

# MITOS E VERDADES SOBRE O OZEMPIC: Esclarecimentos para Quem Busca Saúde e Bem-Estar



*Popular no Brasil, o Ozempic ainda gera dúvidas e debates, Dra. Gisele Werneck desmistifica informações e reforça a importância do acompanhamento médico.*

O Ozempic, nome comercial da semaglutida, é um medicamento desenvolvido originalmente para o tratamento de diabetes tipo 2. Recentemente, ganhou destaque no Brasil e no mundo por seu uso associado à perda de peso, especialmente em pessoas com obesidade. Apesar de seus benefícios comprovados, a popularização trouxe também uma onda de mitos e desinformação. A Dra. Gisele Werneck, médica nutróloga e especialista em bem-estar, beleza e performance humana, esclarece as dúvidas mais comuns sobre o tema.

## **O que é o Ozempic e por que ele se popularizou?**

O Ozempic é uma medicação injetável que atua mimetizando um hormônio intestinal, o GLP-1, responsável por regular os níveis de glicose e a sensação de saciedade. No contexto da obesidade, ele ajuda a reduzir o apetite, promover a perda de peso e melhorar a saúde metabólica.

Segundo a Dra. Gisele Werneck, a popularização do Ozempic como auxiliar no emagrecimento ocorre devido aos resultados significativos alcançados por muitos pacientes, além de estudos recentes que indicam benefícios adicionais, como a redução do risco de doenças cardiovasculares, incluindo AVC e infarto.

## **Mitos e Verdades Sobre o Ozempic**

O Ozempic causa câncer? Não, o Ozempic não causa câncer. Pelo contrário, ele pode ajudar pacientes com obesidade a reduzirem o risco de desenvolver tipos de câncer associados ao excesso de peso. "Sabemos que a obesidade está relacionada a mais de 15 tipos de câncer, incluindo o de mama. Perder peso com o auxílio do Ozempic pode ser um fator de proteção", explica Dra. Gisele Werneck.

Existe o 'Ozempic Face': É mito, não existe uma "síndrome" chamada Ozempic Face. O que ocorre é que a perda rápida de peso, sem acompanhamento médico adequado, pode levar à perda de massa muscular e à flacidez, inclusive no rosto e glúteos. "A chave é um acompanhamento médico e nutricional cuidadoso para evitar esses efeitos colaterais", ressalta a especialista.

Pode causar efeitos gastrointestinais? Sim, efeitos colaterais como náusea, diarreia ou constipação são comuns em alguns pacientes. "A sensibilidade à medicação varia, mas esses sintomas geralmente são transitórios e podem ser controlados com ajustes na dosagem ou dieta", explica.

Reduz riscos cardiovasculares: Verdade, estudos recentes confirmam que o Ozempic pode diminuir os riscos de doenças como infarto e AVC. "Ao ajudar na perda de peso e na melhora da síndrome metabólica, o medicamento tem impacto positivo na saúde cardiovascular", reforça a Dra. Gisele.

Nem todos emagrecem com o Ozempic: Verdade, algumas pessoas podem não obter o efeito emagrecedor esperado, o que pode estar ligado a hábitos alimentares inadequados ou a problemas metabólicos. "Por isso, o acompanhamento médico e nutricional é indispensável para personalizar o tratamento e otimizar os resultados", orienta.

### **A Importância do Acompanhamento Médico**

O uso do Ozempic deve ser sempre orientado por um médico, que avaliará se a medicação é indicada para o paciente e monitorará possíveis efeitos colaterais. Além disso, o apoio de um nutrólogo pode potencializar os resultados, ajustando a dieta às necessidades do paciente e garantindo a manutenção de massa muscular e saúde geral.

"Minha missão é ajudar cada paciente a alcançar seus objetivos de saúde de forma segura e sustentável, e o Ozempic pode ser uma ferramenta valiosa, mas nunca deve ser usada de forma indiscriminada", conclui Dra. Gisele Werneck.

Foto: Divulgação

<https://jornalpanfletus.com.br/cp3.masterix.inf.br/noticia/6175/mitos-e-verdades-sobre-o-ozempic-esclarecimentos-para-quem-busca-saude-e-bem-estar> em 27/06/2026 10:59