



## INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EM PACIENTE COM LIPEDEMA: RELATO DE ESTUDO DE CASO

**Luane Ribeiro Vaz**  
**Letícia Mazepa**

### Resumo

O lipedema é uma condição crônica e sistêmica caracterizada pelo acúmulo anormal e simétrico de gordura subcutânea, principalmente nos membros inferiores, podendo afetar também os membros superiores, poupando mãos e pés, e apresentando como sintomas centrais dor aumentada, sensibilidade local e impacto negativo na qualidade de vida das pacientes. Apesar da alta prevalência entre mulheres, ainda não existe um padrão único de intervenção nutricional para o manejo do lipedema, tornando indispensável a individualização da abordagem dentro de um tratamento multidisciplinar. Diante desse contexto, este estudo teve como objetivo analisar se a intervenção nutricional poderia contribuir para a redução dos sintomas e melhora da qualidade de vida de uma paciente com lipedema, por meio de acompanhamento clínico individualizado realizado na Clínica Escola de Nutrição do Centro Universitário Autônomo do Brasil – UniBrasil, em Curitiba – PR. O estudo caracteriza-se como relato de caso clínico com abordagem qualitativa e quantitativa, envolvendo uma paciente adulta, do sexo feminino, com diagnóstico clínico de lipedema, acompanhada durante quatro meses, com encontros mensais, nos quais foram coletados dados antropométricos (peso, altura, dobras cutâneas e circunferências), avaliação de consumo alimentar por inquérito de frequência alimentar e registro alimentar, registros fotográficos e aplicação do Questionário de Avaliação Sintomática do Lipedema – QuASiL, validado no Brasil. Os encontros intermediários tiveram como finalidade monitorar adesão ao plano alimentar, identificar dificuldades e realizar ajustes nutricionais individualizados. Ao final do acompanhamento, os dados antropométricos, fotográficos e os escores do QuASiL foram comparados com os da avaliação inicial, permitindo análise descritiva e quantitativa da evolução clínica. A intervenção nutricional proporcionou redução dos sintomas inflamatórios, incluindo dor, edema e sensibilidade aumentada, diminuição de medidas corporais e melhora do bem-estar geral da paciente. Além disso, promoveu consciência alimentar e autonomia da paciente para manter hábitos saudáveis. Os resultados deste estudo reforçam a relevância da nutrição como ferramenta complementar no manejo do lipedema, evidenciando que estratégias individualizadas, baseadas em evidências científicas, podem potencializar os efeitos de outras intervenções terapêuticas, melhorar a adesão ao tratamento e favorecer a qualidade de vida das pacientes, contribuindo para fundamentar futuras recomendações nutricionais e estudos mais amplos sobre o tema.

**Palavras-chave:** lipedema; intervenção nutricional; qualidade de vida; plano alimentar; estudo de caso; adesão alimentar.