

RESUMO SIMPLES - CIÊNCIAS DA SAÚDE

DIETA CETOGÊNICA E A REDUÇÃO DE ÁREAS E CIRCUNFERÊNCIAS AFETADAS POR LIPEDEMA

Loiane Pinheiro Aliano (LOIANE.PINHEIRO@HOTMAIL.COM)

Joyce Carolina De Antoni Simões (joyce.antoni@ead.eduvaleavare.com.br)

O lipedema é uma doença progressiva e subdiagnosticada, onde o tecido adiposo se torna resistente a dieta e atividade física, com acúmulo de gordura na região das nádegas e quadril, com sintomas de dor e alteração de mobilidade devido ao abrupto volume dos membros. O objetivo do estudo foi investigar se a dieta cetogênica tem papel auxiliador no tratamento de pessoas portadoras da doença. A metodologia utilizada foi através da pesquisa de publicações científicas fundamentadas na base de dados do Google Acadêmico, utilizando os descritores “nutrição” e “lipedema” e “dieta cetogênica”. Como resultados observou-se que alguns estudos apresentavam relação da dieta cetogênica com a redução de medidas corporais. Um outro artigo relatava que uma dieta cetogênica de baixa caloria seria superior a uma dieta controle não cetogênica na redução do tecido adiposo subcutâneo da panturrilha em mulheres com lipedema. Alguns ensaios clínicos randomizados mostraram que o grupo com dieta cetogênica apresentavam uma redução da área SAT (tecido adiposo subcutâneo) e da circunferência da panturrilha em

mulheres com lipedema. Com isso, adequar novos hábitos e o emprego da dieta cetogênica devidamente orientada por um profissional nutricionista, pode auxiliar na redução de medidas corporais, inclusive em áreas mais sensibilizadas pelo lipedema, proporcionando diminuição da inflamação e melhora na qualidade de vida.

Palavras-chave: nutrição; lipedema; dieta cetogênica.