

**PERCEPÇÃO DE USUÁRIOS *OFF-LABEL* DE SEMAGLUTIDA (OZEMPIC®) E
TIRZEPATIDA (MOUNJARO®) SOBRE A CONTRIBUIÇÃO DO TREINAMENTO
RESISTIDO PARA A PRESERVAÇÃO DA MASSA MUSCULAR E A AUTOIMAGEM
CORPORAL**

Raiza de Paula Campos Pereira¹
Diógenes Narciso de Freitas Costa²
Fábio Florindo Soares²
Marcelo Maia Costa²
Suene Franciele Nunes Chaves²

suene.nchaves@ufv.br

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: obesidade; uso de fármacos; dieta; saúde; perda de peso.

1 INTRODUÇÃO

A obesidade é uma doença crônica, multifatorial, que pode afetar diversas funções do corpo humano, tornando-se um dos maiores desafios para a saúde pública (Dâmaso *et al.*, 2021). O estilo de vida sedentário e a obesidade, agravada pela ausência de atividade física e/ou exercício físico, podem ser o estopim que para desencadear inúmeras outras doenças (Dâmaso *et al.*, 2021; Polito; Montenegro; Falconi, 2025). Além disso, outras modificações estão relacionadas a própria obesidade, como o crescimento da medida da circunferência abdominal, pressão alta, níveis elevados de triglicerídeos, colesterol, diabetes e níveis baixos de HDL (Polito *et al.* 2023). Apesar da dieta e atividade física serem as principais abordagens terapêuticas para a obesidade, a medicação também pode ser empregada (Maia *et al.*, 2024). A terapia medicamentosa é uma alternativa em casos extremos que podem dificultar a adesão e aderência ao exercício físico, como por exemplo o diabetes. Mas, considerando os potenciais deletérios dessa alternativa, uma dúvida pertinente surge: a terapia medicamentosa isolada é eficiente? Estudos anteriores, demonstram que a intervenção medicamentosa auxilia os pacientes a adotar mudanças no estilo de vida e a superar algumas barreiras fisiológicas que impedem a perda de peso (Feier *et al.*, 2024). Segundo Tinsley e Naldolsky (2025), a redução de tecido mole magro correspondeu a aproximadamente 40% do peso total perdido com semaglutida, ao passo que mostrou uma perda de 26% com a utilização de tirzepatida. Segundo uma análise publicada na revista *The Lancet*, essa redução é considerada importante e está acima do que é entendido como benéfico para a saúde (Shasta, 2025). Nesse cenário, o treinamento resistido se destaca como a principal intervenção não farmacológica para reduzir os efeitos prejudiciais da perda de peso causada por

¹ Acadêmica do curso de Educação Física – Centro Universitário Vértice – Univértix – Matipó.

² Docente do curso de Educação Física – Centro Universitário Vértice – Univértix – Matipó.

agonistas de GLP-1/GIP. O treinamento resistido é o estímulo mais eficaz para a preservação e o crescimento do músculo esquelético, sendo fundamental para manter uma composição corporal saudável e melhorar a percepção da autoimagem (Chaves *et al.*, 2024; Polito; Montenegro; Falconi, 2025). Entretanto há uma lacuna quanto às experiências, percepções e significados atribuídos pelos indivíduos que utilizam essas medicações associadas à prática de exercícios físicos. Nesse contexto, a pergunta central deste estudo é: qual é a percepção de usuários *off-label* de semaglutida (Ozempic®) e tirzepatida (Mounjaro®) sobre a contribuição do treinamento resistido para a preservação da massa muscular e para a autoimagem corporal? Neste sentido, o objetivo geral deste trabalho é investigar a percepção de usuários *off-label* de semaglutida (Ozempic®) e tirzepatida (Mounjaro®) sobre a contribuição do treinamento resistido para a preservação da massa muscular e para a autoimagem corporal.

2 METODOLOGIA

O estudo pode ser caracterizado como de caráter exploratório e descritivo, utilizando as abordagens qualitativas (Mattar; Ramos, 2021). Sendo assim, antes de iniciar a coleta de dados, este estudo será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Univértix (CEP – UNIVÉRTIX). No estudo os procedimentos serão realizados em conformidade às normas estabelecidas pela Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e em acordo com o ofício circular 2/2021. Portanto, após aprovação ética, todos os participantes deverão preencher um Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). O estudo será desenvolvido no âmbito do Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX, instituição privada de ensino superior localizada no município de Matipó – Minas Gerais, e terá abrangência regional, contemplando participantes residentes em Matipó e em municípios circunvizinhos. O recrutamento dos participantes ocorrerá por meio de amostragem não probabilística do tipo bola de neve (*snowball sampling*), técnica indicada para o recrutamento de indivíduos com características específicas e de difícil acesso (Goodman, 1961 *apud* Sacheto Oliveira *et al.*, 2021). Os participantes serão convidados por meio das estratégias de divulgação da pesquisa nas redes sociais e redes de contato, dos alunos matriculados no curso de Bacharel e Licenciatura em Educação Física-UNIVÉRTIX. Os participantes registrarão eletronicamente sua concordância em participar do estudo por meio de um formulário eletrônico, após a leitura e compreensão do TCLE. A pesquisa será realizada em três etapas, a seguir: Cuidados Éticos; Validação do instrumento de pesquisa; e, Pesquisa de Campo. A primeira etapa, conforme já descrito é a submissão ao Comitê de Ética e Pesquisa. A segunda etapa será realizada com a participação de especialistas e populações similares as da pesquisa de campo. Na terceira etapa, as sementes serão construídas a partir de: (1) um questionário de caracterização sociodemográfica e informações relacionadas ao uso de semaglutida (Ozempic®) ou tirzepatida (Mounjaro®) e à prática de treinamento resistido; e (2) uma entrevista semiestruturada composta por perguntas abertas destinadas à compreensão das percepções dos participantes sobre a preservação da massa muscular e a autoimagem corporal durante o uso dessas medicações associado ao treinamento resistido. Como critérios de inclusão, serão

