**PREVENÇÃO E CONTROLE DA OBESIDADE - CONHECENDO OS AGRAVANTES**

A obesidade passou a ser denotada como uma problemática de ordem agravante mediante os diversos problemas que vem a acarretar.

Ao longo dos tempos a humanidade em si passou a acompanhar o desenvolvimento tecnólogo, a evolução das máquinas, uma nova forma de trabalhar, de desenvolver suas funções, de se relacionar, mas simplesmente esqueceu-se do autocuidado, desvalorizando uma alimentação saudável, atentando para a saúde de forma unilateral e esquecendo os demais fatores: psicológicos, sociais, além do biológico que envolve a tríade do ser.

Diante da evolução humana poderia se esperar melhorias, conquistas, mas o que se tem é uma população obesa que não associa o fator que é agravante e preocupante: doenças em evidência numa demanda preocupante. Mas o que fazer? É preferível apelar para campanhas que abordem o tema ou até mesmo relatos de quem necessitou urgentemente de uma cirurgia bariátrica por ter recebido o diagnóstico de hipertenso e diabético em alto grau, seria bem sugestivo. Pessoas que acarretam a compulsão pelo comer, associado a não distinção do parar de comer, geralmente, passam por esta medida cirúrgica radical, mas para aquela situação, é necessária.

Quando os profissionais fazem a intervenção a ponto de impedirem medidas drásticas, como o fator cirúrgico, recorrem ao aconselhamento de uma educação que conscientize o indivíduo e, assim, indica a dieta alimentar com os corretos componentes alimentares: carboidratos, proteínas, lipídeos, vitaminas e etc., associando a prática de atividade física como rotina regular. Esse intercâmbio envolve uma equipe multifuncional entre enfermeiros, nutricionistas, psicólogos, endocrinologistas, educador físico, que proporcionam uma intervenção completa diante do cliente/paciente que recorre ao serviço pela sua queixa principal: padrão alimentar inadequado ou desequilibrado, a ponto de necessitar de orientações concretas e efetivar um tratamento concreto, mas com resultados satisfatórios.

Outro ponto a ser destacado é o aumento do número de jovens que, influenciados pela mídia, fazem a dieta errônea de sua alimentar a ponto de acarretar transtornos alimentares graves e gerar sérios agravantes para sua saúde. Vale salientar que a bulimia, a anorexia, a compulsão, levam o indivíduo a esquecer-se de si e do mundo, pensando que através desta medida obterá resultado. A família é peça chave neste processo de recuperação e cuidando necessitando estar alerta a qualquer intercorrência grave que venha a surgir. A observação deve ser constante, pois existe uma vulnerabilidade nesta faixa etária preocupante, sendo este um fator desafiador para a sociedade em si. O jovem por ser influenciável não irá medir esforços para alcançar o top da magreza, “beleza”, tão exigidos atualmente, este é capaz de sacrificar e por em risco sua saúde sem perceber.

A cautela da temática deve ser intensificada em campanhas educativas, suporte da educação em saúde contínua. Enquanto uns estão em obesidade extrema, outros estão em magreza excessiva, drástica e doentia. Os relatos de caso servem como referência e exemplo para aqueles que não compreendem o teor do assunto e a mídia em massa deveria fazer seu papel social, em defesa deste público que está desorientado a ponto de não perceber o caminho que estão seguindo.

O processo de obesidade é gradativo e alguns não percebem que necessitam de ajuda. Há pessoas não despercebidas que se esquecem de, por exemplo, fazer seus exames de rotina, e isto já denota alguém relapso; outro fator é a hereditariedade ou o costume familiar que associado à má informação torna aquele indivíduo propício a ser um futuro obeso, porque de certo foi educado a sempre alimentar-se mal, seguindo o padrão que sua família o dispôs. Mas, se sei que posso agir antes da situação se agravar, por que não faço minha parte neste processo? É algo a se questionar.

Deixar o problema emergir é outro ponto caótico. Se há críticas ou comentários de outro, se alguém tentou alertar e você não deu ouvidos, simplesmente, dia a dia a situação vai se agravando e quando se percebe já é um pouco tarde ou difícil de enfrentar.

O profissional de saúde deve compreender do seu papel mediante o que foi apresentado. Abraçar a causa e agir diante do início da problemática, direcionando para os cuidados e buscando meios de ajudar e contribuir para o bem estar do outro como um todo. Falar de obesidade, em qualquer faixa etária, é traçar o perfil de uma sociedade que ao mesmo tempo em que evolui regride em qualidade de vida, embora haja as exceções, claro, mas os índices poderiam minimizar e não agravar como observamos.

A informação é a base do tratar, direcionar e cuidar como um todo, basta cada um fazer seu papel a começar pela própria vítima do processo de obesidade.