### Obesidade e síndrome metabólica



Yarlenis Silva Carbonell - 075.829.961-35 Acessar Lista

## Questão 1 Cirurgia Tratamento cirúrgico

Devido à crescente importância do tratamento da obesidade mórbida por meio de cirurgia bariátrica, o Ministério da Saúde (MS) e a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) publicam, periodicamente, normas técnicas em relação à regulamentação. Uma das modificações da Resolução Normativa Nº 465, de 24 de fevereiro de 2021, do MS e da ANS, foi a

- A retirada do limite superior de idade.
- B dispensa da comprovação de falha de tratamento clínico para pacientes com IMC>40Kg/m².
- c inserção de pacientes com comprovação de falha do tratamento clínico com IMC>30Kg/m².
- p inclusão de pacientes acima de 18 anos com escore z maior que +4.

Essa questão possui comentário do professor no site 4000177599

#### Questão 2 Manifestações clínicas e doenças associadas

Paciente de 50 anos possui várias comorbidades e IMC = 45kg/m². Considerando as doenças tipicamente relacionadas com esse IMC, é possível que esse paciente evolua com:

- A insuficiência cardíaca congestiva, refluxo gastroesofágico, câncer de mama e hipertireoidismo
- B diabetes mellitus tipo 2, colelitíase, hérnia abdominal e hipergonadismo
- dislipidemia, câncer de pulmão, hipertrofia septal e hiperuricemia
- hipertensão arterial, apneia do sono, osteoartrite e câncer de cólon

4000170987

#### Questão 3 Critérios diagnósticos de síndrome metabólica

Segundo os critérios brasileiros, a Síndrome Metabólica ocorre quando estão presentes três dos cinco critérios a seguir:

- I. Obesidade central circunferência da cintura superior a 100 cm nas mulheres e nos homens;
- II. Hipertensão arterial pressão arterial sistólica ≥ 130 e/ou pressão arterial diastólica 85 mmHg;
- III. Glicemia alterada (glicemia ≥ 110 mg/dL) ou diagnóstico de diabetes;
- IV. Triglicerídeos ≥ 140 mg/dL;
- V. HDL colesterol < 40 mg/dL em homens e < 50 mg/dL em mulheres.

Estão corretos:

Α	١,	П	е	Ш.

C II, IV e V.

II, III e V.

D I, IV e V.

E II, III e IV.

4000169906

## Questão 4 Fisiopatogenia

A síndrome metabólica é cada vez mais frequente e confere aumento de risco de doença cardiovascular, tendo grande impacto na saúde da população.

Em relação à síndrome metabólica, analise as asserções a seguir e a relação entre elas.

I – Quando ocorre insulinorresistência, que é a hipótese mais aceita para a fisiopatologia da síndrome metabólica, ocorre aumento da lipólise e, por consequência, da produção de ácidos graxos.

#### **PORQUE**

II – A insulina medeia tanto a antilipólise quanto a estimulação da lipoproteína-lipase no tecido adiposo, sendo a estimulação da lipoproteína-lipase a via mais sensível de ação da insulina.

A respeito destas asserções, assinale a opção correta.

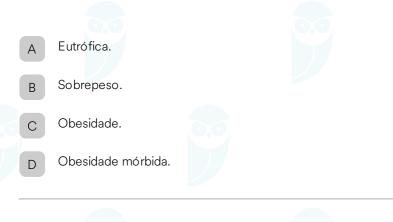
- As asserções I e II são proposições verdadeiras, e a II é uma justificativa da I.
- B As asserções I e II são proposições verdadeiras, mas a II não é uma justificativa da I.
- A asserção I é uma proposição verdadeira, e a II é uma proposição falsa.
- A asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira.
- E As asserções I e II são proposições falsas.

400016513

#### Questão 5 Diagnóstico de obesidade Avaliação Clínica

Adolescente, 16 anos de idade, chega à UBS com quadro de poliúria há, aproximadamente, 40 dias. Refere fadiga frequente, o que atribui ao aumento de peso, durante a pandemia. Nega febre, disúria e outros sintomas. Ao exame, IMC: 29kg/m²; acima do 95° percentil; bom estado geral, eupneica, hidratada, afebril, corada. Apresenta eritema macular hiperemiado sob ambas as mamas, pruriginoso. O exame de urina I mostra: pH: 7,2; Densidade: de 1,01; Ausência de cetonas, bilirrubina, urobilinogênio, sangue e nitrito; presença de glicose ++; raros leucócitos e raras células epiteliais. Glicemia em jejum foi de 100mg/dL

Diante os dados apresentados, indique a classificação dada a essa adolescente quanto à antropometria.



