

ABORDAGEM MULTIPROFISSIONAL NO TRATAMENTO DA OBESIDADE: EVIDÊNCIAS E ESTRATÉGIAS CONTEMPORÂNEAS

Carolina Magalhães Hueb de Menezes¹

César Augusto Silva²

Dandara de Freitas Macedo³

Victória Pereira Ferreira⁴

RESUMO: A obesidade é uma condição crônica multifatorial que atinge proporções epidêmicas em todo o mundo, estando associada a elevado risco de doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, distúrbios osteoarticulares e neoplasias. Seu tratamento exige uma abordagem complexa, que ultrapassa o cuidado médico isolado e envolve diferentes áreas da saúde. Nesse contexto, a atuação multiprofissional tem se mostrado fundamental, integrando médicos, nutricionistas, psicólogos, educadores físicos e outros profissionais no desenvolvimento de estratégias personalizadas. Evidências recentes demonstram que programas estruturados com foco no acompanhamento nutricional, no estímulo à atividade física, no suporte psicológico e, quando necessário, na farmacoterapia ou cirurgia bariátrica, apresentam melhores resultados na redução de peso e na manutenção a longo prazo. Além disso, a interdisciplinaridade favorece maior adesão dos pacientes ao tratamento, reduzindo índices de abandono e recaída. Esta revisão reúne estudos contemporâneos que evidenciam os benefícios da abordagem multiprofissional, discutindo estratégias atuais e desafios para sua consolidação como modelo eficaz no manejo da obesidade.

1626

Palavras-chave: Obesidade. Equipe multiprofissional. Estratégias terapêuticas.

ABSTRACT: Obesity is a chronic multifactorial condition that has reached epidemic proportions worldwide, being associated with a high risk of cardiovascular diseases, type 2 diabetes, musculoskeletal disorders, and neoplasms. Its management requires a complex approach that goes beyond isolated medical care and involves different health disciplines. In this context, the multiprofessional approach has proven to be essential, integrating physicians, nutritionists, psychologists, physical educators, and other professionals in the development of personalized strategies. Recent evidence demonstrates that structured programs focused on nutritional counseling, promotion of physical activity, psychological support, and, when necessary, pharmacotherapy or bariatric surgery, present better results in weight reduction and long-term maintenance. Moreover, interdisciplinarity enhances patient adherence to treatment, reducing dropout and relapse rates. This review compiles contemporary studies that highlight the benefits of a multiprofessional approach, discussing current strategies and challenges for its consolidation as an effective model in obesity management.

Keywords: Obesity. Multiprofessional team. Therapeutic strategies.

¹ Graduada em Medicina pela Universidade de Uberaba (UNIUBE). Uberaba, MG.

² Graduado em Medicina pela Universidade de Franca (UNIFRAN). Franca, SP.

³ Graduada em Medicina pela Universidade de Uberaba.

⁴ Graduada de Medicina pela Universidade Nilton Lins.

INTRODUÇÃO

A obesidade é reconhecida como uma doença crônica de etiologia multifatorial, caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal que compromete a saúde e a qualidade de vida. Sua prevalência tem aumentado de forma alarmante nas últimas décadas, configurando um dos principais problemas de saúde pública em âmbito global. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que mais de 650 milhões de adultos vivam com obesidade, e a tendência é de crescimento contínuo nos próximos anos.

O impacto da obesidade vai além da estética e envolve risco elevado para o desenvolvimento de comorbidades graves, como diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial sistêmica, dislipidemias, doenças cardiovasculares, apneia obstrutiva do sono e alguns tipos de câncer. Além disso, está associada a limitações funcionais, redução da expectativa de vida e elevados custos para os sistemas de saúde.

O manejo da obesidade é um desafio justamente por sua natureza complexa, que envolve fatores genéticos, ambientais, psicológicos, sociais e comportamentais. Isso torna insuficiente uma abordagem centrada exclusivamente no médico, exigindo a atuação integrada de diferentes profissionais da saúde para oferecer estratégias personalizadas e sustentáveis.

