

Saiba tudo sobre a surpreendente diferença que nunca contaram a você sobre a Bariátrica e a Dieta HCG - Entenda o que é melhor a ser feito

Afinal, o que é melhor fazer? Dieta HCG ou Bariátrica? A Dieta HCG tem se tornado um grande aliado na perda de peso e até mesmo para pessoas com obesidade, o que é uma excelente notícia, já que a única solução aparente até o momento era a Bariátrica. Sabemos que tem seus riscos, então vamos a esse artigo comparativo mostrando o que é mais vantajoso afinal!

29/08/2016 15:05:56

Quem não deseja ter um corpo perfeito, uma boa saúde e estar com a autoestima melhorada? Certamente este é o desejo de muitas pessoas que enfrentam o problema de sobrepeso.

Todos sabem que engordar hoje é algo bem mais fácil do que emagrecer. Nossa alimentação já não é mais aquela saudável do tempo de nossos avós. Recorremos aos alimentos industrializados, aos fast-foods e a tudo que possa existir de mais rápido e prático em nossas vidas corriqueiras.

Além disso, a causa da obesidade pode estar associada a inúmeros fatores. Entre eles podemos citar a ausência de hábitos saudáveis, disfunções hormonais, estresse, fatores psicológicos como ansiedade e depressão e até a predisposição genética de cada um.

Uma breve introdução sobre a cirurgia bariátrica

A cirurgia bariátrica surgiu no Brasil em meados da década de 1970, porém, somente na década de 1990 é que realmente novas e mais eficazes técnicas começaram a consolidar a cirurgia como sendo uma opção segura para pessoas em condições de obesidade grave.

Embora tenha tido mais avanços ao longo dos anos, ainda não deixa de ser um procedimento cirúrgico e portanto, não há como estar livre de riscos. Há medidas que devem ser tomadas antes mesmo de recorrer a uma cirurgia bariátrica para evitar quaisquer intercorrências durante a cirurgia.

Quem pode fazer a cirurgia?

A cirurgia bariátrica não pode e nem deve ser feita em qualquer pessoa que esteja “só um pouco” acima do peso.

Para isto, deve-se analisar o grau de obesidade, que deve ser de pelo menos os de Grau 2 (*IMC entre 35 – 35,99) ou de Grau 3 (IMC acima de 40), também conhecida como obesidade mórbida.

E os critérios não se limitam somente a isso. Para recorrer à cirurgia bariátrica, a pessoa deve estar obesa por pelo menos 2 anos e ainda, apresentar quadros graves de saúde como hipertensão e diabetes.

(*IMC – Índice de Massa Corpórea)

Quais são os principais riscos da cirurgia bariátrica?

Como toda cirurgia, os riscos são iminentes. Podem ocorrer complicações mais comuns em cirurgias abdominais como embolia pulmonar, obstrução intestinal, hemorragias e os riscos de infecções internas e externas.

Em cirurgias bariátricas é comum o uso de grampos e anéis e eles podem sofrer rupturas caso a manutenção não seja feita de forma adequada. Essas rupturas podem causar infecções e vazamentos, onde uma segunda internação e cirurgia devem ser feitas para reparar os danos.

Os efeitos pós-bariátrica

Todos que se submetem a bariátrica acabam se tornando dependentes do uso de vitaminas, medicamentos e de visitas regulares ao médico.

Sem contar que o pós-operatório deve ser feito de maneira rigorosa para que a saúde não seja comprometida e evitar as temidas fístulas, que são vazamentos de conteúdo do estômago e intestino à cavidade abdominal, considerado um dos efeitos mais graves do pós-operatório.

Em alguns casos, também é necessário até de fazer uma cirurgia plástica para remover o excesso de pele após o emagrecimento, ou seja, mais uma nova cirurgia.

O tempo de adaptação varia de pessoa para pessoa, mas as queixas mais comuns dos efeitos colaterais da cirurgia incluem inchaço abdominal, gases, úlceras, quedas de cabelos e unhas mais frágeis, tudo isso devido à baixa absorção de nutrientes.

Antes de optar pela cirurgia, que tal considerar uma dieta?

Para aqueles que preferem evitar todos os riscos de uma cirurgia e que não desejam ficar atrelados às vitaminas e constantes visitas médicas a longo prazo, uma saída mais prática e totalmente sem riscos seria optar por uma dieta de emagrecimento.

Apresentando a Dieta HCG

A Dieta HCG surgiu na década de 1934 e foi descoberta pelo médico britânico, Dr. Albert.T.W. Simeons. Nesta ocasião, Dr. Simeons fazia tratamentos usando o hormônio HCG, encontrado em grandes quantidades na placenta de mulheres grávidas, em adolescentes que apresentavam a Síndrome de Fröehlich, uma doença rara que comprometia o crescimento e o desenvolvimento natural dos órgãos sexuais.

Durante o tratamento em adolescentes, Dr. Simeons passou a notar que o contorno dos quadris de seus pacientes começou a ficar mais delineado e harmônico e foi neste momento que ele associou o uso do HCG ao emagrecimento.

Desde então, o médico passou a dedicar todo o seu tempo em pesquisas até a publicação de seu livro, “Pounds & Inches” (Pesos e Medidas), sendo sua primeira obra a explicar, com ampla riqueza em detalhes, toda a Dieta HCG em seu protocolo original.

Da descoberta até agora

A Dieta HCG passou a chamar atenção quando celebridades internacionais começaram a aparecer mais magras em um curto espaço de tempo. E desde então, celebridades do mundo inteiro passaram a aderir à dieta e por isso, chegou a ser chamada também de “a dieta das estrelas”. Com o tempo, pessoas comuns também começaram a buscar pela Dieta HCG, contando com inúmeros relatos de casos bem-sucedidos.

E como funciona a Dieta HCG?

A Dieta HCG conta com 2 pilares básicos. O primeiro é o uso do hormônio HCG, que pode ser encontrado no Brasil sob forma de comprimidos sublinguais, em gotas, na forma injetável e até na versão spray nasal.

O uso do hormônio para fins de emagrecimento é considerado “off label”, ou seja, usado fora de sua indicação original.

Contudo, o HCG é aprovado pela ANVISA e vem sendo recomendado por diversos médicos renomados do país, entre eles está Dr. Lair Ribeiro, um dos primeiros a divulgar e a defender a dieta HCG.

O segundo pilar é a dieta restritiva de 500 calorias específicas diárias. Nesta dieta, somente alguns alimentos zero em gordura e açúcares são permitidos. Também é considerada uma dieta de baixíssimo consumo em carboidratos.

Para aqueles que precisam eliminar até 10 kg, o ideal é fazer o ciclo de 20 dias. Para aqueles que desejarem eliminar até 15 kg, o protocolo indica um ciclo mais longo de 40 dias. Para quem precisa eliminar mais de 15 kg, como em portadores de obesidade graus 2 e 3, o indicado é que se faça

mais de uma rodada da dieta de 20 ou 40 dias, até a eliminação total do excesso de peso.

Essas informações visam deixar um caminho bem fácil para saber o que é mais vantajoso em diversos aspectos, tanto financeiramente quanto pela sua própria saúde.