4000165042

## Questão 6 Etiologia Endocrinologia Critérios diagnósticos de síndrome metabólica

A síndrome metabólica é uma condição clínica para a qual o pediatra deve estar atento na sua rotina clínica. Sobre essa condição, é correto afirmar que

- é composta por anormalidades antropométricas, fisiológicas e bioquímicas que predispõem os indivíduos afetados ao desenvolvimento de obesidade e diabetes tipo 2, mas tem fraca relação com doença cardiovascular.
- B a obesidade é um fator de risco para seu desenvolvimento, mas o sobrepeso não.
- o estilo de vida saudável, com reeducação alimentar e estímulo à atividade física são ineficientes na prática clínica.
- D a adrenarca precoce está relacionada com a síndrome metabólica.
- a glicemia de jejum não pode ser usada como critério diagnóstico, devendo ser substituída pela hemoglobina glicada.

Essa questão possui comentário do professor no site 4000147022

## Questão 7 Endocrinologia Epidemiologia

Pesquisas demonstram que a complexidade da obesidade aponta para um problema multifatorial. Nesse contexto, analise as proposições abaixo e, em seguida, assinale a alternativa que as classificam em V (verdadeira) ou F (falsa) de forma respectivamente CORRETA: I. A obesidade é um dos maiores desafios da saúde pública na atualidade. II. A obesidade não pode ser considerada como atributo físico, percebido, interpretado e influenciado pelo sistema social. III. Fatores estruturais, como mobilidade, incluindo migração e trabalho sazonal e instabilidade política, não influenciam na obesidade.

- A V, V, V.
- B F, V, V.
- C V, F, V.
- D V, V, F.

Essa questão possui comentário do professor no site 4000146716

## Questão 8 Medicina de Família e Comunidade Obesidade e síndrome metabólica

O enfrentamento da obesidade pelo poder público no Brasil

- tem como um dos pilares a capacitação de uma rede de serviços de saúde especializados em cirurgias bariátricas.

  B requer o aprimoramento de medicamentos seguros e eficazes que moderem o apetite das pessoas necessitadas.

  C tem como um dos pilares a inclusão de uma rede de apoio psicológico às pessoas com sobrepeso com estabelecimento de metas a serem atingidas.
- deve ter a colaboração dos planos de saúde privados com estabelecimento de descontos para os beneficiários que alcançassem metas de perda de peso.
- exige o reconhecimento de um problema social e o envolvimento de vários setores na consolidação de uma política de segurança alimentar e nutricional.

4000146412

## Questão 9 Endocrinologia Critérios diagnósticos de síndrome metabólica

A síndrome metabólica é um importante fator de risco para doenças cardiovasculares e diabetes *mellitus* tipo 2. Sobre ela, assinale **Verdadeiro ou Falso** nas afirmativas abaixo e, em seguida, marque a sequência de respostas corretas da questão.

- ( ) a síndrome metabólica consiste numa constelação de anormalidades metabólicas incluindo obesidade periférica, resistência à insulina, hipertensão, dislipidemia, triglicerídeos altos e HDL baixo.
- ( ) são seus sinônimos: síndrome X ou síndrome de resistência insulínica.
- ( ) na síndrome metabólica os níveis de triglicerídeos em jejum devem ser > 150 mg / dL; colesterol HDL <40 mg / dL para homens e <50 mg / dL para mulheres e a glicose plasmática de jejum ≥100 mg / dL.
- ( ) limiares de circunferência de cintura na síndrome metabólica são ≥80 cm para mulheres brancas e afroamericanas e ≥ 94 cm para homens brancos e afroamericanos.
- Δ F, V, F, V
- B F, F, V, V
- C V, V, F, F
- D F. V. V. V
- F F, V, V, F

Essa questão possui comentário do professor no site 4000145683

#### Questão 10 Aspectos nutricionais Hipotireoidismo Endocrinologia

Dentre as recomendações dietéticas estabelecidas pela Organização Mundial de Saúde, que fundamentam as diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira, é **incorreto** 

- A limitar o consumo de sal iodado e substituí-lo pelo sal sem iodo.
- B manter o equilíbrio energético e o peso saudável.
- C aumentar o consumo de frutas, legumes e verduras.
- D limitar o consumo de açúcares livres.
- F limitar o consumo energético procedente das gorduras saturadas por insaturadas e eliminar as gorduras trans.

