

Usados para queimar gordura, termogênicos podem afetar a visão



Muito utilizado por quem quer emagrecer e pelos praticantes de atividades físicas, os **termogênicos são substâncias que impedem a formação de energia proveniente dos alimentos**, o que faz com que a temperatura do corpo aumente, os batimentos cardíacos fiquem mais elevados e a pessoa se sinta mais disposta para malhar. No Brasil, a maioria desses suplementos tem **cafeína** em sua composição, no entanto, ainda é possível encontrar produtos com **efedrina e dinitrofenol (DNP)**, que **podem causar problemas sérios nos olhos, como catarata e glaucoma**.

Segundo o oftalmologista do Instituto Penido Burnier Leôncio Queiroz Neto, essas duas substâncias são **proibidas no Brasil** e nos Estados Unidos, mas pela internet e em algumas lojas de suplementos ainda é possível comprar suplementos com esses componentes. "Na frente da loja ficam os produtos liberados pela Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) e no fundo são vendidos os que não são permitidos. A proibição não está sendo suficiente e o problema é que as pessoas não encaram esses produtos como remédios, mas como suplementos dietéticos", analisa Neto.

Essas duas substâncias seriam mais procuradas por serem mais eficientes para quem quer emagrecer. Neto cita um estudo realizado na Universidade de Stanford que aponta que o dinitrofenol deixa o metabolismo 50% mais rápido, o que faz com que a pessoa consiga emagrecer de 1,5 a 2 quilos por semana. Mas essa mesma pesquisa também mostrou os efeitos colaterais dessa substância já que sete mulheres de 45 a 55 anos desenvolveram **catarata bilateral** depois de tomar suplemento com esse componente num período de seis a oito meses.

Segundo Amaryllis Avakian, oftalmologista da Clínica AACO, o DNP é um **queimador** de gordura muito eficiente, pois atua diretamente no metabolismo do ATP (molécula que serve para armazenar e utilizar energia), evitando sua formação. "Pouca produção de ATP faz com que o organismo tenha que metabolizar mais açúcar para queimar energia. Sendo assim, como todo o alimento que ingerimos não é usado para formação de ATP, o organismo tem que tirar dos seus estoques de gordura a energia necessária para sobrevivência", explica.

A médica conta que os sintomas observados com o uso dessa substância são **transpiração excessiva, desidratação, respiração ofegante, taquicardia, aumento da pressão arterial, elevação das taxas metabólicas, insônia e náuseas**.

Avakian afirma ainda que o problema dessa substância é a dosagem ingerida, pois quando consumida em excesso pode levar à morte. "Outros efeitos colaterais são dermatites, alterações no sistema nervoso periférico e problemas visuais, dentre eles, a formação de catarata, principalmente em mulheres", aponta.

Neto explica que essa seqüela visual pode ocorrer com o uso do DNP, pois o termogênico gera calor e

acelera a morte das células. "A catarata surge porque o cristalino do olho se torna opaco, o que reduz a qualidade da visão. Não existem medicamentos capazes de recuperar essas células e o único tratamento disponível é a cirurgia em que o cristalino opaco é retirado e substituído por uma lente intraocular", explica.

A efedrina, por sua vez, já foi uma droga muito eficiente no tratamento da obesidade, pois é uma substância parecida com as anfetaminas. "Ela possui uma grande ação termogênica e proporciona grande queima de gordura, no entanto, ela causa dependência e uma série de efeitos colaterais como problemas cardíacos, alterações renais e endócrinas e aumento da pressão arterial e da frequência cardíaca", aponta Avakian.

De acordo com a oftalmologista da Clínica AACO, o uso dessa substância também pode trazer outros malefícios como lesões na pele, comprometimento do fígado, queda da imunidade e risco de AVC (Acidente Vascular Cerebral).

Queiroz Neto conta que um paciente, depois de tomar esse suplemento, chegou ao consultório com a visão embaçada e o exame mostrou que, independente da quantidade de luz, sua **pupila se mantinha dilatada**. O oftalmologista afirma que esta condição diminui o ângulo entre a íris (parte colorida do olho) e a córnea, o que predispõe ao aumento da pressão intraocular, característica do glaucoma de ângulo fechado.

"Essa doença é a maior causa de perda irreversível da visão e não apresenta sintomas. Quem tem glaucoma de ângulo fechado geralmente só percebe a doença durante uma crise aguda, que é caracterizada por dor intensa nos olhos, queda visual, enxergar halos ao redor da luz, náusea e vômito", explica Queiroz Neto. Segundo o oftalmologista do Instituto Penido Burnier, para prevenir a evolução do glaucoma o paciente precisou interromper o uso do termogênico, só que ainda assim ficou com sequela visual.

Para evitar esses problemas, Queiroz Neto acredita que as pessoas precisam se conscientizar de que essas substâncias são como remédios e podem ter efeitos colaterais. "Normalmente, a pessoa não busca pela efedrina, mas sim pelo termogênico que vai ajudar a emagrecer, portanto o ideal é sempre olhar a embalagem antes do uso e só tomar qualquer suplemento com supervisão médica", finaliza.

Fonte: UOL