A abordagem multiprofissional tem se consolidado como modelo eficaz no tratamento da obesidade, promovendo ações conjuntas entre médicos, nutricionistas, psicólogos, educadores físicos e, em alguns casos, farmacêuticos e fisioterapeutas. Essa integração permite contemplar não apenas a redução de peso, mas também a melhora da saúde metabólica, da qualidade de vida e do bem-estar emocional do paciente.

Estudos recentes evidenciam que programas multiprofissionais aumentam a adesão ao tratamento e reduzem taxas de abandono, um dos principais entraves na terapêutica da obesidade. O acompanhamento próximo e diversificado favorece mudanças graduais e consistentes no estilo de vida, aumentando as chances de manutenção dos resultados a longo prazo.

Além das intervenções comportamentais e nutricionais, o suporte psicológico tem papel relevante na identificação de fatores emocionais que contribuem para o ganho de peso, como compulsão alimentar e ansiedade. De modo complementar, a prescrição individualizada de atividade física melhora o controle metabólico e reduz riscos cardiovasculares, potencializando os efeitos do tratamento.

Diante desse panorama, torna-se fundamental analisar criticamente as evidências recentes sobre a abordagem multiprofissional no tratamento da obesidade, discutindo

estratégias que comprovadamente aumentam a efetividade do manejo clínico. Este artigo de revisão busca reunir dados contemporâneos que apoiam a consolidação desse modelo como prática de referência no combate à obesidade.

METODOLOGIA

Este estudo consiste em uma revisão narrativa da literatura sobre a abordagem multiprofissional no tratamento da obesidade, enfatizando evidências e estratégias contemporâneas. A pesquisa bibliográfica foi realizada entre abril e agosto de 2025, considerando publicações científicas dos últimos cinco anos (2020 a 2025), com o objetivo de reunir evidências atualizadas e de relevância clínica.

As bases de dados consultadas foram: PubMed/MEDLINE, SciELO (Scientific Electronic Library Online) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), selecionadas pela abrangência de artigos nacionais e internacionais na área da saúde.

Foram utilizados descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH), em português e inglês, combinados com operadores booleanos AND e OR: “obesidade/obesity”, “abordagem multiprofissional/multiprofessional approach”, “tratamento/treatment”, “estratégias terapêuticas/therapeutic strategies”, “atividade física/physical activity” e 1628 “nutrição/nutrition”.

Os critérios de inclusão foram: artigos originais, revisões sistemáticas ou narrativas, metanálises, diretrizes clínicas e documentos de consenso que abordassem o tratamento da obesidade por meio de equipes multiprofissionais, publicados em português, inglês ou espanhol e com acesso ao texto completo. Foram excluídos trabalhos duplicados, relatos de caso isolados, artigos sem relevância direta ao tema e publicações anteriores a 2020.

A seleção dos estudos ocorreu em duas etapas: (1) triagem de títulos e resumos para avaliar pertinência ao tema; e (2) leitura na íntegra dos artigos elegíveis. Os achados foram organizados em eixos temáticos, discutindo os benefícios da abordagem multiprofissional, os principais componentes terapêuticos, as barreiras de implementação e as perspectivas contemporâneas no manejo da obesidade.

DISCUSSÃO

A obesidade, por ser uma doença crônica multifatorial, requer uma abordagem terapêutica que vá além da prescrição médica isolada. O tratamento eficaz deve integrar diferentes dimensões do cuidado em saúde, contemplando aspectos clínicos, nutricionais,

psicológicos, comportamentais e sociais. Nesse sentido, a atuação multiprofissional surge como modelo de excelência, permitindo uma visão mais ampla e individualizada do paciente.

Entre os pilares dessa abordagem está a nutrição clínica, considerada elemento central no manejo da obesidade. O acompanhamento nutricional personalizado permite adequar o plano alimentar às necessidades metabólicas e ao estilo de vida do indivíduo. Estratégias como a educação alimentar, o fracionamento das refeições e a priorização de alimentos in natura têm se mostrado eficazes na redução do peso corporal e na manutenção a longo prazo. Além disso, programas baseados em evidências destacam a importância do acompanhamento contínuo, fator que aumenta a adesão e reduz as taxas de abandono.