Essa questão possui comentário do professor no site 4000142496

#### Questão 11 Cirurgia Bariátrica e Metabólica Tratamento cirúrgico

Um paciente de 35 anos de idade, diabético, procura atendimento no ambulatório de cirurgia bariátrica. Atualmente, pesa 150 kg e mede 180 cm de altura. É hipertenso e tabagista.

Com base nesse caso clínico e nos conhecimentos médicos relacionados à cirurgia bariátrica, assinale a alternativa correta.

- A O paciente deve ser encaminhado para nutricionista e endocrinologista, já que não tem indicação para cirurgia bariátrica por causa de seu índice de massa corporal (IMC)
- B O paciente necessita, para ser elegível para a cirurgia, apresentar falha na terapia dietética, estabilidade psiquiátrica, atitude motivada e conhecimento acerca da cirurgia e de suas consequências, além de estar na faixa de IMC adequada.
- Um paciente acima de 200 kg não apresenta risco aumentado de mortalidade em comparação aos demais.
- D A técnica laparoscópica e a aberta apresentam os mesmos índices de mortalidade.
- Apenas pacientes com IMC acima de 35 kg/m2, associado à diabetes mellitus e (ou) à hipertensão arterial sistêmica, têm indicação cirúrgica.

4000141252

### Questão 12 Endocrinologia Obesidade e síndrome metabólica

A linha de cuidado da pessoa com sobrepeso e obesidade prevê:

- A O encaminhamento dos pacientes para os serviços de maior complexidade para aumentar as chances de sucesso dos tratamentos disponíveis nesse nível de atenção à saúde.
- B A realização de exames laboratoriais a cada 3 meses para monitoramento das comorbidades associadas ao excesso de peso.
- C A integração em todos os níveis de atenção à saúde do sistema de saúde regionalizado.
- D A convocação das pessoas com excesso de peso quando elas se encontram nas fases iniciais de ganho de peso.

4000140664

## Questão 13 Endocrinologia Critérios diagnósticos de síndrome metabólica

A Síndrome Metabólica é uma condição que está associada a um aumento no risco de doenças cardiovasculares e cerebrovasculares. NÃO é critério diagnóstico:

A	Triglicerídeos ≥ 150	mg/dL.						
В	LDL > 130 mg/dL.							
C	HDL < 40 mg/dL em homens e HDL < 50 mg/dL em mulheres.							
D	Pressão arterial sistólica ≥ 130 mmHg ou diastólica ≥ 85 mmHg.							
E	Glicemia de jejum ≥	110 mg/dL.						
			Essa questão possui comentário do p	professor no site 4000137940				
Ques	stão 14 Diagnóstic	a da abasidada (Fadassi						
		o de obesidade Endocri		a catavas da putrisão a				
	inte de 40 anos, con lia bariátrica.	n diabetes tipo 2 e nipert	ensão arterial, está sendo acompanhada pelo	s setores de nutrição e				
onarg	na banatrioa.							
Medi	ndo 1,60m de altura e	pesando 91kg, a paciente,	, de acordo com seu IMC, encontra-se no gru	oo de:				
Δ	pré-obesos.							
В	obesos grau 1.							
С	obesos grau 2.							
D	obesos grau 3 .							
			Essa questão possui comentário do	professor no site 4000133715				
Ques	stão 15 Drogas anti	idiabéticas não insulina	Tratamento medicamentoso Tratamento me	dicamentoso				
Duas	condições clínicas co	mumente sobrepostas são	o a obesidade e o diabetes.					
Qual	dos antiabéticos abaix	xo possui efeito também na	a redução de peso?					
Α	Saxagliptina							
В	Gliclazida							
C	Rosiglitazona							
D	Semaglutida							
			Essa questão possui comentário do	professor no site 4000131048				
		etabólica no tratamento do	diabetes mellitus Pacientes candidatos à cir	urgia bariátrica				
	crinologia							
Assina	ale a alternativa corre	ta em relação aos mecanis	smos que atuam fisiologicamente na resolução	ou melhora do Diabetes				

Mellitus tipo II com a realização de by-pass gástrico em Y - Roux.

