

OBESIDADE – 17

ALTERAÇÕES METABÓLICAS DO CORPO HUMANO

HORMÔNIOS QUE INTERFEREM COM O PESO, PATOLÓGICO

• **INSULINA, DESEQUILÍBRIOS** - a) **Hiper-insulinemia**: aumento da produção, altos níveis de insulina no sangue relativa aos níveis de glicose. b) **Pré-diabético**: 1b) Falta de resposta dos músculos e do cérebro a insulina; 2b) Maiores quantidades de insulina necessárias para que a glicose entre nas células dos tecidos do corpo; 3b) As células de gordura NÃO ficam resistentes, para que armazenem mais energia como gordura; 4b) - Comum na pessoa sobrepeso. 5b) - Excesso de insulina provoca aumento da massa corporal, tanto magra como gorda; 6b) Fome; 7b) Aumento da pressão arterial^{pressão alta}; 8b) Na **mulher** pode levar ao ovário policístico. **homem**: pode ser levar a nível baixo de testosterona, estrogênio alto, baixa energia, concentração e motivação deficientes; c) **Diabetes tipo 2**: Resistência a insulina eleva o nível de açúcar^{glicose} no sangue; d) **Diabetes tipo 1**: As células beta do pâncreas que produzem insulina são destruídas pelo sistema imune;

• **GRELINA, DESEQUILÍBRIO** - a) O excesso de grelina é provocado por restrição alimentar ou anorexia, dormir pouco, desequilíbrio do microbioma do estômago^(Helicobacter pylori regula a produção de grelina) que ativam o sistema de engorda; b) causas persistentes podem ser provocadas por perda de peso rápido;

• **LEPTINA, DEFICIÊNCIA** - produzida por restrições alimentares, açúcar baixo no sangue, diminuição do estrogênio na menopausa e falta de sono; Cérebro diz para você comer mais, pois ele acha não tem muita gordura no corpo;

- Quando os níveis estão baixo, dispara a resposta de engorda:
- O modo de conservação de energia leva aumentar os estoque de gordura;
- Quando atinge o nível basal (platô) do seu peso, dispara a resposta de engorda;
- Quando a leptina esta muito baixa, o metabolismo diminui dispara a fome;
- Depois de 12 semanas de restrição alimentar, o baixo nível de leptina pode ser mantida por vários anos ou mesmo a não voltar aos níveis normais;

• **LEPTINA, RESISTÊNCIA** - dispara a resposta de engorda:
- Metabolismo baixo;
- Eleva apetite, fome constante;
- Reduz a satisfação
- Acelera o ganho de peso;
- Pode aparecer após fazer restrição alimentar ou crise apnéia durante o dormir;

IMPORTANTE

AS DÚVIDAS E PERGUNTAS DEVERÃO SER LEVADAS AO SEU ESPECIALISTA PARA ESCLARECIMENTO.
As informações disponíveis no site www.bodytalklondrina.com.br possui caráter informativo e educativo.

Londrina (PR), 2 maio de 2018

Dr. Luiz Carlos Bertoni