

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

### AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE EMAGRECEDORES POR PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ACADEMIAS DE LAGO DA PEDRA - MA

### EVALUATION OF THE CONSUMPTION OF WEIGHT LOSS SUPPLEMENTS BY PHYSICAL ACTIVITY PRACTITIONERS IN GYMS OF LAGO DA PEDRA - MA

Ana Caroline De Sá Pereira <sup>1</sup>

Francilene Lenes De Freitas<sup>2</sup>

Thiara Lorena Bezerra da Silva Oliveira<sup>3</sup>

#### RESUMO

Na busca de resultados rápidos para emagrecer várias pessoas além de fazerem atividades físicas e consumir uma alimentação balanceada, acabam ingerindo medicamentos para acelerar o processo de perda de peso, os anorexígenos, fitoterápicos e nutracêuticos são os mais usados. Este estudo teve o objetivo de avaliar o consumo de substâncias emagrecedoras por pessoas que frequentam academias no município de Lago da Pedra – MA. Para a construção da estrutura teórica do trabalho além da revisão bibliográfica em artigos, revistas eletrônicas e outras bases de estudos que abordam a temática de medicamentos emagrecedores, realizou-se a aplicação de um formulário em academias situadas no centro do Município de Lago da Pedra – MA. Dentre os medicamentos utilizados pelos participantes estão: Fitoterápicos 30%, anorexígenos 10% e nutracêuticos 20%. Os efeitos adversos provenientes do uso de medicamentos relatados, destacou-se: irritabilidade e alteração de humor. Dos participantes 40% afirmam que já usaram por 6 meses um medicamento para auxiliar na redução do peso, 20% confirmaram que fazem o consumo a menos de um mês. Dos entrevistados 35% confirmaram que notaram efeito dos medicamentos no processo de emagrecimento, já 25% relataram que não obtiveram sucesso com o uso dos medicamentos. Conclui-se que a busca pelo emagrecimento faz parte do dia a dia de grande parcela da população, os medicamentos que ajudam na redução de peso vieram para facilitar esse processo, mas deve-se lembrar que os medicamentos devem ser consumidos após consulta médica, e que uma alimentação saudável e atividade física também são importantes para a manutenção da saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Emagrecedores. Perda de peso. Saúde.

#### ABSTRACT

In the pursuit of rapid weight loss results, many people, in addition to engaging in physical activities and consuming a balanced diet, end up ingesting medications to accelerate the weight loss process. Anorexics, herbal and nutraceutical supplements are the most used. This study aimed to evaluate the consumption of weight loss substances by people who frequent gyms in the municipality of Lago da Pedra - MA. For the construction of the theoretical structure of the work, in addition to the literature review in articles, electronic journals, and other study bases that address the theme of weight loss medications, a form was applied in gyms located in the center of the Municipality of Lago da Pedra - MA. Among the medications used by participants are: Herbal supplements 30%, anorexics 10%, and nutraceuticals 20%. The adverse effects resulting from the use of medications reported include: irritability and mood changes. Of the participants, 40% claim that they have already used a medication to assist in weight reduction for 6 months, 20% confirmed that they have been consuming for less than a month. Of those interviewed, 35% confirmed that they noticed the effect of the medications in the

<sup>1</sup> Acadêmico(a) de Farmácia do Centro de Educação Tecnológica de Teresina – CET.

<sup>2</sup> Acadêmico(a) de Farmácia do Centro de Educação Tecnológica de Teresina – CET.

<sup>3</sup> Prof.<sup>a</sup> Me. Thiara Lorena Bezerra da Silva Oliveira. Mestre em Farmácia pela UFPI.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

weight loss process, while 25% reported that they did not succeed with the use of medications. It is concluded that the pursuit of weight loss is part of the daily life of a large portion of the population. Medications that assist in weight loss came to facilitate this process, but it should be remembered that medications should be consumed after medical consultation, and that a healthy diet and physical activity are also important for maintaining health.

**KEYWORDS:** Weight loss supplements. Weight loss. Health.

### INTRODUÇÃO

(Elementos obrigatórios na Introdução: Objetivo Geral e Específico, Justificativa, Problema)

A obesidade é uma doença que está presente na vida de várias pessoas, para evitar adquiri-la é importante realizar atividades físicas e manter uma alimentação saudável, pois o acúmulo excessivo de gordura corporal traz inúmeros prejuízos à saúde, ocasionando problemas como: dificuldades respiratórias, dislipidemias, doenças cardiovasculares e diabetes, principalmente a do Tipo II e em casos mais graves alguns tipos de câncer (ALVES et al., 2009).

A obesidade é um mal que atinge milhares de pessoas, o sedentarismo e a má alimentação são fatores que causam essa morbidade. O sobrepeso e a obesidade resultam do acúmulo excessivo de tecido adiposo que causam prejuízos à saúde, influenciando no aumento dos problemas cardiovasculares, hipertensão e diabetes (OLIVEIRA et al., 2012).

O sedentarismo, a falta de exercícios físicos, alimentação desequilibrada, são fatores que favorecem o surgimento da obesidade. O aumento do número de pessoas com sobrepeso e obesidade vem se tornando um problema mundial de saúde pública (NETO, 2012).

A abordagem desse tema justifica-se pelo fato de ser um contexto que se relaciona diretamente com o bem-estar do ser humano, pois os medicamentos para serem usados no processo de emagrecimento necessitam de uma prescrição de um profissional, pois sendo consumidos de maneira errada podem causar problemas à saúde da pessoa, tais como: aumento da pressão arterial, alucinações e dependência (PATRICIO, 2013).

De acordo com o processo cada vez mais frequente de pessoas querendo manter a forma, pode-se entender que as principais substâncias utilizadas para emagrecer serão, em ordem decrescente de prevalência, chás, fitoterápicos, medicamentos e suplementos dietéticos. Na ânsia de se obter resultados rápidos na forma física, várias pessoas adotam diversas estratégias para perder peso, praticantes de atividades físicas em academias costumam utilizar algumas substâncias para ter o resultado rápido na perda de gordura corporal, os nutracêuticos, fitoterápicos, anorexígenos, estão entre os emagrecedores usados por uma parcela da população (BAUMNGRATZ, 2013).