- A Elevação de GIP
- B Redução de GLP-1
- C Aumento de grelina
- D Aumento de adiponectina
- E Redução da sensibilidade a insulina

Essa questão possui comentário do professor no site 4000129792

#### Questão 17 Endocrinologia Critérios diagnósticos de síndrome metabólica

Um homem com 43 anos de idade comparece ao ambulatório de cardiologia para iniciar seguimento por apresentar hipertensão arterial sistêmica. Ele relata que, há uma semana, havia realizado medida indireta, eventual de seus níveis pressóricos e observado pressão arterial = 240 x 120 mmHg. Naquele momento, não procurou assistência médica de urgência, mantendo-se assintomático desde então. O paciente informa ser ex- tabagista de 20 maços/ano tendo interrompido o hábito há 2 anos. Nega etilismo ou outros vícios; nega uso rotineiro de qualquer medicação. Ao exame físico, observa-se paciente em bom estado geral, obeso, com índice de massa corporal (IMC) de 40 Kg/m² (peso= 130 Kg; altura = 180 m) e circunferência abdominal de 120 cm, apresentando ausculta respiratória e cardíaca sem alterações. O exame do abdome não evidencia massas ou visceromegalias, observando-se edema discreto e simétrico em ambos os membros inferiores. Apresenta frequência cardíaca = 92 bpm. pressão arterial = 220 x 130 mmHg em ambos os braços, utilizando-se esfigmomanômetro apropriado para circunferência braquial. Foram solicitados exames laboratoriais que evidenciam sódio sérico = 142 mEq/L( valor de referência 135 a 145 mEq/L); potássio sérico = 4 ,1 mEq/L (valor de referência: 3,5 a 4,5 mEq/L); creatinina sérica = 1,3 mg/dL (valor de referência: 0,6 a 1,2 mg/dL); ureia sérica = 38 mg/dL (valor de referência: 30 a 60 mg/dL), glicemia de jejum (dias diferentes) = 130 mg/dL (primeira amostra) e 134 mg/dL (segunda amostra), (valor de referência: 70 a 99 mg/dL); colesterol total = 214 mg/dL (valor de referência limítrofe: 200 a 239 mg/dL); colesterol LDL = 141 mg/dL (valor de referência limítrofe 130 a 159 mg/dL); colesterol HDL = 45 mg/dL (valor desejável: superior a 60 mg/dL); colesterol VLDL = 28 mg/dL (valor de referência até 30 mg/dL); triglicérides = 138 mg/dL (valor de referência limítrofe: 150 a 199 mg/dL); excreção urinária de albumina = 260 mg/dia (0,18 pg/min). O eletrocardiograma e o raio-X do tórax estavam normais. Com base na história clínica e nos achados do exame físico do paciente, faça o que se pede no item a seguir.

Cite, entre as informações acima, três critérios que caracterizam o diagnóstico:

4000127929

## Questão 18 Endocrinologia Critérios diagnósticos de síndrome metabólica

Um homem com 43 anos de idade comparece ao ambulatório de cardiologia para iniciar seguimento por apresentar hipertensão arterial sistêmica. Ele relata que, há uma semana, havia realizado medida indireta, eventual de seus níveis pressóricos e observado pressão arterial = 240 x 120 mmHg. Naquele momento, não procurou assistência médica de urgência, mantendo-se assintomático desde então. O paciente informa ser ex- tabagista de 20 maços/ano tendo interrompido o hábito há 2 anos. Nega etilismo ou outros vícios; nega uso rotineiro de qualquer medicação. Ao exame físico, observa-se paciente em bom estado geral, obeso, com índice de massa corporal (IMC) de 40 Kg/m² (peso=130 Kg; altura = 180 m) e circunferência abdominal de 120 cm, apresentando ausculta respiratória e cardíaca sem alterações. O exame do abdome não evidencia massas ou visceromegalias, observando-se edema discreto e simétrico em ambos os membros inferiores. Apresenta frequência cardíaca = 92 bpm. pressão arterial = 220 x 130 mmHg em ambos os braços, utilizando-se esfigmomanômetro apropriado para circunferência braquial. Foram solicitados exames laboratoriais que evidenciam sódio sérico = 142 mEq/L( valor de referência 135 a 145 mEq/L); potássio sérico = 4 ,1 mEq/L (valor de referência: 3,5 a 4,5 mEq/L); creatinina sérica = 1,3 mg/dL (valor de referência: 0,6 a 1,2 mg/dL); ureia sérica = 38 mg/dL (valor de referência: 30 a 60 mg/dL), glicemia de jejum (dias diferentes) = 130 mg/dL (primeira amostra) e 134 mg/dL (segunda amostra), (valor de referência: 70 a 99 mg/dL); colesterol total = 214 mg/dL (valor de referência limítrofe: 200 a

