



Boas-vindas e introdução

Melhores práticas para motivar os seus pacientes a perder peso e fazer mudanças de estilo de vida saudáveis

A obesidade é uma doença complexa e crônica,¹ influenciada por fatores genéticos, psicológicos, ambientais e políticos, e deve ser tratada por profissionais de saúde.¹ Como um profissional de saúde, você está especialmente qualificado para iniciar e guiar seus pacientes pelo processo de perda de peso, manutenção do peso e melhora da saúde.

- Conversas e aconselhamento iniciados pelo médico a respeito de perda de peso encorajam os pacientes a mudarem o seu comportamento em relação à perda de peso³
- Aconselhamento de profissionais de saúde podem ter um efeito positivo sobre a ação do paciente em relação ao controle do peso³
- Alcançar e manter a perda de peso requer uma intervenção a longo prazo¹

Simplesmente por reconhecer as complexidades do excesso de peso e as implicações de tratar a condição, você está pronto para ajudar seus pacientes a melhorar seu peso, e, como resultado, sua saúde.

Visão geral do conteúdo

Para facilitar uma boa conversa com seus pacientes, pode ser útil usar técnicas, incluindo entrevista motivacional e terapia comportamental. O objetivo deste material educacional é apresentar uma base para estas técnicas, que esperamos que permitam que você tenha uma consulta eficaz sobre o peso com os seus pacientes.

Além disso, o material educacional é um recurso de base para o *Guia de Discussão*, que fornece pontos específicos e questões que podem ser usados diretamente na consulta com os pacientes. Além disso, os [links para as orientações atuais de tratamento da obesidade](#) estabelecidas pela Associação Americana de Endocrinologistas Clínicos (AACE), publicada em 2014, são fornecidas para referência. Existem várias diretrizes de manejo da obesidade, então você pode encontrar uma outra que melhor se adequa à sua prática, e para isso nós incluímos endereços da Web para outros recursos e diretrizes.

As seções a seguir abordam os seguintes tópicos:

- Entrevista motivacional
- Pontos-chaves para conversas de sucesso
- Terapia comportamental
- Visão geral de tratamento