A atividade física supervisionada é outro componente indispensável no manejo multiprofissional. O exercício regular contribui para o gasto energético, melhora o perfil lipídico, a sensibilidade à insulina e a função cardiovascular. Estudos recentes demonstram que a combinação de treinamento aeróbico e resistido apresenta resultados superiores na redução de gordura corporal e preservação da massa magra. A orientação do educador físico, integrada à equipe multiprofissional, garante a individualização do programa de exercícios e promove maior segurança durante a prática.

O suporte psicológico também desempenha papel fundamental no tratamento da obesidade. Questões emocionais, como ansiedade, depressão e transtornos alimentares, frequentemente estão associadas ao ganho de peso e dificultam o processo de emagrecimento. A psicoterapia, em especial as abordagens cognitivo-comportamentais, tem demonstrado eficácia na modificação de padrões de comportamento e no fortalecimento da motivação para mudanças de estilo de vida.

Outro ponto relevante é a farmacoterapia, que deve ser indicada de forma criteriosa, especialmente em pacientes com obesidade grau II ou em casos de falha nas intervenções não farmacológicas. Medicamentos como os agonistas do receptor de GLP-1 vêm se destacando pela eficácia na redução de peso e na melhora do controle glicêmico. Entretanto, seu uso deve sempre estar associado a mudanças comportamentais e ser monitorado pela equipe multiprofissional, a fim de prevenir efeitos adversos e garantir adesão ao tratamento.

Nos casos de obesidade grave ou quando há falha persistente das terapias conservadoras, a cirurgia bariátrica pode ser considerada. Esse procedimento tem mostrado resultados expressivos na redução ponderal e no controle de comorbidades como diabetes tipo 2 e hipertensão arterial. Contudo, a indicação cirúrgica exige avaliação criteriosa, além do preparo

físico e psicológico do paciente. O acompanhamento multiprofissional é imprescindível tanto no pré quanto no pós-operatório, garantindo maior sucesso a longo prazo.

A integração entre os profissionais de saúde é determinante para o êxito do tratamento. O trabalho colaborativo entre médicos, nutricionistas, psicólogos, educadores físicos e outros especialistas possibilita a elaboração de planos terapêuticos mais completos e adaptados às necessidades individuais. Essa sinergia contribui para maior engajamento do paciente, que passa a compreender a obesidade como condição de manejo contínuo e não apenas como uma meta pontual de perda de peso.

Um dos maiores desafios ainda é a adesão ao tratamento. Muitos pacientes apresentam dificuldade em manter mudanças de estilo de vida a longo prazo, o que leva a frequentes episódios de reganho de peso. A presença de uma equipe multiprofissional atuando de forma integrada favorece a continuidade do acompanhamento e cria uma rede de apoio que aumenta a motivação e reduz a chance de abandono terapêutico.

Outro obstáculo diz respeito às barreiras socioeconômicas. O acesso a serviços especializados, a medicamentos de alto custo e até mesmo a uma alimentação saudável muitas vezes é limitado em populações de baixa renda. Isso evidencia a necessidade de políticas públicas que ampliem o acesso ao tratamento multiprofissional da obesidade, garantindo equidade na atenção à saúde. 1630

A educação em saúde tem sido apontada como ferramenta essencial para enfrentar esses desafios. Programas educativos que envolvem não apenas o paciente, mas também sua família, aumentam a eficácia das intervenções e estimulam mudanças sustentáveis no ambiente domiciliar. A inclusão de escolas e comunidades nesse processo amplia ainda mais o alcance da prevenção e do tratamento.

As tecnologias digitais também vêm ganhando espaço como recurso complementar no tratamento da obesidade. Aplicativos de monitoramento alimentar, plataformas de telemedicina e grupos de apoio virtuais têm demonstrado impacto positivo na adesão às intervenções. Esses recursos possibilitam maior proximidade entre paciente e equipe multiprofissional, mesmo fora do ambiente clínico, oferecendo suporte contínuo.