239 mg/dL); colesterol LDL = 141 mg/dL (valor de referência limítrofe 130 a 159 mg/dL); colesterol HDL = 45 mg/dL (valor desejável: superior a 60 mg/dL); colesterol VLDL = 28 mg/dL (valor de referência até 30 mg/dL); triglicérides = 138 mg/dL (valor de referência limítrofe: 150 a 199 mg/dL); excreção urinária de albumina = 260 mg/dia (0,18 pg/min). O eletrocardiograma e o raio-X do tórax estavam normais. Com base na história clínica e nos achados do exame físico do paciente, faça o que se pede no item a seguir.

Identifique o diagnóstico sindrômico desse paciente.

4000127928

## Questão 19 Endocrinologia Obesidade e síndrome metabólica

Um homem com 55 anos de idade, interessado em fazer exames "de rotina", procura ambulatório de Clínica Médica por estar preocupado com sua saúde, pois acha que "tem relaxado" nos últimos anos. Está assintomático e relata ganho ponderal, em parte explicado pelo seu sedentarismo. Ele nega tabagismo, mas diz que bebe regularmente cerveja, especialmente nos finais de semana. Refere que "come de tudo", sem restrições. Sua mãe é portadora de diabetes melito do tipo 2 e seu pai tem histórico de infarto agudo do miocárdio. Ao exame físico, o paciente apresenta-se normocorado, hidratado e eupneico, com índice de massa corporal = 35 kg/m²; pressão arterial = 140 x 90 mmHg; frequência cardíaca = 88 bpm. Não se observam alterações significativas na ausculta pulmonar e cardíaca do paciente, constantando-se, ainda, fígado palpável a 2 cm do rebordo costal direito e ausência de edemas ou alterações neurológicas significativas. Com base na história clínica e nos achados do exame físico do paciente, faça o que se pede no item a seguir. Explicite os esclarecimentos que devem ser fornecidos ao paciente sobre possíveis riscos à sua saúde, uma vez confirmado o diagnóstico.

4000126430

## Questão 20 Tratamento não medicamentoso Endocrinologia

Um homem com 55 anos de idade, interessado em fazer exames "de rotina", procura ambulatório de Clínica Médica por estar preocupado com sua saúde, pois acha que "tem relaxado" nos últimos anos. Está assintomático e relata ganho ponderal, em parte explicado pelo seu sedentarismo. Ele nega tabagismo, mas diz que bebe regularmente cerveja, especialmente nos finais de semana. Refere que "come de tudo", sem restrições. Sua mãe é portadora de diabetes melito do tipo 2 e seu pai tem histórico de infarto agudo do miocárdio. Ao exame físico, o paciente apresenta-se normocorado, hidratado e eupneico, com índice de massa corporal = 35 kg/m²; pressão arterial = 140 x 90 mmHg; frequência cardíaca = 88 bpm. Não se observam alterações significativas na ausculta pulmonar e cardíaca do paciente, constatando-se, ainda, fígado palpável a 2 cm do rebordo costal direito e ausência de edemas ou alterações neurológicas significativas. Com base na história clínica e nos achados do exame físico do paciente, faça o que se pede no item a seguir. Descreva cinco orientações e recomendações que devem ser fornecidas ao paciente já no primeiro atendimento.