Assim este trabalho teve como objetivo geral, avaliar o consumo de substâncias emagrecedoras por pessoas que frequentam academias no município de Lago da Pedra – MA. Com estes objetivos, descreveu-se o perfil das variáveis (sexo e faixa etária) dos participantes da pesquisa e pesquisou-se os efeitos colaterais das substâncias utilizadas como emagrecedores.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

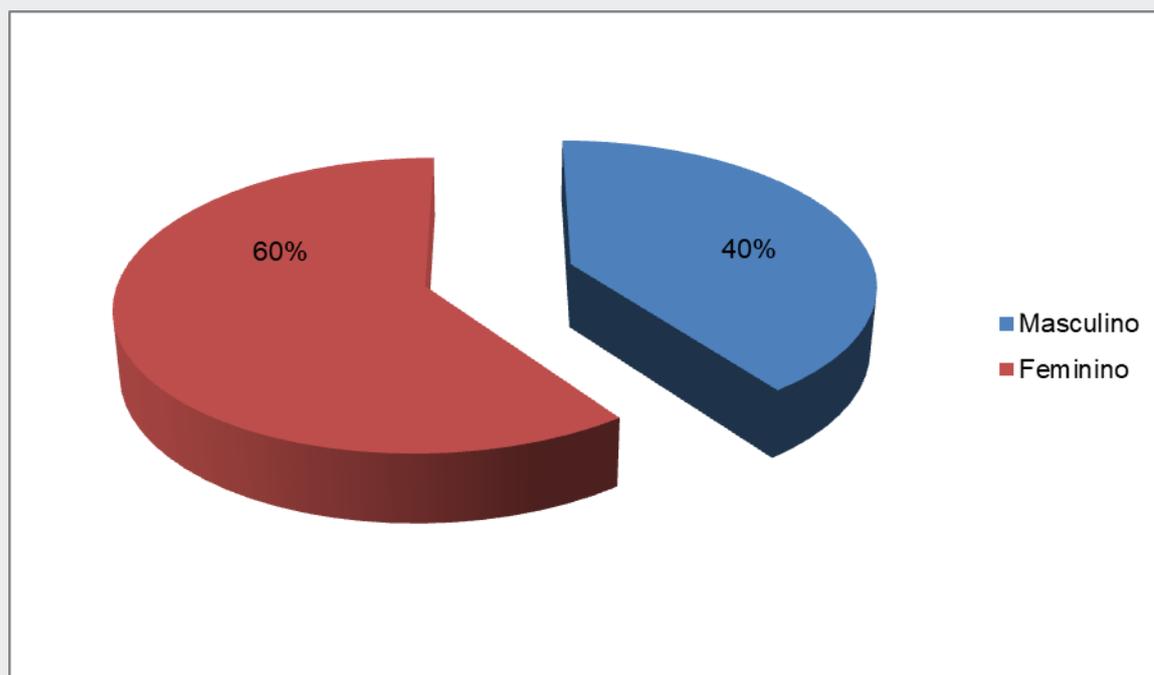
### RESULTADOS E DISCUSSÃO

No gráfico 1 observa-se que a maioria dos entrevistados é do sexo feminino, isso relata a busca pelo padrão estético das mulheres, sempre procurando a busca pelo corpo ideal. Esses dados se assemelham com os de Baumgratz (2013) quando em sua pesquisa a maioria dos entrevistados foi do sexo feminino. Já nos estudos de Camilo (2010) a maioria foi do sexo masculino (55%).

As academias aumentam cada vez mais sua clientela, várias pessoas optam pelos exercícios físicos apenas para melhorar a qualidade de vida, pois faz bem à saúde, já outros veem na academia um ambiente em que possam atingir o padrão estético que sempre desejaram. O público feminino tende a aumentar cada vez mais nas academias, pois a estética é algo sempre cultuado pelas mulheres (CHISSINI et al., 2015).

A maior parte dos usuários de academia mantém a regularidade em treinos semanais, praticando a atividade física e musculação com foco e disciplina. Isso demonstra que as pessoas estão preocupadas com tanto em manter a saúde saudável, como trilhar um caminho com disciplina em busca do corpo perfeito (PATRICIO, 2013).

**Gráfico 1**– Sexo dos entrevistados.



Fonte: Autor próprio (2019).

De acordo com o gráfico 2 a maioria das pessoas que praticam atividade física na academia estão na faixa etária de 18 a 25 anos (50%) demonstrando que muitas pessoas procuram melhorar seu condicionamento físico, a faixa etária de 26 a 30 anos teve uma parcela de 30% dos entrevistados.

As pessoas de 30 anos ou mais anos representam a menor quantidade entre os entrevistados (20%), mas isso é um dado importante, mostrando que as pessoas que estão chegando na velhice estão preocupadas em manter a boa forma e cuidar da saúde.

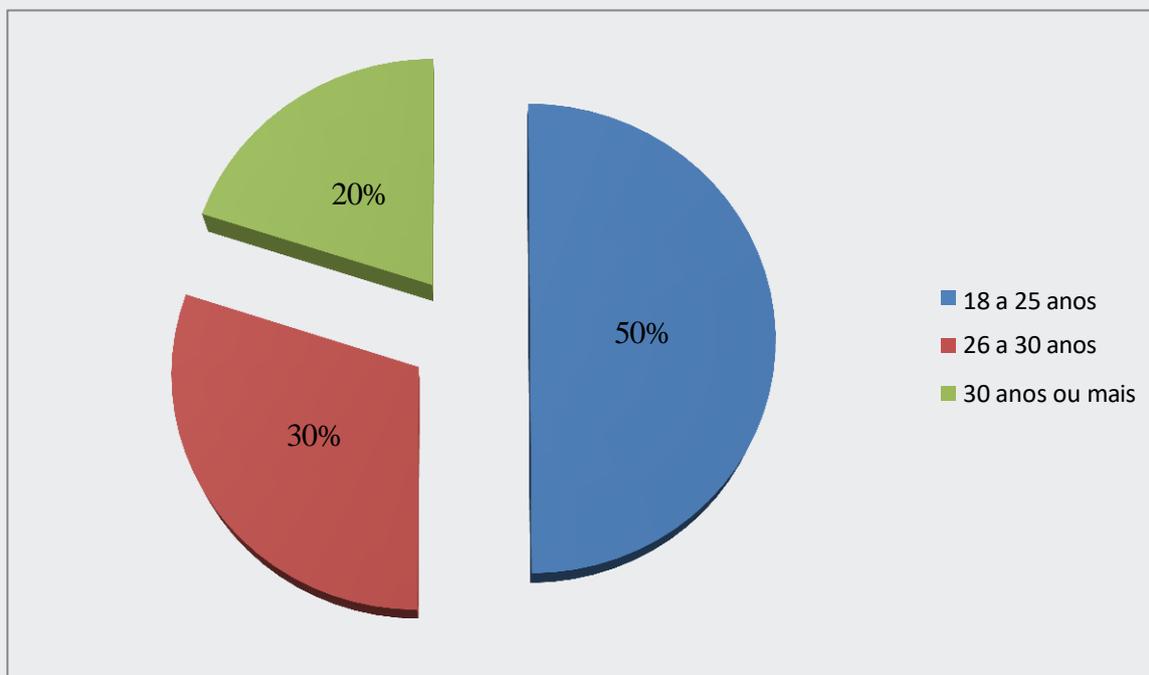
## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

Esses dados se assemelham com os achados de Vieira (2013) que identificou que (60,5%) dos praticantes de atividade física tinham entre 26 a 30 anos. Na pesquisa de Silva (2013) 25% das pessoas estavam na faixa etária de 30 anos em diante.

A pessoa ao praticar exercícios físicos e sair da vida sedentária, acaba diminuindo o risco de contrair doenças cardiovasculares. Uma alimentação saudável e mudanças de hábitos provocam melhoria na saúde e na qualidade de vida (PATRICIO, 2013).

A atividade física ela é importante seja em qualquer idade, pois além de melhorar a condição física, ela evita o surgimento de várias doenças como a diabetes e a hipertensão. Uma atividade física realizada de maneira correta e uma alimentação saudável equilibrada trazem inúmeros benefícios para a vida do ser humano (ENES; SLATER, 2010).

