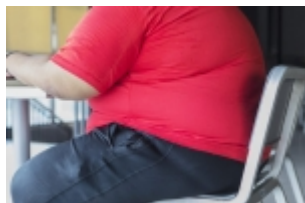


# MAIOR CONSTRANGIMENTO POR EXCESSO DE PESO OCORRE NO AMBIENTE FAMILIAR



*Lojas, consultórios médicos e trabalho vêm em seguida.*

Oito em cada dez pessoas com obesidade já sentiram algum tipo de constrangimento em razão do excesso de peso, sendo que a maioria afirma ser vítima de discriminação pelo menos uma vez ao mês. Levantamento sobre obesidade e gordofobia, realizado pela internet com 3.621 pessoas, das quais 88% tinham excesso de peso, revela que, para 72% dos entrevistados, o ambiente familiar é o mais hostil em relação a episódios de constrangimento por conta do peso.

Feita em fevereiro deste ano pela Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM) e pela Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica (Abeso), a pesquisa identificou que, depois do ambiente familiar, os locais onde pessoas com obesidade sentem mais preconceito são lojas e comércio em geral (65,5%), seguido por situações de discriminação no médico (60,4%) e no trabalho (50,7%).

A endocrinologista Maria Edna de Melo, coordenadora do Departamento de Obesidade da SBEM, disse que o constrangimento e o preconceito não atingem somente as pessoas obesas. *“Quase 70% das pessoas com sobrepeso já relatam ter constrangimento relacionado ao peso. E, à medida que vai aumentando o grau da obesidade, isso vai ficando mais frequente”*.

Para a médica, o que chamou mais atenção na sondagem foi que o principal local de preconceito é a própria casa do paciente. *“Embora no colégio e no trabalho ocorram situações de constrangimento, é dentro de casa que o preconceito é mais frequente. No dia a dia, quando a gente conversa com os pacientes, isso é bem nítido”*.

Dados do Ministério da Saúde informam que, no Brasil, o excesso de peso acomete mais de 60% da população, sendo que cerca de 20% dos adultos já estão com obesidade.

Para minimizar o grande impacto dessa doença na saúde dos brasileiros, a endocrinologista aposta na ampliação do conhecimento sobre o tema e na oferta do cuidado adequado.

*“A pessoas precisam entender a obesidade como uma doença, entender que não é escolha, que as pessoas que têm obesidade buscam, diariamente, melhorar sua alimentação, tentar melhorar sua saúde. Para a população com obesidade, em geral, essa é uma tentativa de todo dia. Se não fosse uma doença, seria fácil. Mas não é. Fica muito difícil controlar o impulso pela comida, porque tem comida em todo lugar”*, afirma a médica.

Ela destacou ainda a necessidade de se entender a complexidade do problema e respeitar as pessoas com essa condição. Segundo a especialista, as pessoas têm uma visão muito fechada quando o tema é obesidade. *“Todo mundo acha que é só fechar a boca e fazer uma caminhada e as*

*peças já têm certeza que sabem tudo a respeito do assunto. Falta humildade para as pessoas estudarem o assunto e empatia para entender que não é um defeito da pessoa nem é falta de vontade”, indicou.*

## **Respeito**

A pesquisa mostra também que, quanto maior é o grau de obesidade, maior a frequência de pessoas que sofrem algum constrangimento diário: 27% das pessoas com grau 3 de obesidade relataram sofrer constrangimentos todos os dias. *“Para algumas pessoas, isso acontece diariamente. Isso é muito ruim, porque piora a obesidade. A pessoa se estressa, se angustia e acaba comendo mais”*. A isso se soma, muitas vezes, o fator genético, reiterou.

Para o Dia de Luta contra a Gordofobia, lembrado no último sábado (10/09), a endocrinologista ressalta a necessidade de respeito. *“A gente precisa respeitar as pessoas independente do seu corpo. Tem que respeitar independente de qualquer coisa. Se é condição da pessoa, não é da nossa conta. Não é a gente que tem que se meter, mas é a própria pessoa que tem de tomar as providências quando e se achar que deve”*.

*“Com empatia, a gente ajuda. Não adianta ser não gordofóbico. Tem que ser antigordofóbico”,* completou.

## **Preconceito**

Para Maria Edna de Melo, o preconceito pode ser um dos fatores que contribui para piorar a obesidade. Quase 30% das pessoas com sobrepeso dizem acreditar serem culpadas por aquela condição e não buscam ajuda profissional.

*“Na realidade, a obesidade é uma doença que sofre influência de diversos fatores como genética, estilo de vida, estresse, existência de outras doenças associadas, alguns tratamentos medicamentosos, além do tipo de alimentação que aquela pessoa segue. Não é uma escolha individual, mas consequência de uma confluência de fatores”,* ressaltou.

A sondagem mostra ainda que 81% das pessoas com obesidade já tentaram perder peso de alguma forma, sendo que 68% o fizeram com ajuda especializada, seja de médicos, nutricionista ou demais especialistas da saúde, e 32% por conta própria.

Dos que tentaram por conta própria, mais da metade (63%) investiu no combo dieta e atividade física. Dentre as pessoas que afirmaram ter tentado perder peso por conta própria, pelo menos 18% declararam ter feito uso de medicamentos sem acompanhamento médico e de artifícios arriscados como substitutos de refeição (‘shakes’), produtos ou medicamentos vendidos na internet, fitoterápicos e chás.

Para Maria Edna, esses números mostram que as pessoas ainda têm resistência a buscar ajuda especializada. Mas, segundo ela, a obesidade, como qualquer outra doença, precisa de tratamento.

O levantamento identificou que apenas 13% das pessoas procuraram ajuda para perder peso no Sistema Único de Saúde (SUS), sendo que 62% delas declararam que não se sentiram confortáveis e acolhidos no atendimento, o que ocorreu com mais frequência entre aqueles com maior grau de obesidade.

*“Isso ressalta outro dado preocupante, que é o preconceito que a pessoa com obesidade sente ao procurar ajuda médica. Precisamos de profissionais mais bem preparados e prontos para atender a essa demanda”, alertou a endocrinologista.*

Uma pessoa apresenta diagnóstico de obesidade quando seu Índice de Massa Corporal (IMC) é maior ou igual a 30 kg/m<sup>2</sup>. A faixa normal varia entre 18,5 e 24,9 kg/m<sup>2</sup>. O IMC é calculado dividindo o peso (em quilos) pela altura ao quadrado (em metros).

Segundo o Ministério da Saúde, a obesidade é um dos principais fatores de risco para várias doenças não transmissíveis, como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, hipertensão, acidente vascular cerebral e várias formas de câncer.

O Dia de Luta Contra a Gordofobia (10/09) foi criado em substituição ao “Dia do Gordo” que, durante muito tempo, foi visto de forma pejorativa. Nos últimos anos, entretanto, a data foi abraçada pela Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia para conscientizar a sociedade sobre a importância do respeito à pessoa com obesidade.

Foto: Divulgação

<https://www.jornalpanfletus.com.br/cp3.masterix.inf.br/noticia/3404/maior-constrangimento-por-excesso-de-peso-ocorre-no-ambiente-familiar-em-02/07/2026-09:14>