

Distribuição:
NOVAERA
HOMEOPATIA • MANIPULAÇÃO

**GERENCIAMENTO DE MEDIDAS
NATURAL: O QUE VOCÊ
PRECISA SABER**



INTRODUÇÃO	3
O QUADRO DA OBESIDADE NO BRASIL	5
O CORPO E O GANHO DE GORDURA	8
ALIADOS NO GERENCIAMENTO NATURAL DE MEDIDAS.....	13
CONCLUSÃO	20
SOBRE A IBEROQUÍMICA	22

INTRODUÇÃO

O **aumento da obesidade no mundo**, inclusive a infantil, é algo que assusta a maioria dos países e força-os a tomar medidas em busca da redução dos números na balança. Juntamente à lenta, porém crescente, conscientização da população sobre os alimentos nocivos ao organismo, chega a ideia de alimentar-se de maneira mais natural, assim como aliar a perda de peso a métodos mais saudáveis.

A prova disso é a maior atenção e interesse das pessoas por opções de **alimentos naturais**, como os orgânicos e aqueles que não são de origem animal, tais como os vegetarianos e veganos. Além disso, na hora de cuidar do peso, muita gente ainda tem buscado caminhos mais alternativos em substituição a muitos daqueles medicamentos e suplementos convencionais.

Se, por um lado, o consumidor tem se tornado mais crítico e mais atento àquilo que consome, por outro, as empresas, especialmente as do mercado magistral, precisam estar atentas para oferecer e ressaltar soluções que ajudam a gerenciar medidas de forma natural.

Criamos este e-book para tratar melhor o assunto e ajudar o seu negócio a identificar oportunidades que podem fazer a diferença. Destacamos que **este material é voltado às farmácias de manipulação**, com informações de cunho estritamente profissional.

Preparado? Então, boa leitura!

O QUADRO DA OBESIDADE NO BRASIL

A preocupação com o aumento da obesidade tem fundamento, como os [dados](#) revelados pelo Ministério da Saúde, que apontam que, em dez anos (de 2006 a 2016), **a quantidade de pessoas obesas no país aumentou 60%**. Um em cada 5 brasileiros maiores de 18 anos está acima do peso. Juntamente ao disparo dos números, **também cresceu a incidência de doenças crônicas, como a hipertensão e o diabetes.**



E não é só com relação aos adultos que os dados assustam. A obesidade infantil e juvenil, ou seja, o excesso de gordura corporal em crianças e adolescentes, também se tornou uma das grandes preocupações do século. Uma [pesquisa](#) da Federação Mundial da Obesidade aponta que, sem uma mudança de hábitos, **até 2025, o Brasil terá cerca de 11,3 milhões de crianças obesas.**

Embora o cenário não seja nada favorável, o próprio governo já adotou iniciativas para trazer mudanças e impedir o avanço do problema. O Ministério da Saúde tem tomado medidas para reduzir o consumo de determinados ingredientes, como açúcar, sódio e gordura trans.

O QUADRO DA OBESIDADE NO BRASIL

Em 2011, um acordo firmado com a Associação Brasileira das Indústrias da Alimentação (ABIA) entrou em vigor e ajudou os brasileiros a deixarem de consumir 17 mil toneladas de sódio. A meta para 2022 é eliminar cerca de 28,5 toneladas.

Já em 2017, o governo também passou a interceder pelo fim do refil ilimitado de refrigerantes em restaurantes e redes de fast food. Segundo o ministério, tal tipo de oferta aumenta em, aproximadamente, 30% o consumo da bebida.

Além disso, os principais fatores que ajudam a diminuir esse percentual são os que estão ligados a uma vida mais saudável, respeitando uma **dieta balanceada**, a **prática regular de atividades físicas** e, na grande maioria dos casos, o **acompanhamento de profissionais da área da saúde**.



É sobre esse último aspecto que as farmácias de manipulação devem estar atentas, conhecendo muito bem os produtos que podem ajudar o cliente a atingir seus objetivos de gerenciamento de medidas de forma saudável e cada vez mais natural.

O CORPO E O GANHO DE GORDURA



Antes de partir para a recomendação de opções naturais de gerenciamento de medidas, é importante entender (ou relembrar) como acontece o **processo de ganho de peso corporal**. Somente dessa maneira sua equipe estará apta a auxiliar o consumidor e a divulgar melhor os produtos que podem ajudar nesse propósito. Vamos lá!

POR QUE ACONTECE O GANHO DE PESO?

Atualmente, os principais fatores que influenciam diretamente no ganho de peso são a **ingestão de calorias em excesso e o baixo gasto energético**. O primeiro caso ocorre devido ao momento de maior oferta e variedade alimentar em que a sociedade se encontra. Nunca antes foi consumida uma quantidade tão elevada de fast foods, comidas congeladas e gorduras trans.