**Gráfico 2** – Faixa etária dos entrevistados



**Fonte:** Autor próprio (2019).

De acordo com o gráfico 3 o objetivo que predominou entre os entrevistados foi o fator estético, onde 50% dos avaliados afirmaram que o que mais lhes motiva para irem a academia é o desejo de chegar ao corpo ideal. Apenas 15% estavam por motivo de saúde e 35% para obterem condicionamento físico.

No estudo de Silva (2013) 25% dos avaliados iam a academia por motivo de saúde. Já no achado de Vieira (2013) 65% tinham o fator estético como principal motivo de estarem praticando musculação e exercícios físicos.

As pessoas de 30 anos ou mais anos representam a menor quantidade entre os entrevistados (20%), mas isso é um dado importante, mostrando que as pessoas que estão chegando na velhice estão preocupadas em manter a boa forma e cuidar da saúde. Esses dados se assemelham com os achados de Vieira (2013) que identificou que (60,5%) dos praticantes de atividade física tinham entre

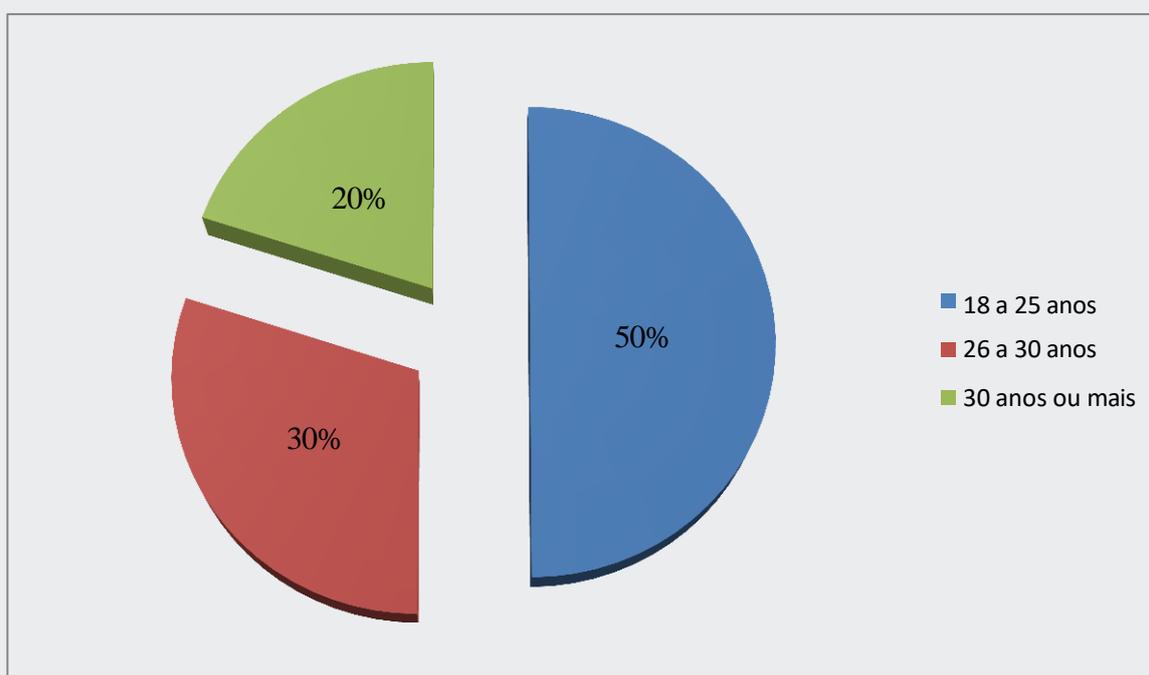
## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

26 a 30 anos. Na pesquisa de Silva (2013) 25% das pessoas estavam na faixa etária de 30 anos em diante.

A pessoa ao praticar exercícios físicos e sair da vida sedentária, acaba diminuindo o risco de contrair doenças cardiovasculares. Uma alimentação saudável e mudanças de hábitos provocam melhoria na saúde e na qualidade de vida (PATRICIO, 2013).

A atividade física ela é importante seja em qualquer idade, pois além de melhorar a condição física, ela evita o surgimento de várias doenças como a diabetes e a hipertensão. Uma atividade física realizada de maneira correta e uma alimentação saudável equilibrada trazem inúmeros benefícios para a vida do ser humano (ENES; SLATER, 2010).

**Gráfico 2 – Faixa etária dos entrevistados**

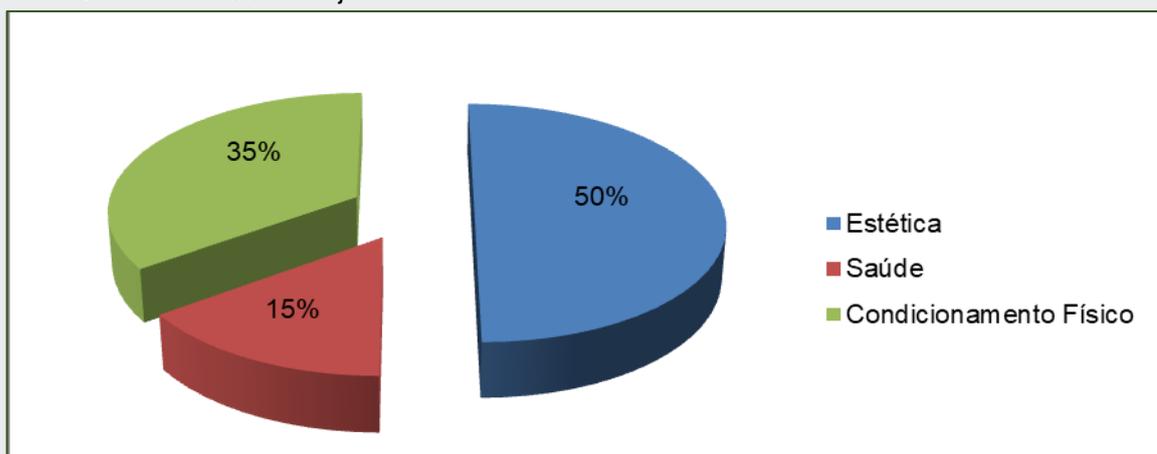


**Fonte:** Autor próprio (2019).

De acordo com o gráfico 3 o objetivo que predominou entre os entrevistados foi o fator estético, onde 50% dos avaliados afirmaram que o que mais lhes motiva para irem a academia é o desejo de chegar ao corpo ideal. Apenas 15% estavam por motivo de saúde e 35% para obterem condicionamento físico.

No estudo de Silva (2013) 25% dos avaliados iam a academia por motivo de saúde. Já no achado de Vieira (2013) 65% tinham o fator estético como principal motivo de estarem praticando musculação e exercícios físicos.

“A prática de exercícios é de extrema importância para a busca do condicionamento físico em geral. Além de melhorar a parte estética ajuda a prevenir o risco de doenças, como: hipertensão arterial, diabetes e obesidade” (MORENO, 2008, p.15).

