

# OBESIDADE E QUALIDADE DE VIDA

M. PAES DA SILVA, Z. JORGE, A. DOMINGUES, E. LACERDA NOBRE,  
P. CHAMBEL, J. JÁCOME DE CASTRO

Serviço de Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo. Hospital Militar Principal. Lisboa

## RESUMO

A obesidade é considerada um dos problemas de saúde pública mais relevante nas sociedades modernas, na medida em que constitui um factor de risco preponderante para o desenvolvimento de diversas doenças.

O impacto negativo da obesidade na qualidade de vida dos indivíduos tem sido alvo de diversas investigações. Na Universidade de Goteborg, na Suécia, foi realizado um estudo, cujos resultados sugerem que a obesidade grave é um factor debilitante para a saúde e funcionamento psicossocial. Uma investigação levada a cabo em Madrid, permitiu identificar um perfil de pacientes obesos com pior qualidade de vida, o que possibilitou considerar uma intervenção profiláctica ou tratamento antecipado face a estes casos. Os resultados dum estudo realizado nos E.U.A, mostram que a dor parece ter uma relação directa com a qualidade de vida, e que poderá ser considerada uma covariante da obesidade, devendo ser tida em conta nos tratamentos de obesidade. Em Oxford, foi realizado um estudo em que se concluiu que os sujeitos obesos ou com outra doença crónica apresentavam uma degradação do bem-estar físico, porém apenas os sujeitos com outra doença crónica (sem obesidade associada) apresentavam deterioração do bem-estar psicológico.

A maioria dos estudos sugerem a influência negativa da obesidade e do excesso de peso no estado de saúde e funcionamento psicossocial, não sendo possível, no entanto, definir de forma clara uma relação linear entre a obesidade e a diminuição da qualidade de vida.

*Palavras Chave: Obesidade, Qualidade, Bem-estar, Psicológico.*

## SUMMARY

### OBESITY AND QUALITY OF LIFE

Obesity is considered one of the most relevant health problems of modern societies, as it constitutes a predominant risk factor in the development of various other diseases. The negative impact of obesity on the quality of life of individuals has been the subject of diverse research. The results of a test carried out at Gothenburg University in Sweden suggest that severe obesity is a debilitating factor both for health and psychosocial functioning. Research carried out in Madrid permitted identification of a profile of obese patients with impaired quality of life, which has enabled prophylactic intervention or early treatment of these cases to be considered. The results of a study carried out in the USA propose that pain would appear to be directly related with quality of life and could be considered a covariant of obesity, and should therefore be taken into account in obesity treatments. A study carried out in Oxford concluded that obese subjects or subjects with another chronic disease presented a deterioration in physical wellbeing, however only subjects with another chronic disease (without associated obesity) presented a deterioration in psychological wellbeing.

The majority of studies suggest the negative influence of obesity and overweight on health and psychosocial functioning, however it is not possible to clearly define a linear relation between obesity and diminished quality of life.

*Key Words: Obesity, Quality, Well-being, Psychologic*

A obesidade constitui um dos maiores problemas de saúde das sociedades ocidentais, associando-se a um aumento da prevalência da diabetes, hipertensão, dislipidemia, hiperuricemia e litíase da vesícula<sup>1-3</sup>.

Embora a existência de uma relação linear entre obesidade e mortalidade permaneça envolta em alguma controvérsia, alguns estudos têm vindo a demonstrar que a obesidade se associa a um aumento significativo da morbidade e mortalidade global e cardiovascular, quer no sexo feminino, quer no sexo masculino<sup>4</sup>.

Nos últimos anos, tem aumentado o consenso entre os vários profissionais de saúde de que a obesidade surge como causa, não só de desequilíbrios bioquímicos e de doenças físicas, mas também de sintomatologia e perturbações psicológicas e, naturalmente, de dificuldades a nível da adaptação social<sup>5</sup>.

O impacto negativo da obesidade na qualidade de vida dos indivíduos, tem sido amplamente investigado em diversos estudos. *Qualidade de Vida* é definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como, “um conceito alargado que é afectado de uma forma complexa pela saúde física, estado psicológico, nível de independência e relações sociais da pessoa, e a relação com as características salientes do respectivo meio” (WHOQOL Group, 1993)<sup>6</sup>.

Do ponto de vista físico, a obesidade associa-se, não só ao aumento da prevalência de algumas doenças, mas também a um aumento dos níveis de dor (com síndromes de dor crónica, nalguns casos) e aos níveis de mortalidade e morbidade somática e, também psicológica.

A nível psicológico, a alteração da imagem corporal provocada pelo aumento de peso poderá provocar uma desvalorização da auto-imagem e do auto-conceito, no obeso, diminuindo a sua auto-estima. Em consequência disto, poderão surgir sintomas depressivos e ansiosos, uma diminuição da sensação de bem-estar e um aumento da sensação de inadequação social, com uma consequente degradação da performance relacional<sup>7</sup>.

No enquadramento social das sociedades actuais, a beleza física é muito valorizada e surge intrinsecamente ligada a um ideal de corpo magro, firme e esbel-

to. Como tal, isto produz, no obeso, uma pressão social incómoda e uma sensação de inadequação perante os padrões sociais vigentes, que poderá provocar dificuldades relacionais e, muitas vezes, um evitamento do contacto social e da realização de algumas tarefas quotidianas indispensáveis, que requerem contactos sociais. Esta sensação de inadequação acompanhada de sentimentos de menos valia e de uma fuga ao social, veiculada pelo isolamento, está muitas vezes na origem de sintomas depressivos e de dificuldades relacionais, quer de carácter sócio-profissional, quer de carácter familiar.

Foi realizado no Sahlgrenska Hospital da Universidade de Goteborg, na Suécia, um estudo comparativo para avaliação do estado de saúde e funcionamento psicossocial numa população de 1743 obesos, 800 homens (IMC  $\geq$  34Kg/m<sup>2</sup>) e 943 mulheres (IMC  $\geq$  38Kg/m<sup>2</sup>), em comparação com um grupo de controlo constituído por população saudável com peso normal e com um outro grupo constituído por doentes crónicos. Concluiu-se que, de um modo geral, os obesos apresentavam um estado de saúde debilitado e uma diminuição do bom humor, sendo estas perturbações mais graves nas mulheres do que nos homens; a ansiedade e/ou a depressão e a morbidade psiquiátrica tinham maior grau de incidência nos obesos, sendo as mulheres as mais afectadas; a sensação de bem-estar psicológico era menor nos obesos, do que nos doentes com artrite reumatóide, ou com cancro. Para além disto, observou-se que a morbidade somática e psiquiátrica prévia é decisiva para a saúde e para o funcionamento psicológico nos obesos. A inactividade física foi o factor de risco proeminente, tendo o número de tentativas de dieta e a imagem corporal uma correlação positiva com o aumento de peso<sup>8</sup>. Os resultados deste estudo sugerem, de forma convincente, que a obesidade grave é um factor debilitante para a saúde e funcionamento psicossocial.

Uma investigação sobre a relação entre a qualidade de vida, a saúde e a obesidade, num Centro de Saúde em Madrid, teve como objectivo avaliar a associação entre a obesidade e dois aspectos relacionados com a qualidade de vida: a auto-percepção do estado de saúde e o bem-estar psicológico. Foram estudados 167 pacientes obesos, com idades compreendidas entre os 20 e os 70 anos, com recurso a dois questionários (Nottingham Health Profile - NHP e Psychological

General Well-being - PGWB). Após o estudo da população, foi identificado um perfil de pacientes obesos com pior qualidade de vida, constituído por mulheres, com idade superior a 50 anos, com baixo grau de escolaridade, portadoras de patologia psiquiátrica ou osteoartrites. Consideraram, por isto, que seria proveitosa uma intervenção profiláctica ou tratamento antecipado face a estes casos<sup>9</sup>.

Num outro estudo realizado na Johns Hopkins University School of Medicine, nos EUA, procurou-se avaliar a dor no obeso e o seu impacto na qualidade de vida. À amostra constituída por 312 indivíduos a realizarem tratamento para perda de peso, com supervisão médica, foi aplicado o questionário SF-36 (Medical Outcomes Study Short-Form Health Survey) e foram realizadas várias avaliações clínicas, considerando, também, dados socio-demográficos. De acordo com os dados obtidos neste estudo, os níveis de dor parecem ter uma relação directa com a qualidade de vida; cerca de 50% dos obesos em estudo apresentava um nível de dor pelo menos moderada, propondo-se que a dor seja considerada uma covariante da obesidade e deva ser considerada no delineamento e desenvolvimento de tratamentos de obesidade<sup>10</sup>.