O hábito de cozinhar e comer em família também foi reduzido, dando lugar a uma refeição rápida acompanhada de um “milk shake”. O hábito de pedir comida ou comer fora de casa com muita frequência, buscando rodízios, buffets e adicionando combos de porções extras, eleva ainda mais o consumo de calorias diário do qual o corpo realmente precisa.

No segundo caso, a redução do gasto calórico em atividades do dia a dia surte o efeito (indesejado). Hoje, é comum que uma pessoa tenha um **estilo de vida mais sedentário por conta da evolução tecnológica** (por exemplo, uso em demasia de celular, controle remoto, telefone sem fio) e que passe mais tempo assistindo à televisão ou mergulhada em redes sociais.

Caminhar menos, devido ao fácil acesso aos meios de transporte; usar eletrodomésticos que otimizam tarefas rotineiras; e o perfil de ocupações mais intelectuais (e menos braçais), são algumas das transformações que diminuíram o esforço da população em realizar atividades básicas.

Para reverter esse quadro e trazer eficácia à redução de peso, é necessário diminuir a ingestão calórica total diária e aumentar o gasto energético por meio da **prática de exercícios físicos**. A qualidade dos alimentos e o tamanho das porções ingeridas também são determinantes.





QUAIS SÃO OS MALEFÍCIOS DA OBESIDADE?

Como você sabe, a obesidade é um fator de risco para uma série de doenças crônicas. Uma pessoa obesa tem mais propensão a desenvolver problemas, como **doenças cardiovasculares, doenças respiratórias, hipertensão e diabetes tipo 2.**

Isso sem falar nos problemas físicos, como artrose, artrite, cansaço, pedra na vesícula, [privação de sono](#), refluxo e tumores de vesícula e de intestino. As complicações frequentemente mexem ainda com fatores psicológicos, causando a diminuição drástica da autoestima e, em alguns casos, até a depressão.

A obesidade também pode afetar a frequência dos relacionamentos sociais e amorosos, já que pessoas nessas condições saem menos de casa devido à frequente baixa autoestima. Uma vez existindo o relacionamento, o indivíduo obeso pode apresentar dificuldades no contato sexual.

A doença está relacionada à redução da testosterona nos homens, que pode causar a **queda de libido**, e a dificuldades de ereção. Já no caso das mulheres, pode haver atenuação dos níveis de hormônios como estrogênio e progesterona, e um aumento dos níveis de hormônios masculinos.

As mulheres podem notar **irregularidade menstrual**, aumento da quantidade de pelos e infertilidade. Porém, são grandes as chances de esses problemas se resolverem com uma perda de peso de cerca de 10%.

Como mencionado anteriormente, um conjunto de alimentação adequada, atividades físicas, acompanhamento médico e, em muitos casos, suplementação natural, pode contribuir para o gerenciamento de medidas de forma saudável e não invasiva.



ALIADOS NO GERENCIAMENTO NATURAL DE MEDIDAS

A busca dos brasileiros por uma vida mais saudável pode ser ilustrada pela [pesquisa](#) realizada em 2017 pela Federação das Indústrias do Estado de São Paulo (Fiesp), que revelou que **2.130 pessoas (dos 3.000 entrevistados) se esforçam para ter uma alimentação balanceada** e que até preferem pagar mais caro para ter produtos saudáveis.

O levantamento também mostrou que a expectativa dos compradores é que, em 10 anos, as gôndolas dos supermercados estejam abastecidas de **mercadorias mais nutritivas e livres de conservantes**. Com o consumidor final cada vez mais informado, cresce a exigência sobre a indústria quanto a qualidade e a transparência na composição dos produtos.





Tal cenário pode ser muito positivo para as farmácias de manipulação, uma vez que suas soluções vão bem ao encontro dessas expectativas, seja pela clareza necessária nas prescrições, pela orientação cuidadosa acerca do uso dos medicamentos, ou pelo tratamento individualizado que é proporcionado. Além disso, vale lembrar, que os manipulados apresentam menor possibilidade de gerar os temidos efeitos colaterais. Mas é claro que esse fator depende da qualidade dos insumos escolhidos e do preparo dos profissionais responsáveis.

É possível encontrar no mercado diferentes **opções naturais** para o gerenciamento de medidas, as quais podem tornar o seu negócio ainda mais relevante e atrativo diante da atual competitividade do mercado. Conheça a seguir:

GERENCIAMENTO DE MEDIDAS

Desenvolvido para auxiliar na luta contra o sobrepeso e promover o [emagrecimento natural](#), **Slendacor™** é um nutracêutico criado a partir de três ingredientes 100% naturais: *Murraya koenigii* (Curry indiano), *Cúrcuma longa* e *Moringa oleifera* (Acacia-branca). Essa combinação poderosa é capaz de inibir a lipogênese, ou seja, o acúmulo de gordura nas células, por **quebra da síntese de ácidos graxos e triglicérides armazenados no tecido adiposo**.