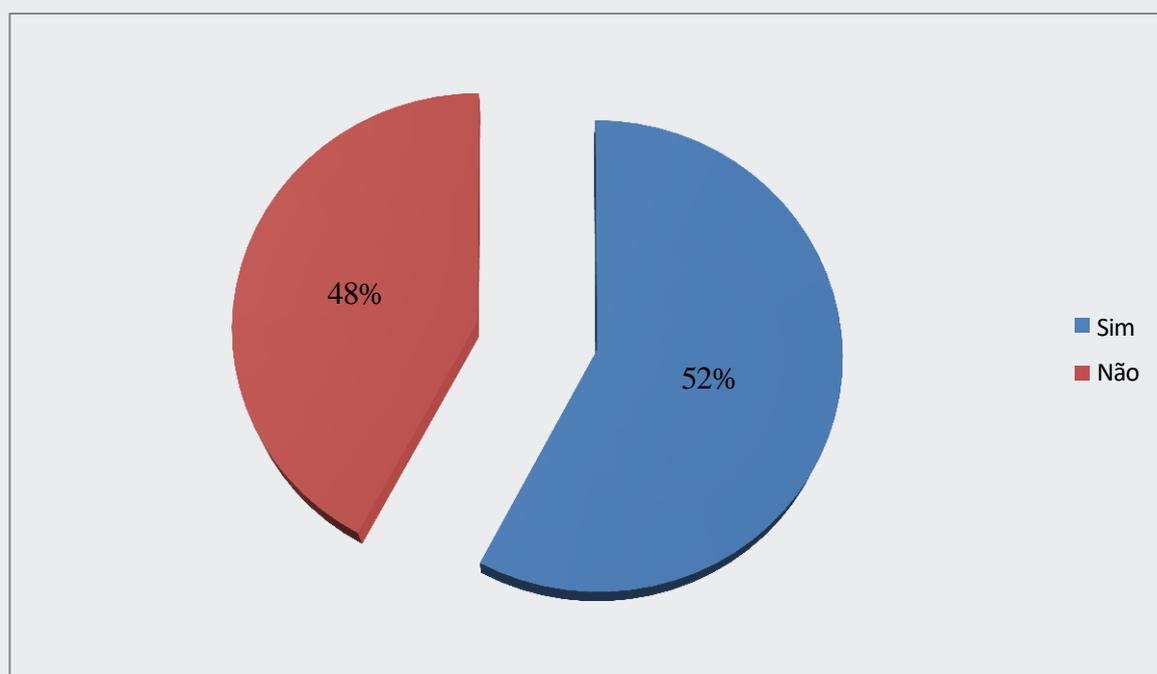
**REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET****Gráfico 3 – Qual o objetivo do treino?**

Fonte: Autor próprio (2019).

Segundo o gráfico 4 os entrevistados, quanto ao fato de se considerarem gordo ou não, 52% afirmaram que estão acima do peso. As outras 48% relataram que estão em um peso adequado.

Este resultado é semelhante ao de Fayhet al., (2012) onde mais de 60% das pessoas se sentem gordas, a ponto de fazerem dietas, motivadas pela indústria da beleza, buscando intensamente o emagrecimento.

É cada vez maior o número de pessoas que utilizam e defende a prática de uma boa alimentação, o equilíbrio alimentar produz uma vida mais longa, com mais saúde, sem a presença de obesidade, sem outros distúrbios que irão comprometer a saúde do ser humano (PENALVA, 2008).

**Gráfico 4 – Você se considera gordo?**

Fonte: Autor próprio (2019).

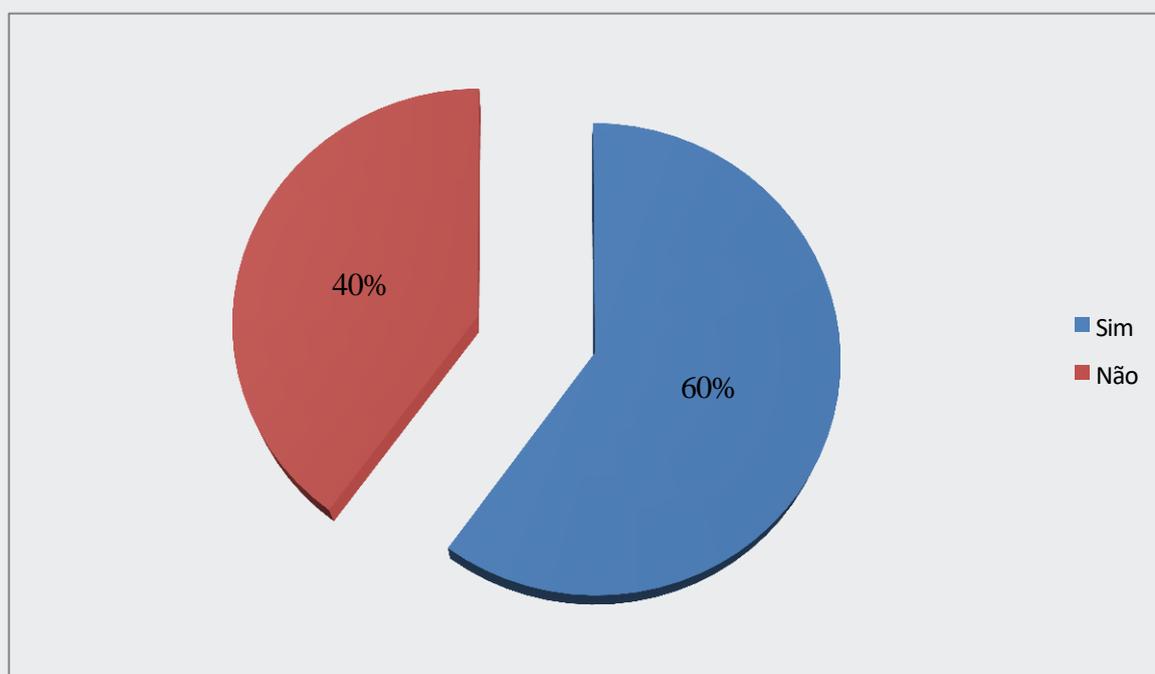
## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

De acordo com o gráfico 5 percebe-se que 60% dos alunos fizeram uso de medicamentos para redução de peso. Afirmaram que só conseguem perder peso tomando medicamentos. Segundo Halpern e Mancini (2006) um medicamento só pode ser considerado eficaz se demonstrar efeito em reduzir o peso corporal dentre outros benefícios.

Os outros 40% pessoas entrevistadas relataram que não precisam de auxílio de medicamentos para emagrecer, acreditam que a atividade física aliada a uma dieta equilibrada ajuda no processo de perda de peso.

O fator emagrecimento está cada vez mais frequente na mente do ser humano, pois um corpo ideal além de melhorar a estética também é sinônimo de saúde. O uso de medicamentos para emagrecer é algo que a cada dia está presente no processo de dietas de muitas pessoas, mas sempre deve ter a orientação médica específica para fazer uso dos emagrecedores (ENES; SLATER, 2010).

