agressivo, irritado e com mania de perseguição (delírio persecutório). Se as doses forem ainda maiores, podem provocar delírios e paranóia, estado conhecido como psicose anfetamínica.

Fisicamente, as anfetaminas causam taquicardia, dilatação excessiva das pupilas e palidez, além de também causarem insônia e perda de apetite. O uso contínuo da droga pode levar à degeneração das células cerebrais, causando lesões irreversíveis ao cérebro.

#### Sinais e Sintomas do Consumo de Anfetaminas

Redução do sono e do apetite  
Aceleração do curso do pensamento  
Pressão de fala (verborragia)  
Diminuição da fadiga  
Euforia  
Irritabilidade  
Midríase  
Taquicardia  
Elevação da pressão arterial

Quadros ansiosos agudos, com sintomas de inquietação, podem aparecer na intoxicação aguda ou overdose. Irritabilidade, tremor, ansiedade, instabilidade do humor, cefaléia, calafrios, vômitos, sudorese e verborragia poderão acompanhar este estado, que necessitará de medicamentos para ser combatido. Ansiolíticos e benzodiazepínicos podem ser prescritos em doses usuais.

### **Tipos de Usuários de Anfetaminas**

#### Usuários Instrumentais

Consomem anfetamina com objetivos específicos, tais como melhorar o desempenho no trabalho e emagrecimento.

#### Usuários Recreacionais

Consomem anfetamina em busca de seus efeitos estimulantes.

#### Usuários Crônicos

Consomem anfetamina com a finalidade de evitar o desconforto dos sintomas de abstinência.

A síndrome de abstinência chega a atingir 87% dos usuários de anfetamina. Sintomas depressivos e exaustão podem suceder períodos prolongados de uso ou abuso da droga. Sintomas mais pronunciados de abstinência foram observados em usuários de metanfetaminas pela via inalatória.

### **Sinais e Sintomas de Abstinência das Anfetaminas**

Fissura interna;  
Ansiedade e Agitação;  
Pesadelos;  
Redução da energia;  
Lentificação;  
Humor Depressivo.

## **Novos Medicamentos**

Em 1999, o FDA dos EUA aprovou o medicamento orlistat (xenical) para tratamento da obesidade. O orlistat atua reduzindo em aproximadamente um terço a capacidade do organismo absorver gordura dos alimentos. O FDA também aprovou outros remédios mais disponíveis para a perda de peso, e para se utilizar durante um curto tempo, o que supõe umas poucas semanas ou meses. A sibultramina e o orlistat são os dois únicos remédios aprovados para uso durante longos períodos em pacientes.

## **Remédios para Emagrecer e Qualidade de Vida**

É importante salientar que o uso de uma série de substâncias não apresenta respaldo científico. Entre elas se incluem diuréticos, os laxantes, os estimulantes, os sedativos e uma série de outros produtos freqüentemente recomendados como “fórmulas para emagrecimento”. Essa estratégia, além de perigosa, não traz benefícios em longo prazo, fazendo com que o paciente retorne ao peso anterior ou até ganhe mais peso que o inicial. Nesse sentido, o mais correto seria uma mudança substancial do Estilo de Vida de cada um; apesar da facilidade e da promessa de resultados rápidos, os remédios para emagrecer trazem uma série de “efeitos colaterais”.

A Melhoria da Qualidade de Vida é possível através da alteração do Estilo de Vida, de sedentário para ativo, acompanhado principalmente pelo abandono de hábitos lesivos à saúde, como o tabagismo, alcoolismo e dietas ricas em gorduras.

## **Metodologia Pedagógica Utilizada**

A aula sobre Remédios para Emagrecer foi elaborada devido ao grande interesse mostrado pela classe sobre a temática durante o curso em outras aulas, principalmente no que se refere aos efeitos colaterais de quem faz uso de tais medicamentos durante um longo prazo.

Foi distribuído aos alunos um texto sobre o uso de anorexígenos no Brasil, para conscientização e controle da utilização de tais medicamentos. Foi feito um aprofundamento dos tipos de medicamentos, preço de cada classe de medicamentos e as causas e efeitos de cada um no organismo. Num segundo momento, interagimos com a classe, no intuito de se resgatar experiências de quem já fez uso de Remédios para Emagrecer ou sabe de casos de quem já o fez. No fechamento da aula, houve mais uma vez destaque para a importância de se fazer refeições balanceadas, de se trabalhar o Estilo de Vida de cada um, evitando-se a utilização de medicamentos, temática esta já abordada em aulas anteriores. No fechamento, um aprofundamento sobre Qualidade de Vida, e Remédios para Emagrecer se fez necessário, uma vez que os temas nos remetem a questões de diferentes domínios do WHOQOL, que os alunos tiveram acesso.

## Referências Bibliográficas

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILANCIA SANITÁRIA (ANVISA). Parecer técnico-científico do Grupo Assessor de Estudos sobre Medicamentos Anorexígenos de 21/07/2002. Disponível em: <http://www.abeso.org.br/informes/informe2.html> - acesso em 27 agosto 2005.

PIRES, W. Ribeiro. *Drogas: Existe uma saída*, São Paulo: Komedi, 2000.

PITANGA, F.J.G. *Epidemiologia da Atividade Física, Exercício Físico e Saúde*. São Paulo: Phorte, 2004.