

POR GIOVANNA KUNZ E EDUARDO FERNANDES

Durante muito tempo, a balança foi o principal instrumento para medir o resultado de uma dieta. O número que aparecia depois de subir no aparelho parecia resumir o esforço, a mudança corporal e até a sensação de sucesso ou fracasso. Com a popularização dos medicamentos injetáveis para emagrecimento, porém, a transformação passou a aparecer em outros lugares, como no guarda-roupa, na mesa do restaurante, nas fotografias, na disposição para praticar exercícios e na maneira como algumas pessoas ocupam espaços.

A gerente de projetos de tecnologia da informação e comunicação Ana Daniela Andrade, 52 anos, percebeu isso aos poucos. O processo começou em março de 2025, primeiro com atividade física e acompanhamento médico e nutricional. Cerca de sete meses depois, a medicação entrou como complemento. Ela iniciou o tratamento com Wegovy e, posteriormente, passou para o Mounjaro. Ao todo, considerando o período desde setembro de 2025, foram cerca de 25 quilos eliminados em aproximadamente 12 meses.

“Meu processo foi gradual, e foi muito mais do que simplesmente perder peso”, conta Ana Daniela. Quando começou a medicação, estava com aproximadamente 91 quilos. Desde então, chegou aos 73. Mais do que a diferença na balança, ela percebeu mudanças nas medidas e na composição corporal. “Não tive perda de massa magra; pelo contrário, ela aumentou bastante. E isso é algo que valorizo muito, porque ganhar massa magra é um processo difícil e que exige constância.”

A primeira mudança visível apareceu no armário. “Foi principalmente com as roupas. Chega um momento em que você percebe que aquela roupa que antes ficava apertada começa a ficar larga. Depois, você experimenta uma peça que antes nem consideraria, e ela serve”, destaca.

A advogada Fernanda Marques, 38, também associa a transformação a situações que ultrapassam o peso. Ela perdeu 13 quilos em aproximadamente três meses e atualmente está na fase de manutenção. O início do tratamento foi acompanhado de efeitos colaterais, principalmente enjoo e fraqueza. Em determinado momento, precisou tomar vitamina na veia.

Para Fernanda, a mudança física também interferiu na forma como se percebia. “Além da mudança física, senti uma melhora significativa na minha autoestima, e isso também acabou refletindo positivamente na minha ansiedade e na forma como eu me sentia comigo mesma.”

O internacionalista Pedro Balaban perdeu 14 quilos em quase um ano. Antes do tratamento, estava na faixa de obesidade e insatisfeito com o próprio corpo. Entre as mudanças que percebeu, estão o conforto para vestir roupas que já possuía e a melhora no condicionamento físico para praticar esportes.

A VIDA DEPOIS DA BALANÇA



Popularização de medicamentos como Mounjaro e Ozempic transforma hábitos, roupas, alimentação e até setores, como o varejo e a aviação

Os três relatos ajudam a mostrar que o efeito de uma mudança corporal não termina no momento em que o ponteiro da balança desce. Mas, antes de chegar às consequências cotidianas, é preciso entender o que acontece dentro do organismo.

Além da balança

Para compreender o real impacto dos medicamentos injetáveis no organismo, a médica endocrinologista Vanina Farias explica que o ponto de partida deve ser a desmistificação da doença. Segundo ela, o excesso de peso não pode ser reduzido a uma simples conta matemática. “O importante para entender como os medicamentos ajudam é entender a fisiopatologia da doença. Não se trata somente de uma equação entre comer menos e exercitar menos. É uma doença biológica que tem múltiplos mecanismos.”

As novas moléculas atuam simulando a ação de hormônios produzidos no próprio intestino humano, mas com uma durabilidade muito superior no organismo. É essa característica que permite a aplicação semanal do fármaco e garante um efeito prolongado sobre a sensação de saciedade. De acordo com a endocrinologista, em pacientes diagnosticados com obesidade, as sinalizações