

Dr. Luís Henrique Mihara
CRM 100394
Diretor Técnico da Clínica Fundamental

Da gordura localizada a obesidade o caso é de saúde.

Gordura localizada e o sobrepeso, é o início de um caminho que pode levar a obesidade. Estar fora de forma e comer errado podem ser as causas de tudo isso. Deixar evoluir para estes estágios, apontam para doenças mais sérias do que o fator estético.

Emagrecer e ficar elegante em uma roupa é o sonho de todos. Surgem a cada dia centenas de dietas radicais e atividades físicas sem orientação adequada para combater as gordurinhas localizadas. Algumas receitas “milagrosas” podem fazer a pessoa perder peso, vira moda e só depois descobre-se que comprometeu a saúde e não perdeu a “localizada”. Além disso, a tendência é a volta dos quilos a mais, quando não é seguido um programa sério.

O emagrecimento requer uma equipe multidisciplinar altamente especializada que abranja áreas médica para corrigir distúrbios clínicos.

A perda da gordura localizada, também, requer equipe multidisciplinar: Médicos para orientação quanto a métodos, seja por lipoaspiração ou menos invasivos. Nutricionista para orientação nutricional. Educador físico para corrigir atividades física. A pratica de atividade física aleatória pode causar danos articulares, musculares e ainda não obter o resultado esperado. Fisioterapeutas são essenciais, não somente porque dominam funcionamento do corpo, mas são aptas a operar aparelhos de alta tecnologia para as famigeradas gorduras localizadas e celulite.

Profissionais sérios destas áreas são capazes de tirar o paciente de ciladas do modismo. Valorize antes de tudo sua saúde.