

OBESIDADE é FATOR de RISCO para INFECÇÕES

Autores de estudo com dados de 540 mil adultos publicado na revista *The Lancet* concluem que uma em cada 10 mortes por enfermidades causadas por micro-organismos pode estar relacionada ao excesso de peso

» PALOMA OLIVETO

Tradicionalmente associada a doenças como diabetes 2, infarto e alguns tipos de câncer, a obesidade também tem um impacto significativo nas doenças infecciosas, segundo um estudo com mais meio milhão de pessoas publicado na revista *The Lancet*. Os autores concluíram que a condição aumenta o risco de hospitalização e morte por infecções: uma em cada 10 mortes por enfermidades provocadas por micro-organismos pode estar relacionada ao excesso de peso.

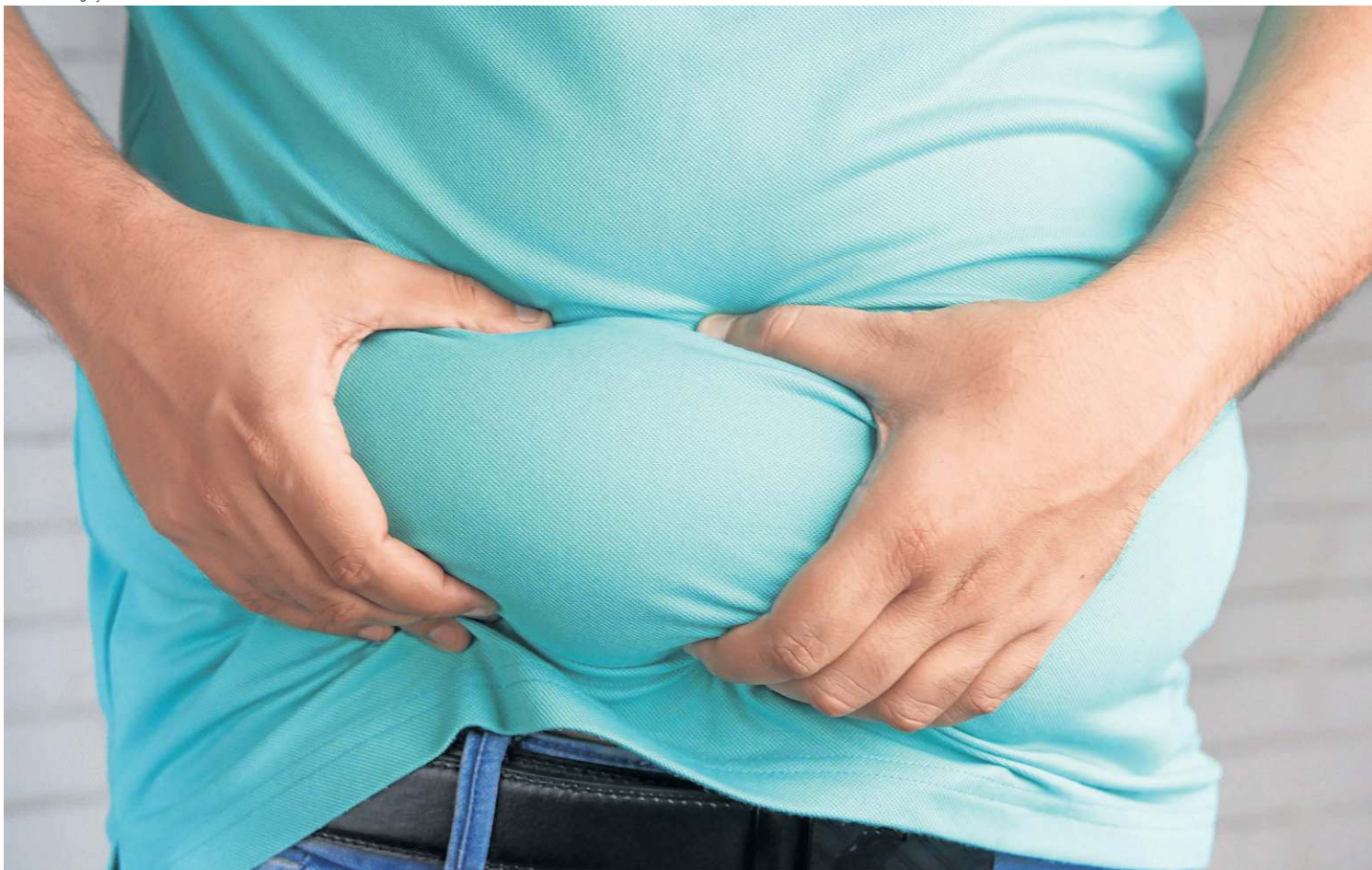
A pesquisa analisou dados de 540 mil adultos acompanhados na Finlândia e no Reino Unido ao longo de mais de uma década. Os participantes foram classificados segundo o índice de massa corporal (IMC), divididos em peso saudável, sobrepeso e obesidade (graus I, II e III). Nenhum deles tinha histórico de infecção grave no início do acompanhamento.

