

# Obesidade preocupa EUA

Número de pessoas com distúrbio leva americanos a investir nas pesquisas

**W**ASHINGTON — Segundo o Instituto Nacional de Saúde (NIH) dos Estados Unidos, existem cerca de 34 milhões de americanos obesos — um entre quatro adultos apresenta o problema. A obesidade, que também é responsável por doenças cardiovasculares, derrames, diabetes e hipertensão, preocupa as autoridades sanitárias americanas, que investem grande quantia de recursos em pesquisas sobre o distúrbio. Especialistas de diferentes centros e universidades revelam os dados já conhecidos.

☐ A pessoa é obesa quando tem 20% acima de seu peso ideal ou quando ultrapassa a tabela de medidas obtida pela proporção peso/altura.

☐ A dieta nem sempre funciona: cerca de 40% das mulheres e 24% dos homens tentam, a toda hora, perder peso; as pessoas conseguem perder 10% ou mais de seu peso com programas de emagreci-

mento, mas podem recuperar dois terços dessa perda em apenas um ano.

☐ Alguns especialistas acreditam que haveria mais de um gene responsável pela obesidade. Já foram identificados pelo menos 12 genes envolvidos na predisposição.

☐ Alguns cientistas suspeitam que o cérebro, através do sistema nervoso central, controla o peso. Experiências em animais de laboratório e estudos sobre áreas lesadas do cérebro humano indicam que um problema no hipotálamo — parte do cérebro que controla os órgãos internos — pode alterar os mecanismos de consumo de comida e de gasto energético.

☐ Há dois tipos de gordura: a gordura intra-abdominal, que se localiza acima dos quadris e mais profundamente ao redor dos órgãos, e a gordura subcutânea, que se deposita embaixo da pele. O primeiro tipo é o mais preocupante porque aumenta o risco de problemas cardíacos.

☐ O corpo da gestante acumula mais gordura abaixo dos quadris, mas os pesquisadores acreditam que esse tipo de gordura não aumenta o risco para doenças cardíacas.

**Podemos perder  
10% ou mais do  
peso com dietas,  
mas podemos  
recuperar até  
dois terços em  
apenas um ano**