**Gráfico 5** – Usa ou já usou medicamento para emagrecer?



**Fonte:** Autor próprio (2019).

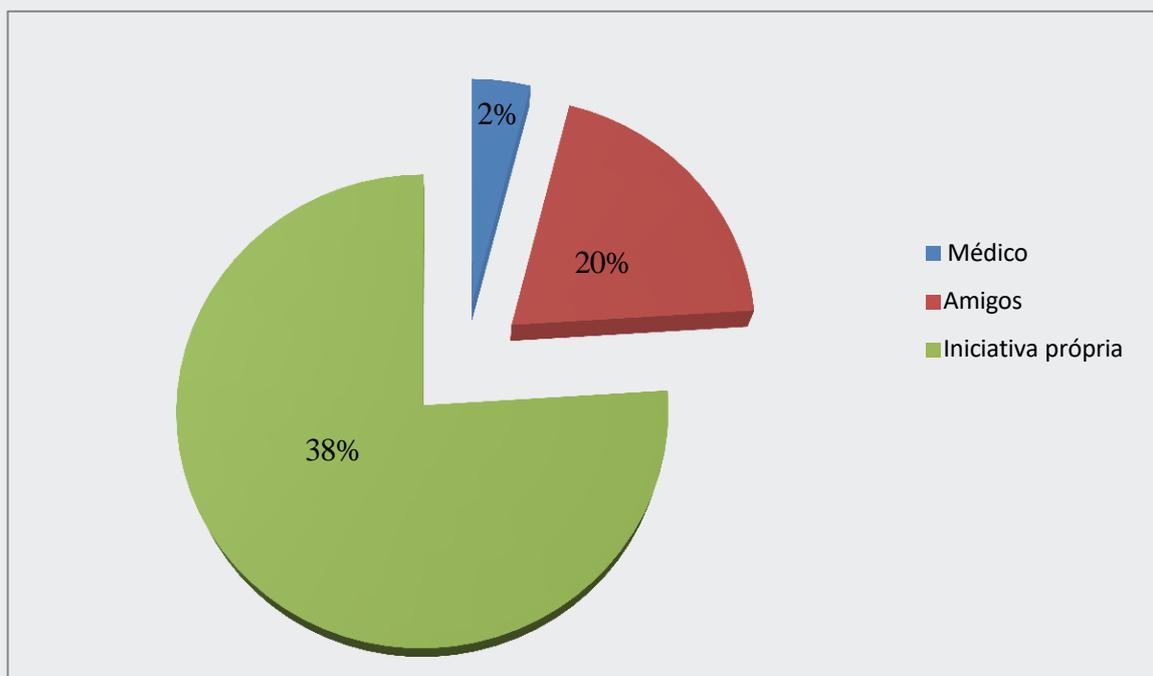
Diante do gráfico 6 nota-se que a maioria dos avaliados (60%) fazem uso de algum medicamento para emagrecer. Dos entrevistados 38% afirmaram que não consultaram um médico antes de começarem a usar o emagrecedor. Outros 20% relataram que amigos indicaram e 2% estão tomando após avaliação médica. Nota-se que grande parte dos entrevistados não buscam a orientação de um profissional para saber se podem fazer uso de tais medicamentos. No estudo de Baumgratz (2013) um percentual de 55% buscou indicações de amigo ou de professor de academia para fazerem uso de suplementos alimentares ou termogênicos.

O uso sem prescrição induzido por amigos, vendedores e professores de academia é cada vez mais frequente. Essa orientação irregular pode causar sérios problemas a saúde do indivíduo. O correto é o profissional prescrever quais medicamentos pode ser inserido no contexto dos treinos físicos (CASTRO, 2013).

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

As conversas com amigos não são as mais aconselháveis para a busca de informações sobre o uso de medicamentos para emagrecer. Não adianta utilizar medicação sem uma mudança de hábito alimentar e a prática de atividade física. Os emagrecedores podem trazer vários efeitos adversos a saúde do ser humano, por isso sem prescrição médica é um perigo tomar (MARCOLIN; SOUZA, 2017).

**Gráfico 6 – Quem indicou o medicamento?**



**Fonte:** Autor próprio (2019).

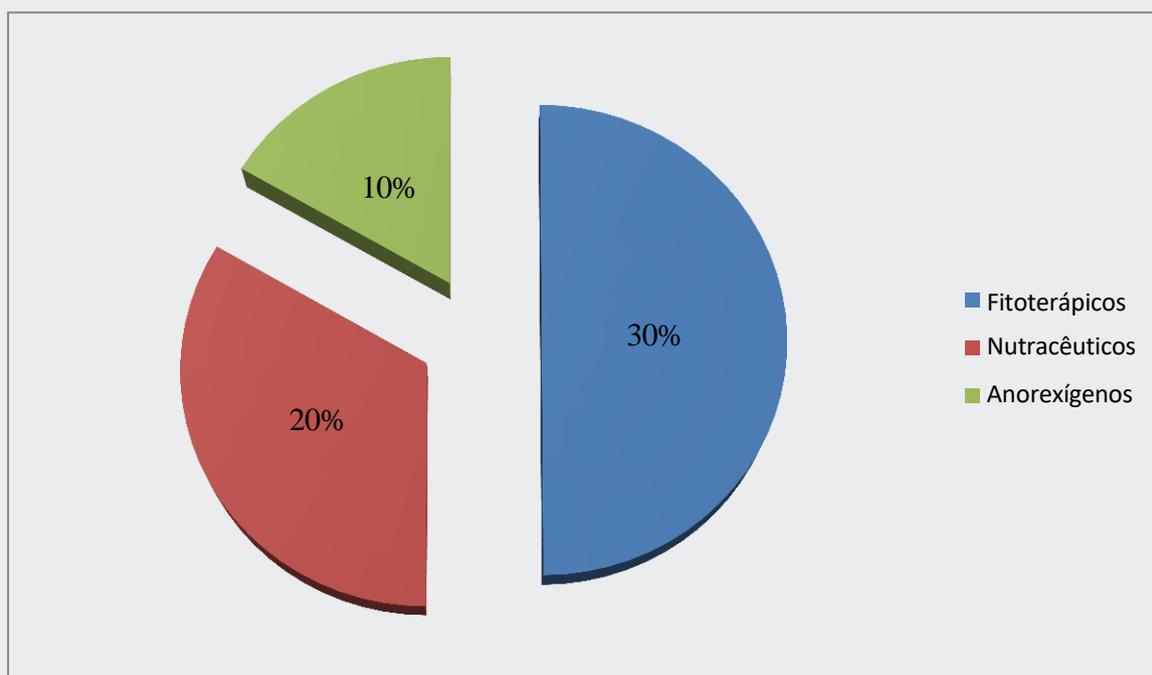
De acordo com o gráfico 7 Os emagrecedores mais utilizados pelos entrevistados ficaram assim: Fitoterápicos 30%, anorexígenos 10% e nutracêuticos 20%, esses dados coincide com alguns produtos citados nos estudos de Patricio (2013) onde o público estudado afirmou consumir 35% de fitoterápicos e 15% de nutracêuticos.

Diante dos resultados do gráfico 7 nota-se que os produtos consumidos infelizmente são consumidos por maior parte dos entrevistados sem nenhuma orientação médica. Esses medicamentos se tornam dependentes na vida de quem os consomem, as pessoas por atitudes obsessivas acabam usando cada vez mais para proporcionar melhorias na parte estética.

