



Amanda Maria Villa Real Martins

FATORES ASSOCIADOS AO REGANHO DE PESO PÓS CIRURGIA BARIÁTRICA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Banca Examinadora da
Universidade Presidente Antônio Carlos,
como exigência parcial para obtenção do
título de Bacharel em Nutrição

Juiz de Fora
2022
Amanda Maria Villa Real Martins

FATORES ASSOCIADOS AO REGANHO DE PESO PÓS CIRURGIA BARIÁTRICA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Banca Examinadora da
Universidade Presidente Antônio Carlos,
como exigência parcial para obtenção do
título de Bacharel em Nutrição.
Orientadora: Me. Arianne de Oliveira
Gomes

Juiz de Fora
2022
Amanda Maria Villa Real Martins

FATORES ASSOCIADOS AO REGANHO DE PESO PÓS CIRURGIA BARIÁTRICA

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. _____

Prof. Ms. _____

Prof. Dr. _____

FATORES ASSOCIADOS AO REGANHO DE PESO PÓS CIRURGIA BARIÁTRICA

FACTORS ASSOCIATED WITH WEIGHT GAIN AFTER BARIATRIC SURGERY

AMANDA MARIA VILLA REAL MARTINS¹, ARIANE DE OLIVEIRA GOMES²

Resumo

Introdução: A obesidade é considerada um problema de saúde pública por se tratar de uma doença crônica que está diretamente envolvida no alto índice de mortalidade e, principalmente no aumento de algumas comorbidades. Para amenizar a taxa de mortalidade de pessoas obesas e controlar ou combater algumas das enfermidades causadas pela obesidade, a cirurgia bariátrica tem sido indicada como um tratamento para almejar a perda de peso. A cirurgia bariátrica é renomeada como “redução de estômago”, pois tem a função de alterar a forma original do órgão e diminuir a sua capacidade de receber alimentos. Desse modo, os indivíduos que optam por fazer a cirurgia precisam ter conhecimento sobre a mudança de hábitos de vida, porém, algumas pessoas não seguem o acompanhamento da equipe multidisciplinar e reganham peso no período de 2 a 5 anos após a cirurgia. **Objetivo:** Revisar sobre a incidência e os fatores de risco de reganho de peso após o procedimento cirúrgico, conhecido como cirurgia bariátrica. **Métodos:** Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica e análise crítica de trabalhos pesquisados eletronicamente, por meio do banco de dados Scielo, Google Acadêmico, Pub Med, livros e dissertações. Foram selecionados trabalhos da literatura médica portuguesa, publicados no período de 2012 a 2022. **Revisão de Literatura:** Como a obesidade tem sido considerada um problema de saúde pública por ser uma doença crônica com alto índice de mortalidade, a cirurgia bariátrica é apontada como um tratamento duradouro que auxilia a perda de peso, reduzindo a taxa de obesidade na população. Porém, a ausência de informações e esclarecimento aos indivíduos operados, levam ao reganho de peso em um curto período pós cirurgia. Para que isso não ocorra, é importante que a equipe multidisciplinar (médico cirurgião, médico endocrinologista, psicólogo e nutricionista) alega o quão importante é o acompanhamento após o procedimento cirúrgico, para que os pacientes tenham consciência de que o abandono ao tratamento gera consequências a sua qualidade de vida. **Considerações Finais:** O desenvolvimento do presente estudo possibilitou uma análise do reganho de peso dos indivíduos que fizeram cirurgia bariátrica e a ausência do acompanhamento com a equipe multidisciplinar e, principalmente nutricional, levaram a esses indivíduos ao aumento de peso.

Descritores: nutrição na bariátrica. dieta na cirurgia bariátrica. reganho de peso na cirurgia bariátrica. acompanhamento nutricional pós cirurgia bariátrica. cirurgia bariátrica e sua equipe multidisciplinar.

