

projeto vivermelhor REALIZAÇÃO: **GRUPORAC** PATROCÍNIO: **Amil**

Destacar temas ligados à saúde e ao bem-estar, enfatizando condutas simples que possam promover uma vida muito mais saudável, em todas as idades. Este é o objetivo do *Projeto Viver Melhor*, que o **Correio Popular** trará neste espaço, todos os domingos, de abril a novembro deste ano, em parceria com a **Amil**.

MEDICAÇÃO || CUIDADOS

Fator de risco da obesidade infantil

Estudo revela que uso de antibióticos antes dos 2 anos pode levar a futuros problemas com o peso

Inaê Miranda
DA AGÊNCIA ANHANGUERA
inae.miranda@rac.com.br

O aumento da obesidade tem levado os pesquisadores a buscar explicações para a epidemia que atinge 40% da população dos Estados Unidos e 20% da população brasileira. A mais recente pesquisa americana, divulgada na última semana, sugere que os antibióticos de amplo espectro utilizados mais de quatro vezes antes dos 2 anos podem levar a problemas relacionados ao peso. A medicação é utilizada no tratamento das infecções bacterianas, mas o uso inadequado pode modificar a microflora intestinal. Os especialistas afirmam que o antibiótico é uma droga boa, mas que deve ser usada quando bem indicada.

Especialista, porém, alerta que medicação não é a maior vilã

Os pesquisadores analisaram os dados de 64.580 crianças — coletados entre 2001 e 2013 — tratadas em clínicas de cuidados primários. Mais de dois terços das crianças fizeram uso de antibióticos antes de completarem dois anos. Entre elas, o aumento do risco de desenvolver obesidade infantil foi de 2% a 20% maior do que em crianças que não foram expostas ao tratamento nessa faixa etária. A frequência do uso da medicação e o tipo de antibiótico também foram levados em conta no estudo. A maior propensão de desenvolver a obesidade foi observada nas crianças tratadas pelo menos quatro vezes antes dos dois anos.

Os especialistas do Hospital Infantil da Filadélfia, responsáveis pelo estudo, observaram



A pediatra Mariana Zambon ressalta que o uso de antibióticos pode ser reduzido, mas que os principais problemas são sedentarismo e alimentação

que os antibióticos de amplo espectro — utilizados para combater um maior número de bactérias diferentes — foram responsáveis por aumentar o risco de desenvolvimento da obesidade. O mesmo efeito, segundo ressaltaram, não foi observado nos antibióticos de espectro reduzido. De acordo com os pesquisadores aponta mais um motivo para considerar com mais cuidado o uso de antibiótico e a preferência por medicação de espectro reduzido.

“No nosso intestino nós temos milhões de bactérias, que é o esperado. Quando se com-

para o grupo de bactérias dos gordinhos com o dos não gordinhos, elas são diferentes. E os pesquisadores estão descobrindo que o antibiótico pode causar na alteração na flora intestinal. Como esse microbioma intestinal está relacionado com a obesidade, mudando a flora com o antibiótico você facilita a chance de ter o problema”, explica a médica Mariana Porto Zambon, professora da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) e responsável pelo ambulatório de obesidade da Criança e do Adolescente do Hospital de

Clínicas.

A pediatra ressalta que o antibiótico é uma droga boa, responsável por uma revolução no tratamento das infecções, e que deve ser usada quando bem indicada. “Se a infecção não é grave e você tem o foco da infecção, é importante tratar pontualmente, se possível, com antibiótico de menor espectro, que causa menor alteração na microbiota intestinal. Nos pacientes internados, o médico deve pesar o risco/benefício. Em muitos casos é necessário utilizar os antibióticos de amplo espectro evitando o risco de morte da criança.” O

estudo relaciona ainda o uso precoce de corticoide — outro grupo de medicação — com o aumento do risco de desenvolvimento da obesidade.

De acordo com Mariana Zambon, a pesquisa é importante, mas ela destaca que o antibiótico não é o principal responsável pelo excesso de peso da população. “A obesidade é considerada hoje um problema de saúde pública pelo grande número de pessoas que atinge. E isso acontece porque a população está comendo mais e fazendo menos atividade física. A oferta de alimento é muito maior, especial-

“Como esse microbioma intestinal está relacionado com a obesidade, mudando a flora com o antibiótico você facilita a chance de ter o problema.”

MARIANA PORTO ZAMBON

Médica e professora da Unicamp

mente dos industrializados, ricos em gordura e com alto teor de açúcar. Também temos hoje o que chamamos de hora tela, que é o tempo que passamos na frente do computador, do tablet, videogame, televisão. Esse desequilíbrio entre a oferta de comida maior e a redução do gasto de energia é o que leva à obesidade.”

A médica aponta os principais caminhos para reduzir o excesso de peso na população e nas crianças. “Evitar ou combater a obesidade implica em comer menos e gastar mais energia. Na faixa etária até 5 anos não existe outra conduta. Lógico que esse cuidado envolve a mãe ganhar menos peso na gravidez, a amamentação até os 6 meses, introdução de alimentos naturais, restringir a ingestão de refrigerantes, papas artificiais e evitar o uso de açúcar antes de um ano”, orienta. São algumas mudanças que estão ao acesso de todos e que podem de fato refletir na balança.

— UMA ÓTIMA MANEIRA —
DE BOTAR A OBESIDADE INFANTIL
PARA CORRER
É INCENTIVANDO
= SEUS FILHOS =
A FAZEREM O MESMO.

A Amil entrou na luta contra a obesidade infantil e está ao lado de pais e filhos para que esta epidemia não continue crescendo. É hora de incentivarmos nossas crianças a brincarem, fazerem mais atividades físicas e de termos uma atenção especial com o equilíbrio da sua alimentação. Acesse a página do Movimento Saúde 360 e veja como você pode ajudar seus filhos a serem adultos mais saudáveis.

— VAMOS COMBATER JUNTOS —
A OBESIDADE INFANTIL.

www.portalsaude360.com.br

SAÚDE360 **Amil**