A sibutramina e femproporex são as drogas mais utilizadas em todo mundo. De acordo com Carneiro (2008) os medicamentos anorexígenos de maior consumo (58%) são o Desobesi-M, do grupo Femproporex. Esses medicamentos usados de modo errado podem trazer várias consequências negativas para a saúde humana. A probabilidade do aparecimento da dependência, bem como das demais reações provenientes da utilização dessas substâncias, é algo que deve ser alertado pelos médicos ao fazer a prescrição. A dosagem e a duração do tratamento também é algo que deve ser muito bem esclarecido ao paciente (NAHAS, 2010).

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

**Gráfico 7** – Quais substâncias utilizaram ou utiliza para emagrecer?



Segundo o gráfico 8 os sintomas mais comuns apresentados pelo uso de medicamentos para emagrecer são vários, os entrevistados relataram os seguintes efeitos adversos: 10% ansiedade, 15% insônia, 15% irritabilidade, 10% alteração de humor, 10% taquicardia entre outros.

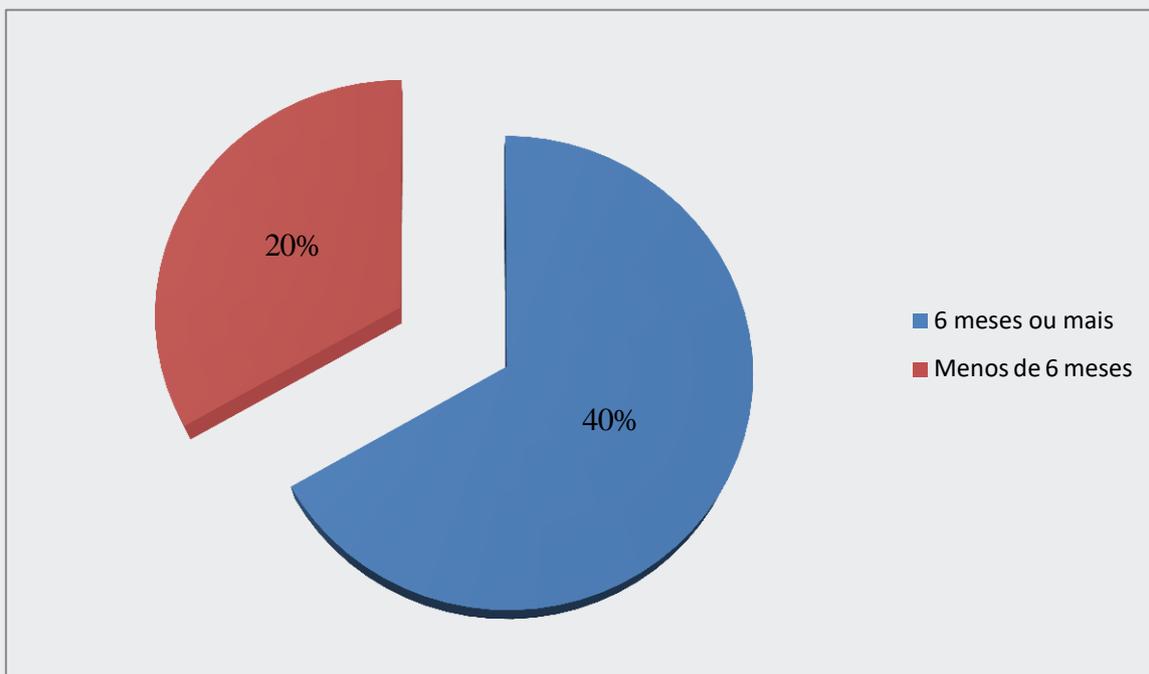
A sibutramina é um exemplo de medicamento que age no sistema nervoso central, elevando a atividade dos neurotransmissores: noradrenalina e serotonina. Essa alteração química aumenta a saciedade e, com isso, a pessoa tende a comer menos, no entanto ele pode aumentar a frequência cardíaca ou a pressão arterial. Por isso é contraindicado em pacientes hipertensos (PIOVEZAN, 2015).

Na maioria das vezes o medicamento para perda de peso tende a ser uma ajuda. O problema começa quando não é utilizado da forma adequada ou é oriundo de vendas sem receituário médico, frequentemente sob a ilusão do remédio para emagrecer rápido (MORAES et al., 2009).

O gráfico 9 apresenta o tempo de uso de medicamentos por parte dos entrevistados, 40% afirmam que já usam por 6 meses um medicamento para auxiliar na redução do peso, 20% confirmaram que a menos de um mês estão fazendo o uso de emagrecedores.

Apesar de parecer um benefício, os medicamentos para emagrecer na maioria das vezes possuem uma capacidade ilusória, já que acaba com o fim do efeito da droga, levando o usuário a extrapolar os reais limites do corpo, o que acaba sendo nocivo para a saúde. Além disso, o usuário entra em depressão e busca novas doses da droga para voltar a ter um aumento da sua capacidade de autoconfiança (MANCINI; HALPERN, 2006).

Visto que o consumo desregrado de medicamentos para emagrecer, tem sido uma alternativa muito procurada na atualidade por pessoas que querem perder peso, mas que não possuem o entendimento da funcionalidade do medicamento e de seus riscos. Com o padrão de beleza sendo o magro, esbelto, as pessoas procuram de todas as formas fazerem parte desse círculo. O modo escolhido para se conquistar esse objetivo, pode ser o regime, os exercícios ou até mesmo usando medicamentos sem prescrição médica (COSTA et al., 2012).

**REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET****Gráfico 9 – Usa o medicamento a quanto tempo?**

**Fonte:** Autor próprio (2019).

O gráfico 10 questiona aos entrevistados se o uso dos medicamentos emagrecedores tem causado efeito no processo de emagrecimento. Dos 60% entrevistados que afirmaram fazer uso de algum tipo de emagrecedor, 35% confirmaram que notaram efeito dos medicamentos no processo de emagrecimento, já 25% relataram que não obtiveram sucesso com o uso dos medicamentos.

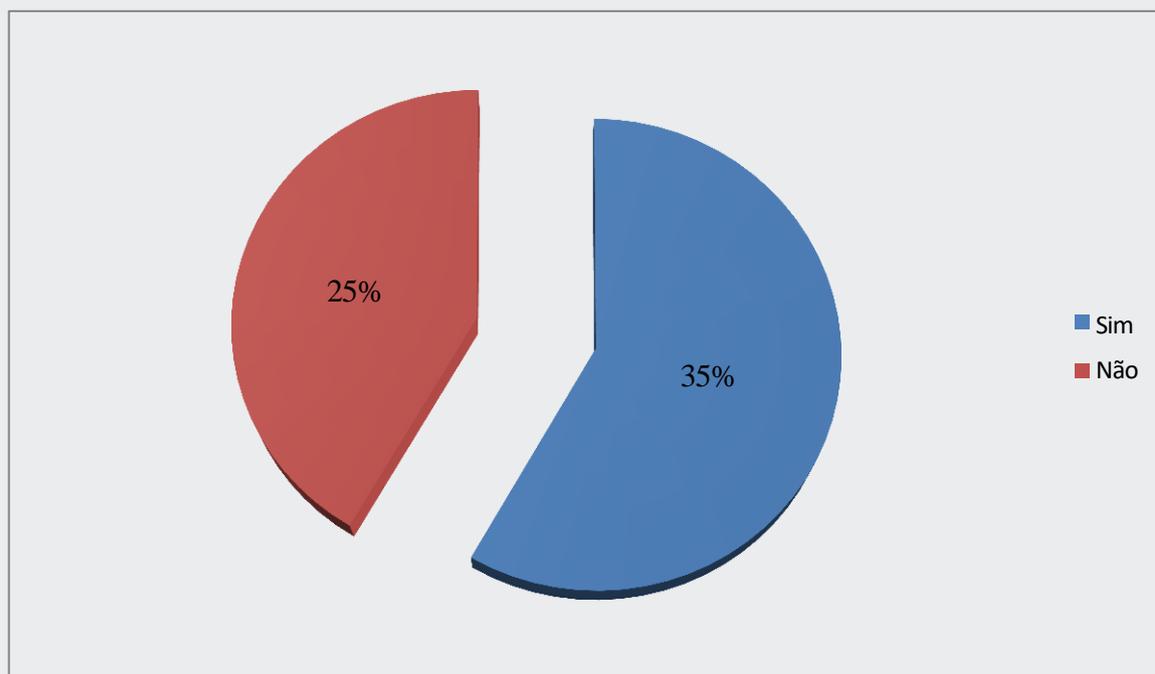
A prática regular de atividade física é a maneira mais natural para melhorar a circulação sanguínea, fortalecer o sistema imunológico e emagrecer. Esses benefícios podem ser alcançados logo, se manter constante a atividade física regular, sem a necessidade do uso de medicamentos emagrecedores (CHISSINI et al., 2015).

