



## OBESIDADE

Thainara Pereira Dos Santos<sup>1</sup>  
Veronica Jocasta Casarotto<sup>2</sup>

Atualmente, a obesidade é conceituada como um acúmulo anormal ou excessivo de gordura que acarreta prejuízos para a saúde dos indivíduos e, por suas consequências à saúde, é considerada uma doença. (Organização Mundial da Saúde, 2018). Existem dois tipos de obesidade, que variam em diferentes regiões nas quais a gordura é distribuída e armazenada, que são: Andróide: ou maçã pelo formato do corpo, (a gordura se distribui pelo tronco, tórax, abdômen e região central). É predominante em homens, é a chamada/conhecida como a barriguinha de “chope”, porém é o tipo que mais se associa com doenças principalmente cardíacas e pode até matar. Ginóide: ou pêra também pelo formato que o corpo fica, (aqui a gordura se distribui pelas nádegas, coxas). É predominante em mulheres e de grosso modo não possui relação com doenças cardiovasculares, mas está associada com problemas ortopédicos, pele, varizes.(NETO, LARINI, 2008). A pessoa com sobrepeso, ou obesa, tem muitas manifestações clínicas que afetam diretamente suas atividades de vida diária, como dispneia, pela pressão do peso do abdômen sobre o pulmão; dores e fraqueza nas articulações e músculos, pelo excesso de esforço; falta de condicionamento físico; apnéia do sono; varizes; ansiedade e depressão; problemas na pele por conta da resistência de insulina no corpo, dermatites ou infecções e até mesmo impotência e infertilidade.(SILVA, 2021) A obesidade um problema de saúde pública porque predispõe o organismo à doenças e a morte prematura. Existem várias consequências da obesidade: insuficiência cardíaca, diabetes, arteriosclerose, hipertensão cardíaca e aumento da mortalidade, assim um excesso de peso de 4.5 Kg aumenta a porcentagem de mortalidade em torno de 8; um excesso de peso de 9 Kg aumenta a porcentagem de mortalidade em 18 e assim por diante. O excesso de gordura corporal está relacionado ao aparecimento de inúmeras disfunções metabólicas e funcionais, tornando um problema atual de saúde pública. Existe uma forte associação entre obesidade e desenvolvimento de diabetes mellitus, disfunções pulmonares, doenças cardiovasculares, problemas biliares e alguns tipos de câncer. (SALVE, 2006). Cresce a procura por massagens tidas como ‘reductoras’ ou ‘modeladoras’ e, por isso, observa-se sua grande oferta em serviços e clínicas de estética, muitas aplicadas por profissionais não-qualificados, como mostrou o censo de 2008 do Crefito-3, notificando 1.300 estabelecimentos no Estado de São Paulo que ofereciam esses métodos sem profissionais habilitados<sup>5</sup>. Quando executada adequadamente, a massagem clássica estética pode auxiliar na redução de medidas e edemas, estimular a circulação sanguínea, o metabolismo e as respostas neuromusculares, harmonizar os contornos corporais e minimizar a ansiedade e a depressão, contribuindo para o aumento da auto-estima e da qualidade de vida (TACANI, ET AL, 2010).

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso Tecnólogo em Estética e Cosmética da Faculdade do Noroeste do Mato Grosso – AJES. Juína, Mato Grosso, Brasil: E-mail: fernanda.almeida.acad@ajes.edu.br.

<sup>2</sup> Fisioterapeuta, Coordenadora e Professora Doutora do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES – Juína, Mato Grosso. E-mail: veronica\_casarotto@hotmail.com