A literatura recente destaca ainda a importância do acompanhamento a longo prazo. Estudos mostram que intervenções intensivas de curta duração podem levar à perda de peso inicial significativa, mas sua manutenção depende de acompanhamento contínuo. O suporte multiprofissional, ao oferecer acompanhamento sistemático, aumenta as chances de sucesso prolongado.

Outro fator que merece atenção é a individualização das estratégias terapêuticas. Cada paciente apresenta fatores desencadeantes e barreiras distintas, de modo que protocolos padronizados muitas vezes não se mostram eficazes em todos os casos. A personalização do plano de tratamento, aliada à abordagem interdisciplinar, aumenta a eficácia e reforça a perspectiva de cuidado centrado no paciente.

Do ponto de vista de saúde pública, a abordagem multiprofissional representa não apenas uma estratégia terapêutica, mas também um meio de reduzir custos associados ao tratamento de complicações da obesidade. A prevenção de doenças cardiovasculares, diabetes e complicações ortopédicas através de manejo adequado da obesidade gera impacto positivo tanto para os pacientes quanto para os sistemas de saúde.

Em síntese, a análise da literatura evidencia que o tratamento da obesidade deve ser encarado como processo contínuo e multidimensional. A abordagem multiprofissional apresenta resultados superiores às estratégias isoladas, favorecendo não apenas a redução de peso, mas também a manutenção dos resultados, a melhora da saúde global e a promoção de qualidade de vida.

CONCLUSÃO

1631

A obesidade é uma condição crônica e multifatorial que exige mais do que intervenções isoladas para alcançar resultados duradouros. A abordagem multiprofissional surge como modelo de cuidado capaz de integrar diferentes dimensões do tratamento, contemplando aspectos clínicos, nutricionais, psicológicos e físicos. Essa integração possibilita a elaboração de estratégias personalizadas, favorecendo não apenas a redução de peso, mas também a melhora da saúde metabólica e da qualidade de vida do paciente.

As evidências analisadas reforçam que programas multiprofissionais apresentam maior adesão, menores índices de abandono e melhores resultados a longo prazo quando comparados a intervenções unidimensionais. Além disso, a interdisciplinaridade promove o fortalecimento da autonomia do paciente, a prevenção de complicações e a redução dos custos associados ao manejo das doenças relacionadas à obesidade.

Conclui-se que a consolidação da abordagem multiprofissional no tratamento da obesidade depende de investimentos contínuos em políticas públicas, capacitação profissional e estratégias educativas que ampliem o acesso da população a esse modelo de cuidado. O enfrentamento eficaz da obesidade, portanto, requer uma visão coletiva e integrada, baseada em evidências científicas e comprometida com a promoção da saúde global.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALMEIDA, R. S.; LOPES, G. M. Abordagem interdisciplinar da obesidade: revisão narrativa. *Revista Brasileira de Nutrição Clínica*, São Paulo, v. 37, n. 2, p. 145-152, 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. *Diretrizes de Atenção à Pessoa com Obesidade*. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- CASTRO, A. C.; SANTOS, P. F. Estratégias multiprofissionais no manejo da obesidade: evidências recentes. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 27, n. 9, p. 3567-3576, 2022.
- FERNANDES, J. L.; PEREIRA, D. A. Psicologia e obesidade: contribuições da terapia cognitivo-comportamental no tratamento multiprofissional. *Revista de Psicologia da Saúde*, Belo Horizonte, v. 14, n. 3, p. 211-220, 2023.
- MARTINS, V. F.; RODRIGUES, L. T. Atividade física supervisionada no tratamento da obesidade: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 45-52, 2023.
- SOUZA, L. P.; MEDEIROS, A. R. Farmacoterapia e cirurgia bariátrica na abordagem multiprofissional da obesidade. *Revista Brasileira de Endocrinologia e Metabologia*, Rio de Janeiro, v. 66, n. 4, p. 278-286, 2022.