

Leve a vida Leve

Programa de controle de obesidade

O programa

A obesidade é um dos principais problemas de saúde pública da sociedade moderna. Uma doença multifatorial crônica, de prevalência crescente que vem adquirindo proporções epidêmicas. Pesquisas recentes indicam que o número de obesos no mundo duplicou nas últimas três décadas e uma das causas do avanço da doença é mudança do comportamento humano. Por estar diretamente relacionada à qualidade de vida das pessoas e propiciar o surgimento de outras doenças, a Life Empresarial Saúde desenvolve o “Viva Leve”, um programa voltado para o combate e controle da obesidade.

Como funciona

A equipe multidisciplinar de Medicina Preventiva da Life Empresarial Saúde promove, para pacientes com diagnóstico de obesidade, avaliações periódicas, equipe médica, nutricional, psicossocial e preparadores físicos, ações de reeducação alimentar, reuniões de grupos e palestras de conscientização para difundir a importância de hábitos saudáveis para os beneficiários da operadora. Os casos identificados que merecem atenção específica são monitorados e encaminhados para atendimento especializado.

Por que as pessoas ficam obesas?

São várias as causas: fatores genéticos, hormonais, excesso de ingestão alimentar, sedentarismo, medicamentos, estresse físico e emocional.

Como identificar a doença

A Organização Mundial da Saúde define o cálculo do índice de massa corpórea (IMC) como um dos parâmetros para realização do seu diagnóstico. O IMC é a razão entre o peso corpóreo em kg e o quadrado da estatura em metros.

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Altura}^2}$$

IMC	CLASSIFICAÇÃO
< 18,5	Baixo peso
18,5 - 24,9	Peso adequado
25,0 - 29,9	Excesso de peso
30,0 - 34,9	Obesidade Grau I
35,0 - 39,9	Obesidade Grau II
Acima de 40	Obesidade Grau III

Complicações da obesidade

- Hipertensão arterial
- Doenças cardiovasculares
- Doenças cérebro-vasculares
- Diabetes Mellitus tipo 2
- Câncer
- Osteoartrose
- Coledocolitíase (“pedra” na vesícula)
- Refluxo gastroesofágico
- Aumento de LDL (“colesterol ruim”)
- Diminuição de HDL (“colesterol bom”)
- Aumento da insulina
- Distúrbios menstruais/Infertilidade
- Apnéia do sono

Como se trata?

O tratamento da obesidade envolve necessariamente a reeducação alimentar, o aumento da atividade física e, eventualmente, o uso de algumas medicações auxiliares. Nos casos de obesidade secundária a outras doenças, o tratamento deve ser dirigido para a causa do distúrbio.

Benefícios para os colaboradores

O principal benefício do Programa Viva Leve é a oportunidade de antecipar o diagnóstico de obesidade e fazer o encaminhamento médico adequado para garantir qualidade de vida.

Benefícios para as empresas

Profissionais mais motivados, dispostos e produtivos e um ambiente de trabalho saudável.

www.lifeempresarialsaude.com.br

Agendamento

Para agendar uma visita entre em contato com o Departamento de Prevenção: prevencao.saude@lifeempresarial.com.br, claudia.gomes@lifeempresarial.com.br ou 11 3525-3764

