

V Congresso Internacional

NUTRICIR

Nutrição em Cirurgia Plástica

ABORDAGENS NUTRICIONAIS NA PRESERVAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL E INTEGRIDADE CUTÂNEA DURANTE O EMAGRECIMENTO COM AGONISTAS DO GLP-1

V NUTRICIR - Congresso de Nutrição em Cirurgia Plástica, 1ª edição, de 29/04/2026 a 30/04/2026

ISBN dos Anais: 978-65-5465-184-4

DOI: 10.54265/UUIO9903

LEITE; ANA CLAUDIA DE OLIVEIRA ¹

RESUMO

Título: Abordagens nutricionais na preservação da composição corporal e integridade cutânea durante o emagrecimento com agonistas do GLP-1 **Palavras-chave:** Incretinas; Obesidade; Pele; Perda de peso **Introdução:** Os agonistas do receptor do peptídeo semelhante ao glucagon tipo 1 (GLP-1) têm se destacado no tratamento da obesidade devido à sua eficácia na promoção da perda de peso por meio da redução do apetite e da ingestão energética. Entretanto, a perda ponderal acelerada pode estar associada à redução da massa livre de gordura e a alterações na elasticidade cutânea, favorecendo a flacidez. Nesse contexto, a abordagem nutricional desempenha papel central na promoção de um emagrecimento com melhor qualidade corporal, minimizando impactos funcionais e estéticos. **Objetivo:** Descrever abordagens nutricionais associadas à preservação da composição corporal e da integridade cutânea em indivíduos em processo de emagrecimento com uso de agonistas do GLP-1. **Métodos:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada a partir de buscas na base de dados PubMed. Foram utilizados os descritores “GLP-1 receptor agonists” e “skin laxity”. Incluíram-se artigos publicados nos últimos 10 anos, disponíveis na íntegra e relacionados à composição corporal, metabolismo proteico, integridade cutânea e emagrecimento associado ao uso de agonistas do GLP-1. Excluíram-se estudos duplicados, publicações sem relação com a temática proposta e trabalhos com enfoque exclusivamente farmacológico. **Resultados/Discussão:** A ingestão proteica adequada constitui um dos principais determinantes para a preservação da massa magra durante o emagrecimento, especialmente em condições de restrição energética induzida pelos agonistas do GLP-1. Evidências recentes demonstram que a redução proporcional da massa muscular apresenta comportamento semelhante ao observado em outros métodos de emagrecimento, sendo a adequada intervenção nutricional associada à prática de exercícios físicos fundamental para a preservação da funcionalidade muscular e prevenção da sarcopenia relativa. A distribuição proteica ao longo do dia favorece a síntese proteica muscular e auxilia na manutenção da composição corporal, enquanto o treinamento resistido atua de forma sinérgica à nutrição na preservação da força e da massa muscular. No contexto dermatológico e estético, a

¹ Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), contato@anaclaudialeite.com.br

rápida redução do tecido adiposo pode favorecer perda de elasticidade cutânea, flacidez e irregularidades do contorno corporal. Micronutrientes como vitamina C, zinco e silício desempenham papel relevante na biossíntese de colágeno e manutenção da matriz extracelular dérmica, enquanto compostos antioxidantes auxiliam na modulação do estresse oxidativo associado ao emagrecimento. A ingestão adequada de ácidos graxos mono e poli-insaturados, associada à hidratação apropriada, contribui para a integridade da pele. Em indivíduos submetidos a procedimentos estéticos e cirurgias plásticas pós-emagrecimento, o adequado estado nutricional relaciona-se à melhor cicatrização e melhores desfechos estéticos. **Conclusão:** A implementação de abordagens nutricionais direcionadas, com ênfase na ingestão proteica adequada, aporte de micronutrientes relacionados à síntese de colágeno e associação com exercícios físicos, é fundamental para a preservação da composição corporal e integridade cutânea em indivíduos em uso de agonistas do GLP-1, contribuindo para um emagrecimento mais saudável, funcional e esteticamente favorável.

PALAVRAS-CHAVE: Incretinas, Obesidade, Pele, Perda de peso