



CSB360®

NEWSLETTER DA CASA DE SAÚDE DA BOAVISTA



RESULTADOS A LONGO PRAZO DA CIRURGIA DE OBESIDADE... A IMPORTÂNCIA DA MUDANÇA DO ESTILO DE VIDA.



Por Dr. Hugo Santos Sousa
Clínica da Obesidade
da Casa de Saúde da Boavista

Vários estudos demonstraram que a cirurgia é o tratamento mais eficaz e duradouro da obesidade. No entanto, a cirurgia de obesidade não é um milagre, mas sim uma ajuda muito importante na perda de peso e na melhoria (ou até mesmo resolução) das doenças associadas à obesidade. A cirurgia é como uma "muleta" que nos ajuda a "caminhar mais depressa" no processo da perda de peso; no entanto, é necessário que a ela se junte a dieta e o exercício físico. Ou seja, o esforço que muitas vezes fazemos com a dieta e o exercício físico, de forma isolada, e que têm resultados limitados e temporários (o efeito yo-yo das dietas), será recompensado se o aliarmos à cirurgia.

Cirurgia da obesidade: bypass gástrico, sleeve gástrico e mais ...

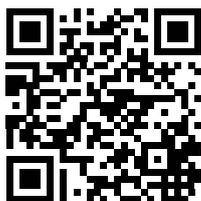
Na cirurgia da obesidade, temos diferentes opções cirúrgicas (bypass gástrico, sleeve gástrico, SADI-S, entre outras). Temos de ter em atenção que quanto mais eficaz for a cirurgia, em termos de perda de peso, maior a probabilidade (ainda que baixa) de efeitos laterais. Assim, cirurgias mais radicais, tais como as derivações biliopancreáticas (o duodenal switch ou o SADI-S), associam-se a uma maior perda de peso e a uma menor probabilidade de reganho de peso a longo prazo, mas têm uma maior incidência de efeitos laterais. Por outro lado, cirurgias menos radicais, como o sleeve gástrico, têm uma relativa menor perda de peso e uma maior possibilidade de reganho de peso a longo prazo, mas associam-se a uma menor probabilidade de efeitos laterais. Deste modo, o bypass gástrico é considerado o gold standard no tratamento cirúrgico da obesidade, pois é uma cirurgia mais "equilibrada" (com boa perda de peso, baixa probabilidade de reganho de peso a longo prazo e uma taxa de efeitos de laterais relativamente baixa). No entanto, em todas as opções cirúrgicas, o que é fundamental é a mudança do estilo de vida (hábitos alimentares e exercício físico), de forma a obtermos, a longo prazo, os melhores resultados com a cirurgia de obesidade.

A cirurgia bariátrica e o cérebro

A forma como a cirurgia bariátrica funciona é frequentemente mal-entendida. A maioria das pessoas pensa na cirurgia de obesidade em termos de restrição ou mal-absorção. No entanto, novos estudos mostram que certos tipos de cirurgia bariátrica, nomeadamente o bypass gástrico e o sleeve gástrico, afetam os sinais entre o corpo e o cérebro para diminuir o apetite, aumentando a sensação de saciedade, aumentando o metabolismo e, até mesmo, estimulando a preferência por comida mais saudável. Porém, habitualmente, existe um período ideal para a perda de peso, após a cirurgia de obesidade (normalmente, cerca de 18 meses). Após este período, o organismo como que se “adapta” às alterações que provocamos no tubo digestivo com a cirurgia de obesidade; é a partir desta altura que poderá haver o risco de reganhar peso, sendo fundamental a alteração do estilo de vida.

Não peçam um milagre ...

A cirurgia não é um milagre, é, sim, uma ajuda fundamental neste processo complexo, que é a perda de peso e a sua manutenção ao longo do tempo, com claros benefícios na melhoria da qualidade de vida. Em suma, após a cirurgia de obesidade, as pessoas vivem mais e melhor, com a melhoria, ou mesmo a resolução, das patologias associadas à obesidade (diabetes, hipertensão arterial, dislipidemia, apneia do sono).



Saiba mais sobre a nossa clínica da obesidade em
www.csaudeboavista.com/obesidade

Aponte aqui a câmara do seu smartphone para ter acesso directo a todas as informações relativas à nossa clínica da obesidade. Cirurgias disponíveis, equipa médica, perguntas frequentes e os nossos acordos e convenções disponíveis para si.