

EVENTO	DATA	LOCAL	INFORMAÇÕES
Primeiro Simpósio de Gestão e Liderança: cuidado centrado no paciente	6 maio - 2023 08:00 - 16:00	Teatro Municipal de São Sebastião, São Sebastião - SP	https://www.sympla.com.br/evento/primeiro-simposio-de-gestao-e-lideranca-cuidado-centrado-no-paciente/1857457
AUTISMO: Conheça e envolva-se. Ciclo de palestras online	1 abril - 2023 08:30 : 17:30	Evento Online via Zoom	https://www.sympla.com.br/evento-online/autismo-conheca-e-envolva-se-ciclo-de-palestras-online/1906631
8º Congresso Brasileiro de Fisioterapia em Oncologia	27/04/2023 29/04/2023 08:00 - 18:00	Serra zul Hotel - Gramado - Rio Grande do Sul - Brasil	https://www.even3.com.br/cb-fo2023?even3_orig=events_eventlist

Nutricionista do HSNAP chama atenção para os problemas gerados pela obesidade: "precisamos levar essa doença a sério"

CONSIDERADA UM DOS MAIS GRAVES PROBLEMAS DE SAÚDE PÚBLICA DA ATUALIDADE, NO BRASIL, A OBESIDADE JÁ AFETA 20,3% DA POPULAÇÃO ADULTA, OU SEJA, UM EM CADA CINCO BRASILEIROS POSSUI IMC IGUAL OU SUPERIOR A 30 KG/M2

O alerta vem da Federação Mundial da Obesidade: 1 bilhão de pessoas em todo o mundo viverão com obesidade em 2030 se nada for feito. A doença é caracterizada pelo excesso de tecido adiposo, o que significa que o corpo retém mais gordura do que necessita. Só que os problemas vão além, porque o acúmulo de gordura no organismo aumenta o risco de outros males como hipertensão arterial, diabetes, aumento do colesterol e triglicérides, infarto do miocárdio, acidente vascular cerebral e pode estar relacionado ao surgimento de alguns tipos de câncer.

Para a Dra. Clarissa Soares, nutricionista clínica do Hospital HSNAP, "os fatores que culminam na obesidade superam a questão dos números. Atualmente, o estilo de vida acelerado que, por vezes, é incentivado, faz com que as pessoas precisem de tudo 'para ontem', abrindo mão de uma alimentação mais equilibrada e exercícios físicos. Quando essa prática vira estilo de vida, a pessoa faz opção por preparos rápidos que, não raramente, são comidas processadas ou industrializadas".

De fato, a questão vai além da estética, precisa ser levada a sério e entendida como uma doença, não apenas pela equipe médica, mas também pela população. "A obesidade não é de-

envolvida por 'desleixo'. Trata-se de um conjunto de fatores, que incluem a alimentação desregulada, falta de exercícios físicos, mas também está relacionada a fatores incontroláveis como a predisposição genética", pontua a médica.

"É possível impedir o avanço da doença, além de tratar a enfermidade com acompanhamento médico. Porém, o paciente deve ter consciência de que precisa diminuir o consumo de alimentos processados e industrializados, bem como pratos com excesso de sal, gordura, açúcar e sódio. Em outras palavras, priorizar uma dieta uma rotina que elimine o sedentarismo. Só assim conseguimos conter e combater a doença", finaliza a especialista.

Sobre o Hospital HSNAP

Localizado no bairro de Santana, o HSNAP é referência na Zona Norte de São Paulo (SP). Considerado um dos mais completos hospitais da capital paulista, é reconhecido por oferecer um atendimento humanizado e seguro aos mais de 12 mil pacientes que passam pela instituição todos os meses.

Fonte: Mariana Coelho