¹ Acadêmico do Curso de Nutrição da Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC – Juiz de Fora – MG

² Nutricionista, Professora do Curso de Nutrição da Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC, mestre

Abstract

Introduction: Obesity is considered a public health problem because it is a chronic disease that is directly involved in the high mortality rate and, mainly, in the increase of some comorbidities. To alleviate the mortality rate of obese people and to control or combat some of the diseases caused by obesity, bariatric surgery has been indicated as a treatment to aim for weight loss. Bariatric surgery is renamed as "stomach reduction", as it has the function of changing the original shape of the organ and decreasing its ability to receive food. Thus, individuals who choose to undergo surgery need to be aware of the change in lifestyle habits, however, some people do not follow the follow-up of the multidisciplinary team and regain weight in the period of 2 to 5 years after surgery. **Objective:** To review the incidence and risk factors of weight regain after a surgical procedure, known as bariatric surgery. **Methods:** This is a study of literature review and critical analysis of works researched electronically, through the Scielo database, Google Scholar, Pub Med, books and dissertations. Works from the Portuguese medical literature, published from 2012 to 2022, were selected. **Literature Review:** As obesity has been considered a public health problem as it is a chronic disease with a high mortality rate, bariatric surgery is identified as a lasting treatment that helps weight loss, reducing the obesity rate in the population. However, the lack of information and clarification to the operated individuals, lead to weight regain in a short period after surgery. So that this does not happen, it is important that the multidisciplinary team (surgeon, endocrinologist, psychologist and nutritionist) claims how important the follow-up is after the surgical procedure, so that patients are aware that abandoning treatment has consequences for their quality of life. **Final Considerations:** The development of the present study made it possible to analyze the weight regain of individuals who underwent bariatric surgery and the absence of follow-up with the multidisciplinary team, and especially nutritional, led these individuals to weight gain. In addition, the work also presented solutions to help patients avoid weight gain after bariatric surgery.

Keywords: bariatric nutrition. diet in bariatric surgery. weight regain in bariatric surgery. nutritional follow-up after bariatric surgery. bariatric surgery and its multidisciplinary team.

INTRODUÇÃO

A obesidade tem surgido como um problema de saúde pública por se tratar de uma doença crônica que está relacionada à alta taxa de mortalidade. Além disso, a obesidade também está associada ao aumento das taxas de comorbidades, ou seja, os indivíduos obesos graves apresentam doenças, como diabetes, hipertensão arterial sistêmica, doença cardiovascular, doenças pulmonares, além de ter uma qualidade de vida prejudicada. Neste contexto, a cirurgia bariátrica tem sido apontada como um tratamento para alcançar perda de peso adequada.¹

A cirurgia bariátrica ficou conhecida como “redução de estômago”, pois altera a forma original do órgão e reduz sua capacidade de receber alimentos. Essa cirurgia é

indicada para tratar indivíduos com obesidade grave. Essa cirurgia possui vários métodos, mas os mais conhecidos são o *by-pass* e o *sleeve*. O primeiro método é o mais utilizado, inclusive sendo o mais praticado pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e consiste em reduzir o estômago com cortes ou grampos onde é feita uma alteração no intestino para reconectá-lo a parte do estômago que irá permanecer funcional. Já o segundo método, consiste em retirar parte do estômago sem alterar o intestino e é recomendado para indivíduos que possuem quadro de obesidade menos severa.¹

A realização da cirurgia bariátrica tem sido considerada o método mais eficaz para tratar a obesidade, porém alguns pacientes reganham peso após um período de 2 a 5 anos pós o procedimento cirúrgico. A atuação do nutricionista no pré e pós-operatório bariátrico é importante para preparar e auxiliar o paciente a perder peso de forma saudável e corrigir as deficiências nutricionais e melhorar a qualidade de vida.² O reganho de peso é um desafio enfrentado pelos cirurgiões e pela equipe multiprofissional dos pacientes já submetidos ao procedimento cirúrgico. Alguns fatores podem estar envolvidos nesse reganho de peso, como o abandono ao tratamento, o sedentarismo, os maus hábitos alimentares, a presença de distúrbios psicológicos, como a ansiedade e a depressão, e os fatores socioeconômicos.³

Diante disso, é preciso compreender de modo subjetivo os fatores que levam a pessoa a se submeter a uma cirurgia bariátrica, como ela percebe o reganho de peso, como ela lida com o reganho de peso e como imagina-se no futuro quanto ao seu peso.⁴

O objetivo do presente estudo foi revisar sobre a incidência e os fatores de risco de reganho de peso após o procedimento cirúrgico, conhecido como cirurgia bariátrica.

