

# OBESIDADE – 10

## ALTERAÇÕES METABÓLICAS DO CORPO HUMANO

### MEDICAMENTOS/SUPLEMENTOS CONHECIDOS POR AUMENTAR O PESO

- Antidepressivo;
- Anti-histamínicos <sup>antialérgicos,</sup>
- Medicamentos para controle do diabetes;
- Medicamentos psicotrópicos;
- Anticoncepcionais;
- Esteróides antiinflamatórios com prednisolona, cortisona, ...;
- A maioria dos remédios para dormir;
- Alguns medicamentos para controlar colesterol e pressão arterial elevada;
- Corante artificial <sup>refrigerantes, suco de fruta em caixinha, bala, ... ;</sup>

### ESFORÇANDO PARA CORPOS IMPOSSÍVEIS ... ISTO É SAUDÁVEL?

#### Insatisfação com seu corpo

- **Conversa de gordo:** conversar frequentemente sobre peso e gordura;
- Frequente entre adolescentes e universitárias;
- É um bom indicador da insatisfação corporal;

#### Correlacionando ... desequilíbrio físico e emocional

- Compulsão alimentar;
- Comer por desequilíbrio emocional;
- Estresse;
- Baixa auto-estima;
- Depressão;
- Uso de controle de peso não-saudável;
- Diminuição da atividade física
- Ganhar peso em até 5 anos;

#### IMPORTANTE

AS DÚVIDAS E PERGUNTAS DEVERÃO SER LEVADAS AO SEU ESPECIALISTA PARA ESCLARECIMENTO.  
As informações disponíveis no site [www.bodytalklondrina.com.br](http://www.bodytalklondrina.com.br) possui caráter informativo e educativo.

Londrina (PR), 28 fevereiro de 2018

*Dr. Luiz Carlos Bertoni*