4000126429

## Questão 21 Endocrinologia Critérios diagnósticos de síndrome metabólica

Um homem com 55 anos de idade, interessado em fazer exames "de rotina", procura ambulatório de Clínica Médica por estar preocupado com sua saúde, pois acha que "tem relaxado" nos últimos anos. Está assintomático e relata ganho ponderal, em parte explicado pelo seu sedentarismo. Ele nega tabagismo, mas diz que bebe regularmente cerveja, especialmente nos finais de semana. Refere que "come de tudo", sem restrições. Sua mãe é portadora de diabetes melito do tipo 2 e seu pai tem histórico de infarto agudo do miocárdio. Ao exame físico, o paciente apresenta-se normocorado, hidratado e eupneico, com índice de massa corporal = 35 kg/m²; pressão arterial = 140 x 90 mmHg; frequência cardíaca = 88 bpm. Não se observam alterações significativas na ausculta pulmonar e cardíaca do paciente, constatando-se, ainda, fígado palpável a 2 cm do rebordo costal direito e ausência de edemas ou alterações neurológicas significativas. Com base na história clínica e nos achados do exame físico do paciente, faça o que se pede no item a seguir. Cite três exames complementares laboratoriais a serem solicitados para confirmar o diagnóstico.

4000126428

Um homem com 55 anos de idade, interessado em fazer exames "de rotina", procura ambulatório de Clínica Médica por estar preocupado com sua saúde, pois acha que "tem relaxado" nos últimos anos. Está assintomático e relata ganho ponderal, em parte explicado pelo seu sedentarismo. Ele nega tabagismo, mas diz que bebe regularmente cerveja, especialmente nos finais de semana. Refere que "come de tudo", sem restrições. Sua mãe é portadora de diabetes melito do tipo 2 e seu pai tem histórico de infarto agudo do miocárdio. Ao exame físico, o paciente apresenta-se normocorado, hidratado e eupneico, com índice de massa corporal = 35 kg/m²; pressão arterial = 140 x 90 mmHg; frequência cardíaca = 88 bpm. Não se observam alterações significativas na ausculta pulmonar e cardíaca do paciente, constatando-se, ainda, fígado palpável a 2 cm do rebordo costal direito e ausência de edemas ou alterações neurológicas significativas. Com base na história clínica e nos achados do exame físico do paciente, faça o que se pede no item a seguir. Identifique a hipótese principal de diagnóstico e cite outra avaliação, realizada no âmbito do exame físico, que pode contribuir para confirmar o diagnóstico do paciente.

4000126427

# Questão 23 Diagnóstico de obesidade Tratamento medicamentoso Critérios diagnósticos de síndrome metabólica

Uma mulher com 35 anos de idade procura atendimento na Unidade Básica de Saúde para tratamento de obesidade. Manifesta desejo de usar medicações para diminuir a sensação de fome, pois refere que uma vizinha está tendo bons resultados com o uso de medicamentos há vários meses. A paciente é casada, tem três filhos - o mais novo com dois anos - e atualmente não está trabalhando. Relata que ganhou muito peso durante a última gestação e que não conseguiu retornar ao peso anterior. Nega hipertensão ou diabetes. Não consegue fazer atividade física regular, pois tem dores na coluna e nos joelhos e diz que tem dificuldade em seguir dietas. O exame físico revela: peso = 78 kg; altura = 1,62 m; Índice de massa corporal - IMC = 29,7 kg/m²; pressão arterial = 130 x 80 mmHg; circunferência abdominal = 90 cm. O restante do exame físico não apresenta alterações significativas. Com base nessas informações, é correto afirmar que:

- A existe indicação para tratamento farmacológico e a droga de escolha é a sibutramina na dose de 15 mg ao dia.
- os valores de circunferência abdominal e IMC colocam a paciente em situação de aumento de risco cardiovascular.
- pelo cálculo do IMC, a paciente é classificada como de peso adequado, não necessitando intervenção medicamentosa.
- existe indicação para uso de inibidor da enzima de conversão, pelo risco de progressão para hipertensão arterial sistêmica.

4000126742

### Questão 24 Diabetes induzido por drogas Betabloqueadores Endocrinologia

Uma mulher de 57 anos de idade, em acompanhamento na Unidade Básica de Saúde, apresenta-se com PA = 150 x 100 mmHg, circunferência abdominal de 100 cm, glicemia = 115 mg/dL (valor de referência < 99 mg/dL), triglicérides = 200 mg/dL (valor de referência < 150 mg/dL), HDL = 35 mg/dL (valor desejável > 60 mg/dL).

Na terapia medicamentosa hipotensora, a droga que potencialmente apresenta efeitos metabólicos antagônicos às medidas para redução de peso e de controle da glicemia é

