



## Nutrição associada a criolipólise para potencializar os resultados

### Autor(res)

Cinara De Souza Nunes Freire  
Leticia De Sousa Silva  
Maria Eduarda Cazais Brito  
Walbron Arlan Freire De Sousa  
Gabriella Gomes Lacerda Verneque  
Emily Santos Loiola Sena

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA TAGUATINGA SHOPPING

### Introdução

O envelhecimento é um fator inevitável na vida de um ser humano, podendo ser de forma saudável ou não, apesar que grande parte da população prioriza a estética, esquecendo da alimentação saudável, a prática de exercícios, e os procedimentos estéticos que entram como complemento desse cuidado, como a criolipólise, que se trata do congelamento da gordura localizada, pois a junção da alimentação saudável, prática de exercícios e estética casam muito bem para quem está atrás de perder peso com resultados eficazes.

### Objetivo

Avaliar as evidências científicas e qualidades metodológicas sobre efeitos, reações adversas e nível de satisfação da criolipólise para redução do tecido adiposo subcutâneo e dieta balanceada sempre que se passa por um procedimento no corpo, o ideal é manter uma dieta balanceada e saudável. Com a crioterapia não é diferente.

### Material e Métodos

Realizou-se uma revisão de literatura utilizando a base de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO); National Library of Medicine (PubMed), no período de 2020 a 2023, com critérios de inclusão de artigos em português e inglês que abordassem a importância nutricional conciliando com as técnicas de crioterapia. Após a avaliação, as pesquisas que atenderam aos critérios de inclusão foram selecionadas.

### Resultados e Discussão

A criolipólise é caracterizada pelo resfriamento localizado e controlado do tecido adiposo subcutâneo, de forma não invasiva, causando paniculite localizada, seguida de morte dos adipócitos por apoptose e, conseqüentemente, diminuição do tecido adiposo na área tratada, e com uma boa alimentação contribui para que o corpo se recupere bem e não volte a apresentar os problemas que já foram resolvidos com a criolipólise, que é o caso da gordura localizada. A maioria dos estudos mostrou resultados significativos da criolipólise na redução da gordura localizada. A incorporação de um programa dietético ao tratamento demonstrou contribuir para uma melhora



# 3ª MOSTRA CIENTÍFICA



significativa do perfil lipídico e das enzimas hepáticas, o que não acontece quando a criolipólise é aplicada isoladamente. Foram identificados efeitos adversos raros, mas nunca persistindo além de um mês.

### Conclusão

Por meio da análise dos resultados apresentados é possível concluir que a efetividade e o aumento dos resultados positivos podem ser conseguidos com a junção de métodos que somem e sirvam como abordagem complementar à criolipólise. A criolipólise é uma técnica eficaz para redução de gordura localizada, segura e bem tolerada, com a maioria dos participantes satisfeitos ao final do tratamento. Contudo, mais estudos randomizados controlados devem ser realizados, uma vez que há um número limitado de artigos com boa qualidade metodológica.

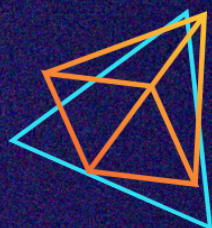
### Referências

HETZEL, J. et al. "Cryolipolysis in the United States-Review of the clinical data." Journal of cosmetic dermatology vol. 22 Suppl 3 (2023): 8-14. doi:10.1111/jocd.16029 Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37988714/>

ADOXY. Como Potencializar os Resultados da Criolipólise. 2020. Disponível em: <https://adoxy.com.br/blog/como-potencializar-os-resultados-da-criolipolise/>

DANIELLE SALES. O que você pode associar à criolipólise para potencializar os resultados. 2023 Disponível em: <https://www.daniellesales.com.br/o-que-voce-pode-associar-a-criolipolise-para-potencializar-os-resultados/>

# 3ª MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera