

Yago Fernandes, médico atuante em endocrinologia da equipe Nutrindo Ideais e especialista em emagrecimento e hipertrofia, explica que esse tipo de emagrecimento, com dietas forçadas, medicamentos e restrições, costuma ser temporário e pode trazer uma série de problemas de saúde, como a carência de nutrientes — dietas restritivas podem levar à hipovitaminose, especialmente de vitamina D, B12, ferro e zinco —, fraqueza, indisposição, queda de cabelo, unhas rarefeitas, sonolência e aumento de colesterol (LDL, colesterol ruim).

O uso do termo “remédio para emagrecer” já é, para Yago, equivocado. “É extremamente pejorativo. O ideal seria deixar essa classe de medicamentos como controle da obesidade, que podem e precisam ser usados em casos específicos ou de síndromes metabólicas, por exemplo”, comenta.

Mas ressalta que o intuito do remédio não deve ser emagrecer e, sim, tratar a obesidade e outras condições associadas ao excesso de peso. O Ozempic, que tem sido usado e divulgado por celebridades e pela mídia, é um medicamento que traz uma série de contraindicações e não deve nunca ser usado sem orientação de um especialista ou somente para a perda de peso.

“As pessoas ignoram toda a saúde para perder dois ou três quilos, para entrar em uma roupa específica ou para se enquadrar em um padrão que não condiz com seu biotipo, e é necessário que até os médicos tenham atenção ao receitar esse tipo de tratamento”, comenta.

No que diz respeito à saúde mental, os perigos da obsessão com a magreza não são menores. A estudante de psicologia do Centro Universitário de Brasília (Ceub) Stephanie Popoff realizou uma pesquisa com 118 mulheres de 18 a 54 anos, usuárias assíduas do Instagram, para identificar a relação entre o uso da rede como comportamento de risco associado aos transtornos psicológicos e alimentares em jovens adultas.

Os resultados, além de impactantes, são tristes e mostram como, mesmo com um aumento da diversidade no mundo da moda, a magreza continua sendo vista como um ideal. Entre as entrevistadas, 83,9% afirmaram ter tido diagnóstico de transtornos psiquiátricos, sendo os transtornos de ansiedade os mais prevalentes na amostra (51,5%), seguidos por transtornos de humor (24,2%), muitas vezes causados pela insatisfação consigo mesma.

Entre elas, 14,1% afirmaram ter diagnóstico de transtornos alimentares. “A utilização excessiva de alguns conteúdos recomendados



As semanas de moda de Paris, Milão, Nova York e Londres priorizaram o desfile de mulheres magérrimas, tal qual acontecia nos anos 1990 e 2000



AFP

pelo algoritmo do Instagram pode influenciar para o surgimento de transtornos alimentares, considerando que a insatisfação corporal é um fator de risco para a manifestação desses transtornos”, explica Stephanie.

A estudante acrescenta que as redes sociais são vistas como vitrines do modelo ideal de corpo e aparência física e diminuir a diversidade vista no mundo da moda afeta também esses algoritmos e a percepção das mulheres sobre o que é bonito.

Daniel Barbieri, professor de psicologia do Centro Universitário de Brasília (Ceub) e orientador do projeto, aponta que, na maioria das vezes, ao consumir o conteúdo das redes sociais, as mulheres tendem a se comparar com as outras sempre com um viés negativo e que o processo pode ser ainda mais nocivo quando se trata de jovens e adolescentes, mais vulneráveis.

Ele acrescenta que a moda, principalmente como é retratada nas redes sociais, interfere diretamente nos processos de autoimagem e autoestima, uma vez que nos comparamos e queremos nos parecer com os modelos que vimos como os mais bonitos ou melhores.

E, nesse sentido, a magreza traça um padrão perigoso no qual nenhuma mulher consegue se enquadrar. “Aquele que não se prende a isso e mostra o corpo natural é criticada, a que se submete a plásticas e a procedimentos para atingir o padrão também é criticada, então é uma pressão negativa constante, e a mulher fica sem saída”, afirma Daniel.

O professor alerta ainda que o uso nocivo das redes sociais e da comparação com padrões irreais é um grande fator de risco para a ocorrência de distúrbios alimentares e outros transtornos como um todo, principalmente nos mais jovens.