Os medicamentos para emagrecer não são rápidos e milagrosos, a obsessão para atingir esse ideal de beleza, ter um corpo magro é um meio que muitos requerem pois acreditam que uma pessoa com o peso acima do ideal é excluída da sociedade. Por isso a busca incessante por resultados imediatos, e a utilização de medicamentos que inibem o apetite.

O perigo mora justamente quando isso não é feito mediante acompanhamento profissional e segue prescrição própria de forma indiscriminada (AMORIM, 2012).

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

**Gráfico 10** – O objetivo do tratamento com o medicamento foi atingido?



**Fonte:** Autor próprio (2019).

O processo de emagrecimento é algo almejado por várias pessoas do mundo e muitos além da atividade física e de uma alimentação equilibrada, acabam optando pelo uso de medicamentos pra emagrecer, mas sempre deve haver o cuidado do uso desses medicamentos, pois sem prescrição podem causar danos a saúde (FERREIRA; WANDERLEY, 2010).

### **MÉTODO (procedimentos/Técnicas aplicados na pesquisa)**

Para a construção da estrutura teórica do trabalho, foi realizada uma pesquisa bibliográfica, onde se buscou informações em livros, artigos, revistas eletrônicas e outras bases de estudos que abordam o tema consumo de emagrecedores. Alguns autores, como: Petermann (2011), Patricio (2013), Camilo (2010), dentre outros, contribuíram na fundamentação teórica do respectivo estudo. Também realizou-se uma pesquisa de campo de caráter quantitativo, onde foi aplicado um formulário aos praticantes de atividades físicas em academias de Lago da Pedra - MA.

Os dados da pesquisa foram coletados através da observação e aplicação de um formulário em academias situadas no centro do Município de Lago da Pedra – MA. A população-alvo foi composta por 100 praticantes de atividades físicas em academias, cuja amostra de estudo foi do tipo não probabilística ou de conveniência. A pesquisa foi realizada no período de abril a maio de 2019. Durante a entrevista após colher as informações de quais medicamentos emagrecedores eram utilizados pelos participantes, realizou-se a classificação deles em relação a classe aos quais estavam inseridos, no caso se eram nutracêutico, fitoterápicos e anorexígenos.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

Um Termo de Solicitação de Pesquisa de Campo foi direcionado ao (à) gerente da academia, a fim de obtermos a autorização da pesquisa de campo. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi composto por um formulário com questões abertas e fechadas, com o objetivo de obter informações referentes ao consumo de medicamentos para emagrecer.

Para a realização da pesquisa de campo foi utilizado o termo de consentimento livre esclarecido (TCLE), na qual os participantes da pesquisa autorizaram o uso das informações colhidas através de instrumento de coleta de dados para fim de estudo científico. Os dados obtidos através da pesquisa foram expostos no trabalho por meio de gráficos.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Entende-se que o emagrecimento é algo que faz bem tanto para a saúde como para autoestima do ser humano, mas esse processo feito sem uma orientação médica pode trazer sérios problemas, pois o uso de medicamentos sem prescrição ao invés de trazer benefícios, pode ser um gerador de malefícios a pessoa. Por isso é necessário entender se todos os sacrifícios valem a pena em nome de um padrão de beleza determinado pela sociedade, pois alguns fatores adversos provindo de uma obsessão em emagrecer podem prejudicar bastante a saúde.

Conclui-se que a utilização indevida de medicamentos para emagrecer pode vir a causar reações adversas graves nos consumidores. O uso indiscriminado desses medicamentos é algo que gera grande preocupação. A mistura de substâncias pode acarretar sintomas físicos e psíquicos sérios. Se a pessoa tiver qualquer predisposição para uma determinada doença a mesma pode ser desencadeada em função dos medicamentos.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

### REFERÊNCIAS

Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Medicamentos fitoterápicos**. Brasília –DF, 2004.

ANVISA, Agência de Vigilância Sanitária. **Sibutramina e remédios para emagrecer**: entenda. 2011. Disponível em: <[http://portal.anvisa.gov.br/rss//asset\\_publisher/Zk4q6UQCj9Pn/content/id/3423550](http://portal.anvisa.gov.br/rss//asset_publisher/Zk4q6UQCj9Pn/content/id/3423550)>. Acesso em: 10 de set. 2019.

ALVES, D et al. **Cultura e imagem corporal**. V.5. São Paulo: Motricidade, 2009.

AMORIM, B.M. **Os Discursos sobre Alimentação Saudável: Um Estudo de Caso Com os Participantes do Programa Floripa Ativa do Bairro Córrego Grande**. 2012. 71f. Monografia - Curso de Ciências Sociais da UFSC, Santa Catarina, 2012.

AZEVEDO, F.R; BRITO, B.C. **Influência das variáveis nutricionais e da obesidade sobre a saúde e o metabolismo**. V.58. São Paulo: Revista Associação Medicina Brasileira, 2012.

BAUMGRATZ, L. F. **Uso de Suplementação Alimentar por Alunos de uma Academia de Novo Hamburgo-Rs**. Rio Grande do Sul: Feevale, 2013.

BARROSO, T.A; MARTINS, L.B; ALVES, R; GONÇALVES, A.C.S; BARROSO, S.G; ROCHA, G.S. **Associação entre a Obesidade Central e a Incidência de doenças e fatores de Risco Cardiovascular**. Universidade Federal Fluminense, Niterói, RJ. 2017.

BERLEZE, L. Termogênicos: **Um ponto de partida para o desenvolvimento de novos fármacos anti obesidade**. 2013. 43 f. Trabalho de conclusão de curso. – Faculdade de Farmácia, Universidade federal do Rio Grande do Sul, 2013. Disponível em: < <http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/152796/000904987.pdf?sequence=1>> Acesso em: 09 de set.. 2019.

