

OBESIDADE: CAUSAS E CARACTERÍSTICAS I

Grisiely Yara Ströher Neves* Veronica Elisa Pimenta Vicentini**

NEVES, G.Y.S.; VICENTINI, V.E.P. Obesidade: causas e características I. *Arq. Apadec.*, 6(1): 29 - 34, 2002.

RESUMO: A velocidade de formação das células adiposas é rápida nos primeiros anos de vida, e, conforme a taxa de armazenamento de gordura, pode-se caracterizar a obesidade já na infância. O consumo de sanduíches e guloseimas, hábito freqüente na adolescência, também costuma levar a obesidade, associada a uma época de muitas inseguranças e frustrações, agravadas por uma auto-imagem insatisfatória comum durante a adolescência. E, com o avanço da idade e as grandes facilidades tecnológicas, é comum a inatividade física, podendo ocorrer aumento dos depósitos de gordura, trazendo agravos à saúde como: problemas cardiovasculares, distúrbios respiratórios, varizes, entre outros. O excesso de gordura é diretamente responsável por 30% das mortes de pessoas com menos de quarenta e cinco anos. Nos últimos anos, o número de mulheres gordas aumentou 40% e o de homens gordos 30%. Entre as crianças, a quantidade de obesos quintuplicou neste mesmo período. Este trabalho tem por objetivo, através de um levantamento bibliográfico, enfatizar causas que levam à obesidade.

PALAVRAS-CHAVE: obesidade, causas da obesidade, características da obesidade.

INTRODUÇÃO

Em um certo sentido, a obesidade é um problema do homem moderno, que não existia no homem dos primórdios. Este último, movimentava-se grande parte do dia para conseguir, na natureza, as calorias necessárias para o seu sustento, provenientes, em sua maioria, de frutas, carnes, sementes e raízes. Ao contrário, o homem moderno tem acesso fácil a alimentos preparados de modo sofisticado e de grande conteúdo calórico (BARROS et al., 2000).

A obesidade é causada principalmente, pela ingestão de alimentos em quantidades maiores do que as utilizadas pelo organismo para a obtenção de energia. O excesso de alimento introduzido no organismo não é rejeitado, ao contrário, é armazenado. Este excesso, seja na forma de gordura, carboidrato ou proteína, é acumulado no tecido adiposo como gordura, para ser mais tarde utilizado como fonte de energia (GUYTON & HALL, 1997). Algumas anormalidades no mecanismo de regulação da ingestão de alimento e gasto de energia, também, podem resultar em sobrepeso (MEINDERS et al., 1996).

No início, a sensação observada é de plenitude, mas, com o tempo, desenvolve-se no organismo, mais precisamente na região subcutânea, pontos ou regiões de acúmulo de gordura. Em todo o corpo, sob a pele, existe uma rede ou

camada de células que são especializadas em receber o excesso de alimento energético que ingerimos. O fígado e o tecido adiposo convertem o excesso de açúcar (glicose), que passa do intestino para o sangue em moléculas de gordura, que, juntamente com a gordura que ingerimos na alimentação, são encaminhadas para as células adiposas. Os aminoácidos em excesso na circulação são degradados e utilizados para produção de energia, ou convertidos em gordura ou glicogênio e armazenados principalmente no fígado e, em menor quantidade, nos rins e na mucosa intestinal (PORTES, 1992).

O termo “fome” refere-se a um forte desejo de obter alimento, que está associado a diversas sensações objetivas. Por exemplo, se uma pessoa passou muitas horas sem se alimentar, o estômago sofre intensas contrações rítmicas, conhecidas como contrações da fome. Essas contrações provocam sensação de aperto ou de constrição no estômago e, algumas vezes, causam uma dor conhecida como dor da fome. Mesmo após a remoção do estômago, ainda ocorrem as sensações psíquicas da fome e o intenso desejo de se alimentar faz com que a pessoa procure um suprimento adequado de alimentos (GUYTON & HALL, 1997).

A saciedade é o oposto da fome. Significa uma sensação de plenitude em relação à necessidade de alimento. Em geral, a ela surge após

* Especialista - Rua Dr. Oscar Pereira dos Santos, 416 Jardim Cristina Central CEP 86975-000 Mandaguari - PR

** Profª Dra Veronica Elisa Pimenta Vicentini - Departamento de Biologia Celular e Genética - UEM