Durante o período de seguimento, foram registrados quase 90 mil casos de infecções graves que levaram à internação hospitalar ou à morte. O resultado mostrou uma relação direta entre o aumento do IMC e o risco de complicações infecciosas.

Grau III

Pessoas com obesidade grau III (IMC igual ou superior a 40) tiveram risco quase três vezes maior de hospitalização ou morte por infecção quando comparadas àqueles com peso considerado saudável. Considerando qualquer grau da doença metabólica (IMC igual

Pexels/Divulgação



Estudo associa obesidade a risco elevado de doenças infecciosas

ou superior a 30), essa probabilidade foi cerca de 70% maior. A associação se manteve mesmo após o ajuste para fatores como idade, sexo, nível socioeconômico, tabagismo, consumo de álcool, atividade física, hipertensão, diabetes, doenças cardiovasculares, enfermidades respiratórias e câncer.

Além de avaliar o risco individual, os pesquisadores estimaram o impacto populacional da obesidade

sobre as mortes por infecção usando dados do *Global Burden of Disease*, que reúne informações de 204 países, incluindo o Brasil. Segundo os cálculos, em 2018, antes da covid-19, 8,6% dos óbitos por doenças infecciosas no mundo poderiam ser atribuídos ao excesso de peso. Durante a pandemia, em 2021, esse percentual subiu para 15%. Em 2023, no período pós-pandêmico, a estimativa ficou em 10,8%.

Em números absolutos, isso significa que, em 2023, cerca de 600 mil mortes por infecção no mundo estariam relacionadas à obesidade, em um total estimado de 5,4 milhões de óbitos causados por agentes infecciosos naquele ano. Os autores destacam que, diante do crescimento contínuo da obesidade no mundo, a contribuição desse fator de risco para a carga global de doenças infecciosas tende

a aumentar nas próximas décadas.

As estimativas variam entre regiões. Em 2023, a fração de mortes atribuíveis à obesidade foi mais alta no norte da África e Oriente Médio (22,5%) e mais baixa no sul da Ásia (4,1%). No ranking global, o Brasil aparece em 67º entre 204 países, com uma média de 17,2 óbitos por 100 mil habitantes, uma taxa 40% maior do que a mundial, estimada em 12,3 mortes por 100 mil em 2023.

Palavra de especialista

Conjunto global de alterações

A obesidade não é só “peso a mais”: ela vem acompanhada de um conjunto de alterações que enfraquecem a defesa do hospedeiro de forma relativamente global, por isso o risco aparece em muitos tipos de infecção. Existe um processo que é muito piorado pela presença do excesso de gordura corporal que promove um estado inflamatório de baixo grau que atrapalha as defesas do paciente, assim como todo o ambiente metabólico, ocasionando mais fragilidade ao ataque de bactérias e vírus. Muita gente ainda pensa na obesidade apenas como risco de infarto e diabetes, mas hoje a ciência mostra que ela também aumenta risco de internações e mortes por infecções. Obesidade não é só estética, pelo contrário, é uma condição que pode trazer consequências antes de aparecerem diabetes ou pressão alta. Quanto mais cedo a gente age, maior a chance de prevenir problemas no futuro. A ideia é ter hábitos de vida saudáveis que reforçam nossas barreiras contra as agressões externas.



Arquivo pessoal

SÉRGIO BARRICHELLO, médico especialista em gastroplastia endoscópica e manejo do reganho do peso pós-bariátrica no Hospital Albert Sabin (HAS/SP)

Três perguntas para

CLÁUDIA SCHMIDT, endocrinologista do Hospital Israelita Albert Einstein (SP)

Por que o excesso de peso deixa o organismo mais vulnerável a micro-organismos?

Existem vários mecanismos que poderiam contribuir para isso. Um deles é pela própria questão das comorbidades. A obesidade frequentemente se associa a um risco maior de outras doenças, como diabetes que, por si só, já aumenta o risco de infecção e de gravidade da condição. Também pode haver

uma sobrecarga pulmonar mais intensa, e, se a pessoa tem uma pneumonia, é possível que essa infecção avance mais rápido e que isso gere um impacto maior para a oxigenação do sangue. Além disso, a pessoa com obesidade tem um quadro de uma inflamação crônica de baixo grau e isso gera algumas disfunções no nosso corpo — uma delas na parte imunológica. Assim, o paciente pode ficar mais suscetível a infecções e para casos mais graves.

Na prática, emagrecer pode fortalecer a imunidade?