MÉTODOS

Esta pesquisa referiu-se a um estudo de revisão bibliográfica e análise crítica de trabalhos pesquisados eletronicamente por meio do banco de dados Scielo, Google Acadêmico, Pub Med, livros e dissertações. Foram selecionados trabalhos da literatura médica inglesa e portuguesa, publicados no período de 2012 a 2022.

REVISÃO DE LITERATURA

A obesidade tem sido considerado um problema de saúde pública por se tratar de uma doença crônica, a qual está relacionada à alta taxa de morbimortalidade. Osobrepeso e obesidade vêm aumentando nos últimos anos e de acordo com o Ministério da Saúde foi realizada uma abordagem quantitativa na análise dos índices de sobrepeso na população adulta (dos 19 ao 59 anos) e demonstrou que desde 2014 verificou-se que 50% (sendo considerado o maior valor) dos adultos obesos encontram-se entre os países do continente americano.¹⁰

Os principais pilares para o tratamento da obesidade são a orientação dietética ou dietoterápica e a prática de atividade física, porém, nos casos graves de obesidade mórbida, o tratamento convencional não produz resultados satisfatórios em um curto período de tempo e, com isso a cirurgia bariátrica tem sido apontada como o melhor tratamento para alcançar a perda de peso adequada e duradora. Conforme a Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabólica (SBCBM), os principais objetivos da cirurgia são melhorar a qualidade de vida do paciente, reduzir o peso e as complicações da doença. Sendo assim, a perda de peso não pode ser o único parâmetro adotado para avaliar os resultados do tratamento cirúrgico. A seleção dos candidatos à cirurgia bariátrica é crítica e exige meses de acompanhamento, através de uma equipe multiprofissional, que deve incluir o psicólogo, o nutricionista, o endocrinologista, o cardiologista, o pneumologista e médico cirurgião.¹¹

Depois do procedimento, os pacientes necessitam de um controle assíduo, para que ocorra a perda de peso e a melhora das comorbidades, tanto na parte do estado metabólico quanto na parte nutricional, visto que na ausência e/ou ineficiência do acompanhamento pós-operatório, torna-se presente o risco de desenvolver desnutrição ou ainda, o reganho de peso.¹¹

Entretanto, um certo reganho ponderal de peso ocorre a partir de dois anos após a cirurgia. Diversos fatores são apontados como precursores para a ocorrência de reganho ponderal nos pacientes pós cirurgia bariátrica, tais como hábitos alimentares inadequados, dilatação da bolsa gástrica, redução da atividade física e adaptações hormonais, os quais podem explicar a importância do conhecimento prévio desses fatores, a fim de esclarecer ao indivíduo os riscos e períodos críticos de possível recuperação de peso, além da possibilidade de retorno das doenças decorrentes deste processo.⁵

Os pacientes após um ano da cirurgia de *bypass* gástrico (o método mais comum), considerou como reganho de peso significativo em relação ao peso perdido.

Além disso, os estudos buscaram identificar as causas comportamentais do reaparecimento de peso nestes pacientes e encontrou como resultado o aumento dos impulsos alimentares e preocupações com comportamentos viciantes, como uso de álcool ou drogas. Além do mais, a recuperação do peso ocorreu em grande parte dos pacientes, podendo ser estimado um valor acima de 20% em relação ao peso pré-operatório nos primeiros quatro anos após a cirurgia e os fatores ligados a esse reganho nesse período de tempo são de origem psicológicos e fisiológicos. Já o reganho nos pacientes após cinco anos de cirurgia estão presentes o sedentarismo, o mau hábito alimentar e a ausência de atividades físicas.⁶

O comparecimento irregular e escasso dos indivíduos aos especialistas da equipe no período pós-operatório tem sido relevante para o surgimento da recuperação de peso, já que o acompanhamento nutricional é de extrema importância nas duas etapas da cirurgia bariátrica. No pré operatório o acompanhamento nutricional auxilia na mudanças dos hábitos alimentares, fazendo uma reeducação alimentar nos pacientes, de modo que ele não sofra com as mudanças aderidas pela cirurgia.¹⁰