Doll HA et al, da University of Oxford, realizaram uma investigação, em 2000, com o objectivo de clarificar a associação entre obesidade e qualidade de vida, explorando a associação entre bem-estar físico e emocional em relação à obesidade e à presença de outra doença crónica. Entre os resultados obtidos destacam-se os seguintes: o bem-estar físico, mas não emocional, deteriorava-se marcadamente com o aumento do grau de excesso de peso, em sujeitos obesos, sem outra doença crónica; por outro lado, os sujeitos com doença crónica sem obesidade associada, apresentavam uma degradação, quer do bem-estar físico, quer do bem-estar emocional; no que se refere aos sujeitos com doença crónica e com obesidade associada, apresentavam uma deterioração do bem-estar físico, mas não do bem-estar emocional<sup>11</sup>.

Apesar da maior parte dos estudos confirmarem a influência negativa da obesidade e do excesso de peso no estado de saúde, com expressão quer a nível do bem-estar físico, quer do bem-estar emocional e psicossocial, provocando, por isso uma degradação a nível da qualidade de vida dos indivíduos, não pode-

mos, de forma clara, definir a existência de uma relação linear entre a obesidade e a diminuição da qualidade de vida. Destaca-se a importância da realização de um maior número de investigações nesta área, aonde seria relevante a realização de uma investigação desta relação em Portugal, aonde foram publicados em 2000, os resultados de um estudo epidemiológico a nível nacional, que mostraram que 35% da população adulta portuguesa tem excesso de peso e 14,4% obesidade<sup>12</sup>. Para além disto, também o aumento alarmante do excesso de peso e obesidade no jovem<sup>13</sup>, no nosso país, parecem justificar o lançamento de projectos tendentes ao melhor conhecimento destas patologias e à promoção de medidas dirigidas ao seu combate.

#### BIBLIOGRAFIA

1. VAN LIALIE TB: Health implication of overweight and obesity in the United States. *Ann Int Med.* 1985; 103: 983-8.
2. GARFINKEL L: Overweight and Cancer. *Ann Int Med.* 1985; 103: 1047-52.
3. KLUTHER R, SCHUBERT A: Obesity in Europe. *Ann Int Med.* 1985; 103: 1043-7.
4. CALLE EE, THUN MJ, PETRELLI JM, RODRIGUES C, HEALTH CW: Body mass index and mortality in a prospective cohort of US adults. *N Engl J Med* 1999; 341 (15): 1097-1105.
5. ODGEN, J: *Psicologia da Saúde.* 2000; 2.ª Edição:161-224; 389.
6. BROWNE, J, MCGEE, H. M, O'BOYLE, C. A: Conceptual Approaches to the Assessment of Quality of Life. *Psychology and Health.* 1997; 12: 737-751.
7. BROWNELL, K. D, WADDEN, T. A: Etiology and Treatment of Obesity: Understanding a serious, prevalent and refractory disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology.* 1992; 60.
8. KARLSSON J., SJOSTROM L, SULLIVAN M: Swedish obese subjects (SOS) – na intervention study of obesity. Baseline evaluation of health and psychosocial functioning in the first 1743 subjects examined. *International Journal of Obesity.* 1993; 17: 503-512.
9. BARAJAS GUTIERREZ MA et al: Quality of life in relation to healthy and obesity in a primary care center. *Revista Espaniola de Salud Publica.* 1998 May-Jun; 72(3): 221-31.
10. BAROFKY I, FONTAINE KR, CHESKIN LJ. Pain in the obese: impact of health related quality of life. *Ann Behav. Med.* 1998 Fall; 19(4): 408-10.
11. DOLL HA, PETERSEN SE, STEWART-BROWN SL. Obesity and Physical and Emotional well-being: associations between body mass index, chronic illness, and the physical and mental components of the SF-36 questionnaire. *Obesity Res.* 2000, Mar; 8(2): 160-170.
12. CARMO I et al: Prevalence of obesity in Portuguese population. *Int J Obesity.* 2000; 24 (suppl1): S19.
13. Castro J. et al: *European Journal Epidemiology.* 2003; 18: 1165 a 66.