Com a perda de peso, a gente acaba tendo um risco menor de diabetes, da pressão alta, de perda funcional. Então, melhora de padrão de alimentação, controle de gatilhos, questão de estresse, de sono ruim, tudo pode influenciar muito. Aqui, eu gostaria de reforçar que, quando a gente fala de realizar exercícios físicos, especialmente pensando na parte metabólica, a gente sabe que uma caminhada já ajuda bastante. Estar ativo, se mexer é um fator muito importante na questão do controle da obesidade e das suas complicações. A gente

vive numa fase em que se fala muito da imunidade como sendo algo facilmente manipulável por suplementos, mas, na verdade, a imunidade é algo muito mais complexo e multifatorial. E fatores como se alimentar bem, ser ativo, ter um peso saudável, ter hábitos favoráveis, contribuem significativamente para a redução de risco de infecções e de morte por infecções.

O que o estudo significa para a saúde pública?

Hoje, é inegável o quanto a obesidade é uma questão de

saúde pública. Porém ela ainda é uma doença tabu. Nós temos pouquíssimas ferramentas disponíveis para tratamento da obesidade na saúde pública, e estamos falhando miseravelmente na prevenção da condição, sociedade. Isso vai desde a questão da indústria alimentícia, passando por educação e saúde. Quando a pessoa tem obesidade, dificilmente consegue na saúde pública uma consulta com o nutricionista; nós não temos medicamentos antiobesidade disponíveis na rede pública. Temos a

cirurgia bariátrica, mas o acesso é extremamente restrito. Então, esses dados reforçam o quanto que a obesidade impacta em custos, em mortalidade precoce, em perda de dias de vida e de capacidade laboral. Isso tudo é muito importante quando a gente fala em saúde pública. Gastar, hoje, com obesidade poderia prevenir custos no futuro. Quanto mais dados nós tivermos nesse sentido, maior a probabilidade de a obesidade começar a ser tratada adequadamente em termos de saúde pública. (PO)

Tecido adiposo deixa sistema imunológico em alerta

O estudo liderado pela University College London, no Reino Unido, também avaliou 925 diagnósticos diferentes de infecções bacterianas, virais, parasitárias e fúngicas, classificadas por tipo de agente e gravidade. A obesidade esteve associada a maior risco na maioria das categorias analisadas, especialmente do para doenças infecciosas de pele e tecidos moles, com aumento de aproximadamente 2,8 vezes entre pessoas com excesso de peso.

Para Sars-Cov2, causador da covid-19, a elevação do risco foi de cerca de 2,3 vezes. Também houve aumento para pneumonia, infecções do trato respiratório inferior, infecções urinárias e gastrointestinais. Duas exceções chamaram a atenção dos autores: não foi observada associação significativa com HIV ou tuberculose. Os pesquisadores sugerem que esses

resultados estejam relacionados a características próprias dessas doenças, incluindo a perda de peso como parte do quadro clínico.

Embora o estudo seja observacional — e, portanto, não estabelece causalidade direta — os pesquisadores destacam que há plausibilidade biológica para a associação encontrada. “É plausível que a obesidade enfraqueça a capacidade do sistema imunológico de se defender contra bactérias, vírus, parasitas ou fungos infecciosos, resultando, portanto, em doenças mais graves”, destacou, em nota, Mika Kivimäki, do University College London (Reino Unido), que liderou o estudo. “Evidências de ensaios clínicos com medicamentos para perda de peso à base corroboram essa hipótese, visto que a redução da obesidade também parece diminuir o risco de infecções

Arquivo Pessoal



Carlos Aurelio Schiavon, cirurgião geral e bariátrico e presidente do Instituto Obesidade Brasil: "Fator de risco também para doenças transmissíveis"

graves. Porém, pesquisas adicionais são necessárias para confirmar os mecanismos subjacentes a essas associações."

Inflamação

“A pessoa com obesidade apresenta inflamação crônica de baixo grau, e o tecido adiposo em excesso mantém o sistema imunológico em um estado constante de alerta, o que compromete a resposta a novos invasores”, explica Carlos Aurelio Schiavon, cirurgião geral e bariátrico e presidente do Instituto Obesidade Brasil. “Além disso, problemas como a resistência à insulina e a sinalização desregulada de substâncias importantes para a defesa do organismo ocorrem na obesidade e prejudicam a defesa do hospedeiro por si só.”

Para o médico, a pesquisa publicada na *The Lancet* traz perspectiva sobre a obesidade. “Historicamente, a obesidade tem sido ligada quase exclusivamente a doenças não transmissíveis ou, pior ainda, a questões estéticas”, diz. “Esse estudo a posiciona como um fator de risco também para doenças transmissíveis, principalmente para infecções cutâneas e respiratórias, mostrando que ela aumenta o risco de hospitalização e morte por uma vasta gama de patógenos (bactérias, vírus, fungos e parasitas).” Com isso, Schiavon destaca a importância das vacinas. “Sugere-se que as políticas de vacinação considerem pessoas com obesidade como grupos de alto risco prioritários, dada a sua maior vulnerabilidade a desfechos graves.” (PO)