A cirurgia bariátrica requer modificações significativas no estilo de vida, seja pela mudança no comportamento alimentar, pela introdução da suplementação, pela introdução do exercício físico ou pelo longo acompanhamento multidisciplinar pós cirúrgico, sendo essencial um grande esforço e adesão terapêutica pós-operatória para que o processo resulte em sucesso permanente. O reconhecimento e aceitação dos cuidados do processo cirúrgico compreende um conjunto de ações que podem ajudar na eficácia da cirurgia, são eles: continuar com os acompanhamentos mensais aos especialistas da equipe, adotar hábitos saudáveis de vida (reeducação alimentar, práticas de atividade física regular, prevenção ao consumo de álcool e tabaco).¹¹

Diante disso, o acompanhamento nutricional no pós-operatório da cirurgia bariátrica visa também favorecer a identificação e a intervenção precoce na perda de peso insuficiente ou no reaparecimento de peso, contribuindo favoravelmente para o tratamento cirúrgico. A baixa persistência às consultas nutricionais no pré-operatório representa um fator de risco para o reganho de peso, sendo necessário uma abordagem multidisciplinar, com associação de diversos tratamentos, envolvendo profissionais das áreas de medicina, nutrição, educação física e psicologia. Uma questão de extrema relevância é a prevenção do abandono das instruções pós cirúrgicas, quando o paciente acredita que todos os seus problemas estão resolvidos e abdicam por vontade própria abandonar o acompanhamento pós cirurgia.⁶

Consequentemente esses cuidados geram um comportamento ativo por parte de quem adere e, dessa forma, os cuidados pós-operatórios tornam-se bastante eficientes. Porém, a dificuldade de o paciente usar a medicação prescrita, de seguir a dieta ou de modificar seu estilo de vida de acordo com as orientações da equipe multidisciplinar é considerado um problema enfrentados pelos profissionais de saúde, pois acarreta no surgimento de peso e pode trazer complicações na saúde dos pacientes.¹¹

Os pacientes que optam pela cirurgia bariátrica depositam no procedimento a “cura da obesidade” e falsamente acreditam que a cirurgia irá alcançar a expectativa desenvolvida e trazer as mudanças comportamentais necessárias para manter a perda de peso. A cirurgia bariátrica não é garantia de sucesso e vários cuidados pós-operatórios são de extrema importância para a perda de peso. O suporte social é necessário para esses indivíduos, uma vez que é um processo que envolve interações com outras pessoas e que facilita o enfrentamento do estresse e outros estímulos aversivos. O suporte social acelera o processo de recuperação e facilita a aceitação para os acompanhamentos aos especialistas. Além disso, a presença de apoio social, estimulam os pacientes a melhorarem e manterem sua qualidade de vida, promovendo a sua saúde.⁷

Os pacientes que realizam um preparo pré-operatório adequado, entendendo todo o processo pelo qual irão passar e possuindo o apoio familiar, apresentam uma evolução pós-operatório mais benéfica que aqueles que não têm esse suporte e não seguem aquilo que lhes foi proposto e acabam pulando etapas, surgindo maior incidência de complicações principalmente em relação a adaptação à dieta.⁸

Para que o reganho de peso pós cirurgia seja ineficaz é necessária a conscientização dos indivíduos em relação ao seu comportamento, para que não sejam vinculados aos comportamentos inadequados, evitando assim o reganho de peso no pós-operatório tardio. Além disso, é de extrema importância informar os indivíduos que não são considerados aptos para a realização da cirurgia bariátrica sobre o ganho de peso inapropriado, pois 20 % desses candidatos engordam ainda mais para se enquadrar nos discernimentos para concretização da cirurgia.¹⁴ Desse modo, os hábitos permanecem inadequados após a cirurgia, o qual demonstra que o reganho de peso pode estar relacionado com o consumo de líquidos altamente calóricos, maior ingestão de carboidratos e o aumento progressivo da ingestão calórica (compulsão alimentar) apresentada por pacientes no pós-operatório. Em outros estudos a presença

da atividade física é ausente quando o indivíduo está mais distante da cirurgia e também mais próximo da perda de peso desejada, fazendo com que o isso ajude no reganho de peso. Porém é a partir desse momento que concluem que o consumo alimentar pode ser o vilão desse ganho de peso pós-cirúrgico. Portanto, independentemente dos fatores fisiológicos há que se monitorar o comportamento e a dieta, para direcionar o manejo e controle clínico, na vigência de reganho de peso.⁹