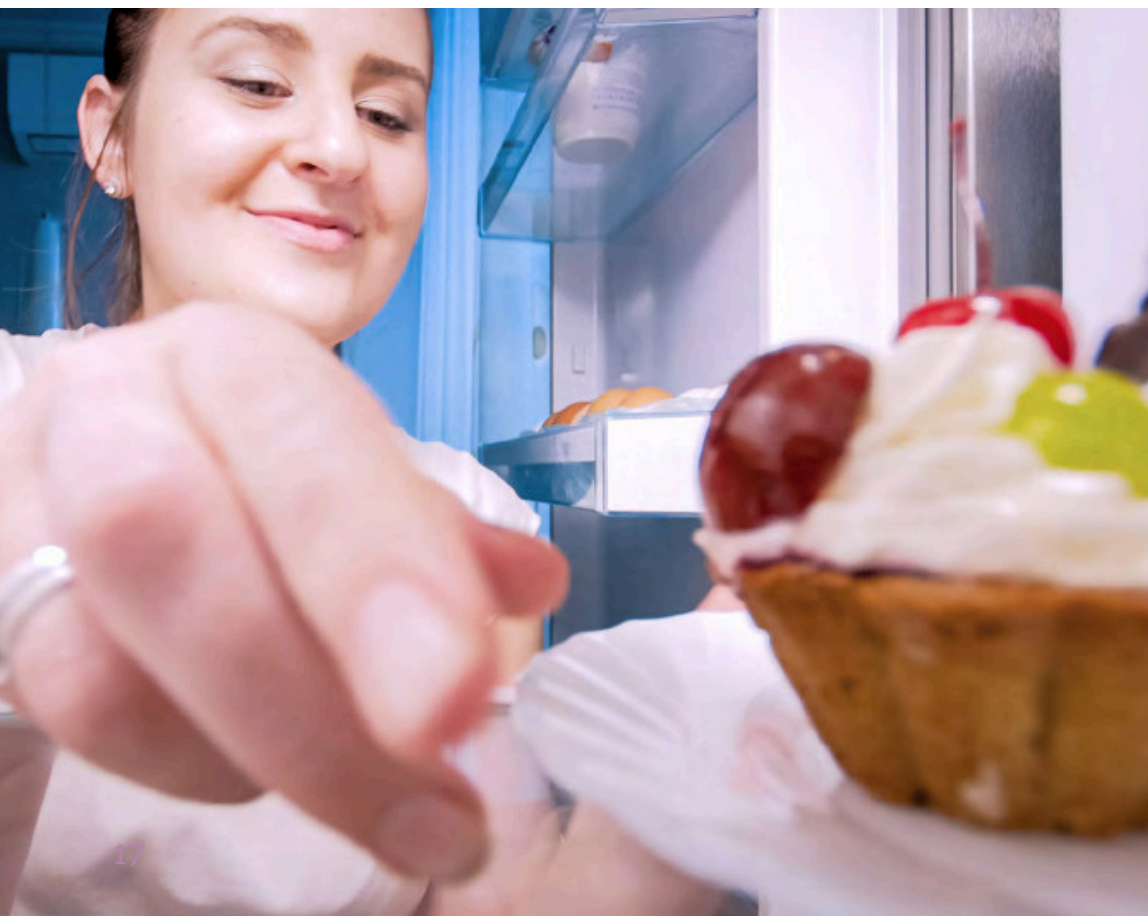
Por não contar com ingredientes estimulantes, como a cafeína, **Slendacor™** praticamente não tem efeitos adversos ou contraindicações. Os resultados de redução de medidas e queima acelerada de gordura podem ser notados a partir de duas semanas de uso contínuo, aumentando a disposição do paciente para atingir seus objetivos.



Além disso, o composto também ajuda a melhorar os níveis de colesterol, triglicérides e adiponectina (regulação da glicose). [Estudos clínicos](#) ainda mostram que **Slendacor™** é capaz de reduzir a quantidade do hormônio grelina, que controla o apetite, causando uma maior sensação de saciedade.

COMPULSÃO ALIMENTAR

Um dos maiores problemas de quem sofre com a obesidade é a compulsão alimentar, isto é, o ato de **ingerir alimentos mesmo sem sentir fome**, por ansiedade, estresse, depressão ou por perda de controle emocional. Esse é mais um caso em que os ingredientes naturais podem auxiliar o paciente, propondo um tratamento não invasivo, capaz de promover uma melhora significativa do bem-estar mental e físico e de prevenir os efeitos nocivos desse distúrbio químico.



