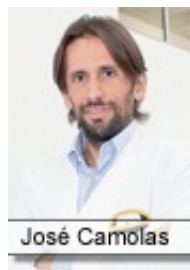


2015-05-22 12:31:45

<http://justnews.pt/noticias/tratar-a-obesidade-sem-deixar-de-saborear-os-alimentos>

José Camolas

## O papel do nutricionista na Consulta da Obesidade do Hospital de Santa Maria

“O objetivo não é apenas preparar pessoas para a cirurgia bariátrica, mas tratar a obesidade em toda a sua amplitude.” É desta forma que José Camolas, nutricionista na Consulta da Obesidade do Hospital de Santa Maria (CHLN), resume o trabalho que a equipa ali desenvolve.

Quem é referenciado à Consulta de Obesidade do HSM-CHLN nem sempre ali chega muito motivado. Após várias tentativas de perda de peso, geralmente, pensa que vai ser apenas mais uma. “A pessoa tende a pensar que vai fazer mais uma dieta, mas a verdade é que o plano é individualizado, tendo em conta as diversas variáveis socioeconómicas, culturais e biológicas que estão associadas àquele indivíduo e à obesidade em si”, explica o nutricionista.

No fundo, na Consulta de Obesidade do HSM-CHLN não existe um foco exclusivo na perda de peso, mas “nos quilos a menos que melhoram a qualidade de vida da pessoa e previnem ou melhoram patologias associadas a este problema de saúde, como a diabetes, a hipercolesterolemia e as doenças cardiovasculares, entre outras”.

As mulheres são as que mais procuram ajuda, enquanto os homens costumam chegar numa situação mais complicada. “Muitas vezes, vêm na sequência de um evento cardiovascular, por exemplo, após um enfarte agudo do miocárdio (EAM), ou porque um familiar ou amigo obeso sofreu algum acidente cardiovascular e sente medo que lhe venha a acontecer o mesmo.”



### Melhoria do estado metabólico e da qualidade de vida

No HSM-CHLN já existe uma consulta para tratar a obesidade há mais de 20 anos, tendo sido reestruturada há cerca de oito a 10 anos. “No início, tratavam-se as mais variadas situações relacionadas com o peso, desde a anorexia e a bulimia nervosa até aos casos de obesidade mórbida. Mas, após a reestruturação das consultas, as doenças do comportamento alimentar ficaram a cargo do Serviço de Psiquiatria, ficando nós com a

responsabilidade de dar resposta à obesidade severa”, esclarece José Camolas.

Apesar de os doentes recebidos na consulta terem, na sua maioria, critérios para virem a realizar a cirurgia bariátrica, José Camolas salienta que o seu trabalho não é só esse. “É preciso tratar a obesidade, permitir que as pessoas saiam desta consulta com um plano personalizado, tendo em vista a melhoria do estado metabólico e da qualidade de vida, independentemente de virem a necessitar de cirurgia.”

E continua. “Existe muito a ideia de que nos devemos centrar na perda de peso, mas esta não pode ser vista de forma isolada. Será que uma pessoa que tem 150 kg e sempre foi obesa precisa de ter como meta um IMC normal? Penso que não é realista.”

O nutricionista relembra que não é fácil seguir um plano nutricional diário e que é preciso olhar para a realidade de cada paciente. “Um dos casos que acompanhei era de uma senhora que praticamente só conseguia levantar-se do sofá para ir para a cama e vice-versa. Esta doente precisava melhorar a mobilidade, mesmo que não conseguisse chegar ao IMC normal.”



Editado pela Just News, o Jornal do XIV Congresso de Nutrição e Alimentação da Associação Portuguesa dos Nutricionistas (APN), distribuído aos participantes do evento, publica uma reportagem sobre a Consulta de Obesidade do Hospital de Santa Maria, que pode ser lida na íntegra (assim como os restantes artigos), em formato e-paper, acessível [aqui](#).