



## 11/12/2019 07:23 - Medicamentos para emagrecer vendidos como fitoterápicos em redes sociais são proibidos pela Anvisa



Emagrecer costuma estar entre as metas e promessas de muitas pessoas para o início de um novo ano. Muitas vezes, bombardeados pelas propagandas feitas pela internet e, principalmente, nas redes sociais na era das digital influencers, que tem o corpo em forma e usam a imagem para divulgar produtos milagrosos e ditos naturais, mas que na verdade contém substâncias prejudiciais à saúde que podem levar à morte, muitas pessoas acabam enganadas.

Vanessa Ezaki, coordenadora de Vigilância Sanitária da Agência Estadual de Vigilância em Saúde do Estado de Rondônia (Agevisa), explica que são medicamentos comercializados como emagrecedores e que podem oferecer riscos à saúde. Medicamentos só devem ser consumidos com prescrição médica. “As pessoas estão sendo enganadas comprando um medicamento como natural e que não é. Uma

das substâncias contidas nestes produtos, que não são registrados pela Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária), é a sibutramina. Muitas vezes eles colocam no rótulo como suplemento alimentar isento de registro pela Anvisa, mas não são, pois todo suplemento que faz indicação terapêutica torna-se um medicamento. E se é um medicamento, precisa ser registrado.”

Entre os produtos proibidos está o FIT + MZT, através da resolução RE N° 1.544, de 10 de junho de 2019, que proíbe por medida cautelar, em todo território nacional, a comercialização, distribuição, fabricação e propaganda, pois o produto apresenta constituintes não autorizados, sem comprovação de segurança de uso e com alegações de propriedades funcionais ou de saúde não permitidas para alimentos.

De acordo com a coordenadora, a maior dificuldade para conter a venda destes produtos está no fato de que muitas vezes o fabricante burla a lei criando outra marca, com outra empresa, mas usando a mesma substância.

A Agevisa tem atuado coordenando todas as 52 vigilâncias municipais do Estado, alertando diariamente para o recolhimento destes produtos nos comércios.

“Porém, o que dificulta são os revendedores que utilizam a rede social pra comercializar. Nós atuamos fiscalizando no comércio e não na revenda na internet. Neste caso, a venda ilegal já é de conhecimento e a polícia está agindo, pois isto é crime. Quem está divulgando, fazendo propaganda, pode até ser preso por tráfico de drogas”, explica Vanessa Ezaki.

As denúncias sobre a comercialização desses produtos podem ser feitas diretamente para as autoridades sanitárias locais ou para a própria Agevisa, por meio dos canais de atendimento da Agência.

No mês de março, no município de Chupinguaia, no Sul de Rondônia, uma mulher de 34 anos morreu após ingerir medicamento que prometia emagrecimento.

De acordo com a [Lei 5.991/73](#), medicamentos só podem ser vendidos em drogarias, farmácias ou postos de medicamentos com responsabilidade técnica e assistência de um farmacêutico habilitado, ou seja, com farmacêuticos de plantão.

[Veja aqui, no portal da Anvisa, a lista de todos os emagrecedores proibidos.](#)

### PERDER PESO X EMAGRECER

Existe uma diferença entre perder peso e emagrecer, e isso acaba confundindo na maioria das vezes, é o que explica o educador físico Thiago Rosa.

“Emagrecer está ligado à diminuição do percentual de gordura. Perder peso é estar mais leve na balança, e isto pode acontecer por perda de massa magra, o que pode não ser bom. A melhor maneira para emagrecer de forma saudável é agregar os exercícios físicos com uma alimentação balanceada, não existem milagre”, alerta o profissional.

A Organização Mundial de Saúde orienta no mínimo 20 minutos por dia de atividade física. Mas no processo de emagrecimento é necessário um conjunto de atividades, cardio vascular e musculação por até 45 minutos, aliado a uma dieta balanceada.

Assim como não se deve tomar medicamento sem acompanhamento médico, as atividades físicas também deve ter acompanhamento. Fazer uma avaliação física antes de iniciar as atividades é essencial. “Na avaliação física o profissional vai saber exatamente como esta a composição corpórea do indivíduo, se há restrições a algum exercício, percentual de gordura, as recomendações médicas”, explica Thiago.

## **#FICAADICA DIETA**

Uma alimentação balanceada, prescrita por profissional habilitado, e atividades físicas são as chaves para o emagrecimento saudável. Juntos, eles aceleram a transformação das calorias dos alimentos na energia necessária para realizar as tarefas do corpo proporcionando a queima da gordura.

A nutricionista, Lunara Valverde, dá algumas dicas para a alimentação no dia a dia. “Comece com o básico, estabeleça metas que devem ser realistas, pois objetivos muito altos podem não ser atendidos e gerar frustrações. Reeduque preferindo alimentos como frutas, legumes, verduras e carnes magras. Coma fracionado a cada 3 a 4 horas, evite açúcar refinado, e dê preferência à alimentos integrais. Faça pratos coloridos, não fique só no arroz e feijão. Capriche nas fibras consumindo entre 25 a 35 gramas por dia e beba muita água, de 2 a 3 litros diariamente.”

**Fonte:** Secom - Governo de Rondônia