O acompanhamento nutricional é de extrema importância para ajudar os pacientes a manter práticas alimentares saudáveis, evitando reganho de peso após a cirurgia. É observado que os pacientes que apresentaram reganho de peso não tiveram acompanhamento nutricional antes e após a cirurgia. As orientações nutricionais visa garantir a qualidade da dieta, as quais são baseadas nos dez passos para uma alimentação saudável, material educativo produzido pelo Ministério da Saúde. Mesmo tendo sido submetido à cirurgia de obesidade, após dois anos de cirurgia e com o aumento da capacidade gástrica, é possível que as porções não sejam muito restritas e a qualidade da dieta pode ser baseada nestas recomendações. Isto auxiliará na manutenção de peso ou para pequena redução ponderal, nos casos de reganho de peso tardio.⁹

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenvolvimento do presente estudo possibilitou uma análise do reganho de peso dos indivíduos que fizeram cirurgia bariátrica. Nesse sentido, foi encontrado fatores que levaram a esses pacientes a tal situação, como a ausência de acompanhamento com a equipe multidisciplinar e, principalmente nutricional, os quais estão envolvidos de modo direto no reganho de peso. Além disso, o estudo também apresentou soluções para ajudar os pacientes a evitar o ganho de peso após a cirurgia bariátrica.

REFERÊNCIAS

- 1- Menezes RP, Nascimento TKS. Reganho de Peso Pós – Cirurgia Bariátrica: Revisão Bibliográfica. Fortaleza: Centro Universitário Faculdade Metropolitana da Grande Fortaleza; 2020.

- 2- Caldeira TPD. Fatores associados ao Reganho de Peso Após Cirurgia Bariátrica. São José do Rio Preto: Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto; 2018.
- 3- Nery MA, Câmara VJ, Silveira MS. Reganho de Peso Pós Cirurgia Bariátrica. Uma Revisão de Literatura. Revista Ciência. 2020; (11): 410 – 52.
- 4- Kortchmar E, Merighi MAB, Conz CA, Jesus MCP, Oliveira DM. Reganho de peso após a cirurgia bariátrica: um enfoque da fenomenologia social. Acta Paulista de Enfermagem. 2018; 31(4): 417 – 22.
- 5- Bastos ECL, Barboza EMNG, Soriano GMS, Santos EA, Vasconcelos SML. Fatores determinantes do Reganho Ponderal no Pós Operatório de Cirurgia Bariátrica. Arquivos Brasileiros da Cirurgia Digestiva. 2013; 26(1): 26 – 32.
- 6- Rodrigues MA, Seidl EMF. Apoio Social e Reganho de Peso Pós Cirurgia Bariátrica: Estudo de Caso sobre Intervenção com Cuidador. Instituto de Psicologia da Universidade de Brasília. Temas em Psicologia. 2015; 23(4): 1003 – 1016.
- 7- Sousa MEMD. Cirurgia Bariátrica: causas do reganho de peso no pós operatório. Brasília: Centro Universitário de Brasília – UNICEUB. Faculdade de Ciências da Educação e Saúde; 2014.
- 8- Pereira BPA. Manual de orientações nutricionais para pacientes com reganho de peso que fizeram cirurgia bariátrica. Brasília: Universidade de Brasília. Faculdade de Ciências da Saúde; 2013.
- 9- Hamoui K. Reganho de peso após a cirurgia bariátrica: estratégias para evita-lo. Revista Saúde. 2014.
- 10- Gonçalves SJBG. Adesão ao pós operatório em cirurgia bariátrica: análise sistemática da literatura brasileira. Psicologia Argumento. 2020.
- 11- Araújo BN, Galina D, Cantele AB, Lopes S, Ramos AI, Trentin P. Cirurgia Bariátrica em Adultos: A Importância da Orientação Multiprofissional no Período Pós – Operatório. Revista Uningá. 2018; 55(4): 12 – 7.