ESTRATÉGIAS NUTRICIONAIS NA TRANSIÇÃO METABÓLICA PÓS-USO DE AGONISTAS DE GLP-1: MANEJO DA SARCOPENIA E REEDUCAÇÃO DA SACIEDADE

Bruna Cardoso de Souza Alves Amorim[1]

Natyellen Nayara da Silva[2]

Me. John Lennon Vasques Dos Reis[3]

Resumo

O uso de agonistas de GLP-1 no tratamento da obesidade tem aumentado significativamente, ampliando discussões sobre os efeitos metabólicos após a descontinuação terapêutica. Este estudo objetivou analisar a relação entre estratégias nutricionais e o manejo da transição metabólica no período pós-uso desses fármacos. Foi realizada revisão narrativa da literatura nas bases PubMed, SciELO e Google Scholar, considerando publicações entre 2022 e 2025 que abordassem reganho ponderal, composição corporal, saciedade e intervenções nutricionais após a cessação farmacológica. Os estudos analisados demonstraram que a ausência de acompanhamento nutricional favorece o reganho de peso, a perda de massa magra e maior vulnerabilidade à sarcopenia. Em contrapartida, estratégias como adequação proteica, fracionamento alimentar, reeducação da saciedade e manejo de sintomas gastrointestinais residuais estiveram associadas à maior estabilidade metabólica e ponderal. Conclui-se que a atuação do nutricionista é fundamental para a manutenção dos resultados terapêuticos e para a sustentabilidade clínica da perda de peso no período pós-uso de agonistas de GLP-1.

Palavras-chave: agonistas de GLP-1; obesidade; saciedade; sarcopenia; transição metabólica.

---

[1] Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.

[2] Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.

[3] Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia. Mestre em Nutrição e Saúde pela Universidade Federal de Goiás (2022).