Zembrin® é um ingrediente botânico inovador, clinicamente comprovado para melhorar o humor do indivíduo e diminuir a tensão, o estresse e a ansiedade. O ativo é composto pelo extrato de *Sceletium tortuosum*, uma planta de origem Sul-Africana utilizada há mais de 300 anos por povos indígenas para aliviar a fome, promover bem-estar e evitar ansiedade e fadiga.

O tratamento da compulsão alimentar pode ir muito além de cardápios voltados para a reeducação da relação com os alimentos. É preciso que o paciente identifique os motivos do descontrole e busque ajuda profissional. **Zembrin®** pode ser um aliado poderoso ao longo do processo.

COMPULSÃO POR DOCES

Parte da compulsão alimentar é marcada, mais especificamente, pelo desejo incontrolado de comer doces. O comportamento tende a gerar um **ciclo vicioso**, em que uma guloseima ativa a vontade de comer outra e mais outra, caracterizando uma circunstância de descontrole.

A série começa com a vontade de comer doce, que leva à ingestão e à liberação de insulina, o que, por sua vez, diminui o nível de glicose no sangue, dando a falsa sensação de que o corpo precisa repor a energia perdida e aumentando, vez após vez, o desejo de ingerir açúcar.

Geralmente, as pessoas que apresentam essas características sofrem com a **carência de nutrientes importantíssimos para combater a vontade excessiva de doces**, tais como cromo, magnésio e vitamina B6. Essa carência precisa ser repostada, por meio de compostos elaborados ou pelo consumo de fontes alimentares, caso contrário, esses indivíduos terão maior dificuldade em se livrar da dependência.



AUMENTO DE MASSA MAGRA

Uma das etapas contra a obesidade, depois da fase de eliminar gordura, é a de aumentar a massa magra, tonificando os músculos. **Bodybalance™** pode trazer ótimos resultados nesse sentido, pois é um suplemento nutricional, combinado de Peptídeos Bioativos de Colágeno®, específico para reduzir a gordura corporal e melhorar a nutrição muscular.

Quando combinado com a prática de exercícios físicos, o ativo tem seus efeitos potencializados, otimizando a composição corporal, aumentando a massa magra, diminuindo a flacidez e retardando o envelhecimento dos músculos.

FITOTERÁPICOS E FITOATIVOS

A obesidade e as doenças a ela relacionadas também podem ser tratadas com compostos fitoterápicos, desenvolvidos de forma natural para uma vida mais saudável. Eles podem ser elaborados de maneira individualizada, considerando todas as contraindicações, interações medicamentosas e necessidades específicas do paciente, a fim de chegar a um resultado que realmente o auxilie.

Dentre as **principais características dos fitoativos** estão benefícios como: eficácia na redução de gordura corporal; redução da circunferência da cintura; importante capacidade de atuação contra a síndrome metabólica.

CONCLUSÃO

Os altos números da obesidade no Brasil e no mundo têm intensificado a relevância do tema em seu caráter de alerta sobre **alimentação e mudança de hábitos**. Já é possível observar uma geração mais preocupada com sua saúde, assim como uma maior conscientização por parte daqueles que foram educados ainda segundo velhos paradigmas e prioridades.

O apelo dos produtos naturais no mercado tem ganhado força a cada dia. O novo consumidor está mais atento, crítico e exigente, o que não é diferente com relação às soluções de gerenciamento de medidas.

Como foi mostrado, há ativos com efeitos comprovados que podem auxiliar no processo de emagrecimento e ganho de massa magra de forma natural, os quais podem se tornar grandes chamarizes para as farmácias de manipulação.

É necessário trabalhar essas ofertas de maneira adequada, muitas vezes educando os consumidores para que eles abram os seus olhos às inúmeras possibilidades e vantagens que os suplementos, medicamentos e outros manipulados podem agregar em sua busca por uma **forma física e estilo de vida mais saudáveis**.

No mercado desde novembro de 2012, a **Iberoquímica** é uma empresa de insumos farmacêuticos 100% nacional, sediada em Jundiaí (SP), que conta com profissionais altamente qualificados e ampla experiência no segmento.

Buscando o aperfeiçoamento constante e investindo a cada dia na melhoria de seus processos, a Iberoquímica atua com responsabilidade e ética para levar ao mercado magistral produtos de qualidade superior e de resultados comprovados.

Nossas matérias-primas farmacêuticas são distribuídas para farmácias de manipulação de todo o Brasil. Também contamos com uma equipe altamente preparada para dar suporte, informações e dicas aos times de visitaçãõ médica.

[Acesse nosso site](#), conheça a nossa linha de produtos e [entre em contato com nossos visitantes](#). Eles estão prontos para ajudar os seus!

Siga a Iberoquímica no [Facebook](#), [Instagram](#) e [YouTube](#), e confira mais conteúdos para farmácias de manipulação!