CAMILO, D. F. et al. **Obesity and Asthma: Association or Coincidence?**. v.86. Riode Janeiro: Jornal de Pediatria, 2010.

CARNEIRO, M F.; GUERRA JÚNIOR A.; ACURCIO, F. de A. **Prescrição, Dispensação e Regulação do Consumo de psicotrópicos anorexígenos em Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil**. Rio de Janeiro: Caderno de Saúde Pública 2008.

COSTA, R.F; SANTOS, N.S; GOLDRAICH, N.P; BARSKI, T.F; ANDRADE, K.S; KRUEL, L.F.M. **Síndrome metabólica em adolescentes obesos: comparação entre três diferentes critérios diagnósticos**. Rio de Janeiro: 2012.

CORRÊA, E. C. M.; DOS SANTOS, J. M.; RIBEIRO, P. L. B. **Uso De Fitoterápicos No Tratamento Da Obesidade: Uma Revisão de Literatura**. 2012. 25p. Trabalho de conclusão de curso - Pós Graduação de Nutrição Clínica e Esportiva. Goiás: Pontifícia Universidade Católica de Goiás, 2012.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

CHISSINI, R.B.C; OLIVEIRA, C.L; GIANNINI, D.T; KUSCHNIR, M.C. **Obesidade na infância e adolescência: associação da inflamação e resistência à insulina com alterações metabólicas.** Rio de Revista HUPE, 2015.

ENES, C.C; SLATER, B. **Obesidade na Adolescência e seus principais fatores determinantes.** São Paulo: RevBrasEpidemiol, 2010.

FERNANDES, et al. **Excesso de Peso e Consumo Alimentar de Adultos.** Recife: Revenferm UFPE online, 2016.

FERREIRA, E.N; WANDERLEY, E.N. **Obesidade: uma perspectiva plural.** São Paulo: Ciência & Saúde Coletiva, 2010.

GUIMARÃES, S.S. **Cuidados com a Obesidade, Promoção de Qualidade de Vida e Formação Profissional.** São Paulo, Congresso Cole: 2009.

GOZZOLINO, S. **Nutracêuticos? O que Significa.** São Paulo: Abeso, 2012.

MANENTI, A.V. **Plantas Medicinais utilizadas no Tratamento da Obesidade:** uma revisão. 83p. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado para obtenção do Grau de Bacharel no Curso de Nutrição da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC. 2012.

MANCINI, M. C.; HALPERN, A. **Pharmacological treatment of obesity.** São Paulo: Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia, 2006.

MARTINS, M.C.C; RICARTE, I.F; ROCHA, C.H.L; MAIA, R.B; SILVA, V.B; VERAS, A.B; FILHO, M.D.S. **Pressão arterial, excesso de peso e nível de atividade física em estudantes de Universidade Pública.** Piauí: ArqBrasCardiol, 2010.

MARCOLIN, D.R; SOUZA, A.C. **Síndrome Metabólica: como os hábitos afetam a saúde.** Brasília, 2017.

MORAES, et al. **Prevalência de síndrome metabólica em adolescentes: uma revisão sistemática.** Rio de Janeiro: Cad. Saúde Pública, 2009.

MORENO, Rachel. **Beleza impossível - Mulher, mídia e consumo.** São Paulo: Editora Agora, 2008.  
NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida:** conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 5. ed. Londrina: rev. atual. Midiograf, 2010.

NETO, T. **A participação nas aulas de educação física no ensino médio: Motivações intrínsecas e extrínsecas.** Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul Porto Alegre, 2012.

OLDRA, F. **Avaliação do uso de medicamentos para o controle de peso por estudantes universitários de Erechim.** Rio Grande do Sul: Monografia de TCC, 2008.

OLIVEIRA, A. L. S. et al. **Avaliação da Qualidade de Amostras de Senna Alexandrina Miller comercializadas em Três Estabelecimentos de Feira de Santana, Bahia.** vol. 2. Bahia: Exatas Online, 2012.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

OLIVEIRA, I. C.; CORDEIRO, P. B. M. H. **Os Fitoterápicos como Coadjuvantes no Tratamento da Obesidade**. Rio de Janeiro: Revista Cadernos UNIFOA, 2013.

PATRICIO, J. B. **A Influência da Mídia na Academia: Reflexos no Cotidiano de Praticantes de Exercícios Físicos**. 2013. 70f. Trabalho de Conclusão de Curso - Universidade do Extremo Sul Catarinense, Santa Catarina, 2013.

PENALVA, D.Q.F. **Síndrome metabólica: diagnóstico e tratamento**. São Paulo: RevMed, 2008.  
PETERMANN, A.P.M. et al. **Armazém da Saúde: Caderno de Orientações**. Rio de Janeiro: INCA, 2011.

PIOVEZAN, Stefhanie. **Mulheres relatam experiências com sibutramina após desabafo de mãe**. São Paulo: Caderno de Notícias, 2015.

RAMOS, S.A. **Contribuição da obesidade isolada ou associada à síndrome metabólica sobre fatores de risco tradicionais e emergentes para doença coronariana**. Belo Horizonte: Faculdade de Farmácia da UFMG, 2011.

REZENDE, F.A.C., ROSADO, L.E.F.P.L., RIBEIRO, R.C.L., VIDIGAL, F.C., VASQUES, A.C.J., BONARD, I.S., CARVALHO, C. R. **Índice de Massa Corporal e Circunferência Abdominal: Associação com Fatores de Risco Cardiovascular**. São Paulo: Arquivos Brasileiros de Cardiologia, 2006.

SABA, F. **Mexa-se: atividade física, saúde e bem-estar**. São Paulo: Phorte, 2008.

SIMÃO, A. A. **Composição Química, eficácia e toxicidade de Plantas Medicinais utilizadas no tratamento da Obesidade**. São Paulo: Tese - Programa de pós- graduação em Agroquímica. Universidade Federal de Lavras, 2013.

SILVA, C.B. **Prevalência e Tratamento dos Fatores de Risco da Obesidade e Síndrome Metabólica**. São Paulo - Presidente Prudente, 2010.

SILVA, M. C., CAMPESATTO, M, E. A. **Avaliação do uso de Anorexígenos por Acadêmicas de uma Instituição de Ensino Superior em Maringá, PR**. Paraná - Umuarama, 2008.

SILVA, I. B. B. **A Satisfação com a Imagem Corporal de Indivíduos Praticantes de Musculação em uma Academia na Cidade de Lauro Muller-SC**. Criciúma: Universidade do Extremo Sul Catarinense, 2013.

SILVA, Jenny.; SOUZA, Hudson W. O.; SANTOS NETO, M. **A importância do profissional farmacêutico no combate à automedicação no Brasil**. São Paulo: Revista Eletrônica de Farmácia, 2008.

SILVEIRA, E. F. SILVA, M. C. **Conhecimento sobre atividade física dos estudantes de uma cidade do sul do Brasil**. São Paulo: Motriz, 2011.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

TEIXEIRA, G. S. *et al.* **Plantas Medicinais, Fitoterápicos ou Nutracêuticos Utilizados no controle da Obesidade.** São Paulo: Flovet, 2014.

VIEIRA, P. A. Uso de Suplemento Alimentar por Praticantes de Diferentes Atividades nas Academias de Ginástica e Musculação da Zona Central.