utilizados: a) ter utilizado ou estar utilizando semaglutida (Ozempic®) ou tirzepatida (Mounjaro®) de forma *off-label* nos últimos 12 meses; b) ter realizado treinamento resistido assistido ou supervisionado por profissional de Educação Física durante o período de utilização da medicação; c) possuir idade igual ou superior a 18 anos; d) ser identificado por meio das redes de contato estabelecidas durante o processo de recrutamento; e) concordar voluntariamente com a participação na pesquisa mediante manifesto eletrônico de sua concordância após a leitura do TCLE disponibilizado em ambiente virtual. Como critérios de exclusão serão adotados: a) não atenderem integralmente aos critérios de inclusão; b) não concluírem a entrevista após seu início; c) desistirem da participação em qualquer etapa da pesquisa identificável. A análise de dados será realizada conforme proposto por Bardin (Bardin, 2016 *apud* Valle; Ferreira, 2025).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Por se tratar de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), as fases de coleta de dados serão iniciadas após a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Univértix. Posteriormente, os resultados serão confrontados com a literatura pertinente para discussão dos resultados.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O referido estudo encontra-se em desenvolvimento na fase de submissão do comitê de ética e pesquisa e por esta consonância, o parecer final será apresentado após o término da coleta de dados.

REFERÊNCIAS

CHAVES, Suene Franciele Nunes *et al.* Diagnosis, physiological mechanisms, risk factors, treatment and prevention of obesity: A brief commentary. **Obesity Medicine**, [s. l.], v. 52, p. 100572, 2024. Disponível em: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S2451847624000435>. Acesso em: 18 fev. 2025.

DÂMASO, Ana R *et al.* Guia prático: exercício físico e obesidade. **São Paulo: Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (ABESO)**, [s. l.], p. 16, 2021. Disponível em: <https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2021/08/GuiaAtividadeV4-CapaB.pdf>. Acesso em: 8 jun. 2026.

FEIER, Catalin *et al.* Assessment of Thyroid Carcinogenic Risk and Safety Profile of GLP1-RA Semaglutide (Ozempic) Therapy for Diabetes Mellitus and Obesity: A Systematic Literature Review. **International Journal of Molecular Sciences**, [s. l.], v. 25, n. 8, p. 4346, 2024.

GOODMAN, Leo A. Snowball Sampling. **The Annals of Mathematical Statistics**, [s. l.], v. 32, n. 1, p. 148–170, 1961. Disponível em: <https://www.jstor.org/stable/2237615>. Acesso em: 26 fev. 2026.

MAIA, Júlia Cordeiro *et al.* Estratégias de Prevenção e Tratamento da Obesidade: Perspectivas Clínicas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [s. l.], v. 6, n. 2, p. 269–280, 2024. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/1370>. Acesso em: 8 jun. 2026.

MATTAR, João. **Metodologia de Pesquisa em Educação: Abordagens Qualitativas, Quantitativas e Mistas**. São Paulo, SP: Edições 70, 2021.

POLITO, L. F. T.; MONTENEGRO, C. G.; DE SÁ P.; FALCONI, C. A. **Manual de prescrição do exercício físico para grupos especiais**. Barueri: Manole, 2023. E-book. p.57. ISBN 9788520464625. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788520464625/>. Acesso em: 5 maio 2026.

SHASTA, Layla. **Ozempic e Mounjaro reduzem massa magra ou causam sarcopenia? Entenda**. [S. l.], 2025. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/medicina/ozempic-e-mounjaro-reduzem-massa-magra-ou-causam-sarcopenia-entenda/>. Acesso em: 8 jun. 2026.

TINSLEY, Grant M.; NADOLSKY, Spencer. Preservation of lean soft tissue during weight loss induced by GLP-1 and GLP-1/GIP receptor agonists: A case series. **Sage Open Medical Case Reports**, [s. l.], v. 13, p. 2050313X251388724, 2025. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2050313X251388724>. Acesso em: 8 jun. 2026.

VALLE, Paulo Roberto Dalla; FERREIRA, Jacques de Lima. Análise de conteúdo na perspectiva de Bardin: contribuições e limitações para a pesquisa qualitativa em educação. **Educação em Revista**, [s. l.], v. 41, p. e49377, 2025.