

Avaliação do grau de celulite (*Evaluación del grado de celulitis*) em mulheres em uso de três (*bajo tres*) diferentes dietas

Evaluating the degree of cellulitis in women on three different diets

Doris Hexsel

Médica, Centro Brasileiro de Estudos em Dermatologia, Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre (RS), Brasil

Acceda a este artículo en siicsalud	
	<p>Código Respuesta Rápida (Quick Response Code, QR)</p>
	<p>  Especialidades médicas relacionadas, producción bibliográfica y referencias profesionales de la autora. </p>

Um estudo prospectivo e unicêntrico, realizado no Centro Brasileiro de Estudos em Dermatologia (Porto Alegre, Brasil),* avaliou o efeito de uma dieta com baixo teor (*evaluó el efecto de una dieta baja en*) de carboidratos na redução do grau (*en la reducción del grado*) de celulite em comparação outras duas (*otras dos*) dietas. Quarenta e três mulheres eutróficas, com idades entre 18 e 40 anos, e grau de celulite moderado ou grave foram randomizadas para um dos três (*fueron aleatorizadas para uno de los tres*) grupos de regime dietético com diferentes conteúdos (*contenidos*) de macronutrientes, mas com o mesmo (*pero con el mismo*) valor calórico total: dieta 1, com redução de carboidratos; dieta 2, com alto teor (*con alto contenido*) de proteínas; e dieta 3, normal no padrão (*en el patrón*) de macronutrientes (controle).

O grau de celulite foi avaliado pela (*se evaluó por la*) CSS, uma escala validada para avaliação objetiva do grau de celulite. Esta escala considera os componentes morfológicos da celulite, como número de lesões deprimidas evidentes (*lesiones deprimidas evidentes*), profundidade das lesões deprimidas, aparência clínica das lesões elevadas, flacidez e a antiga (*flaccidez y la antigua*) classificação. Cada um desses cinco itens é avaliado com uma graduação que varia de zero a três. A soma de todos os itens resulta no valor final da graduação (*Cada uno de estos cinco elementos se evalúa con un grado que varía entre 0 y 3. La suma de todos los elementos resulta en el valor final del grado*) de celulite, que poderá ser classificada como leve (1 a 5 pontos), moderada (6 a 10 pontos), ou grave (11 a 15 pontos). Das (*De las*) 43 pacientes incluídas, somente (*sólo*) 19 (44.2%) completaram o estudo: cin-



co no grupo 1, seis no grupo 2, e oito no (*ocho en el*) grupo 3. Não houve diferença entre os grupos no que se refere à adesão, e aos dados (*con respecto a la adhesión y los datos*) demográficos. Exceto pela média (*Excepto por el promedio*) de idade, que foi superior para as pacientes que seguiram a dieta 2 em comparação às que seguiram a dieta 3 ($p = 0.04$). Os demais dados demográficos foram semelhantes entre as dietas, incluído o peso e o grau de celulite no momento basal.

A dieta 2 produziu uma redução de peso significativa ao longo do (*a lo largo del*) tempo ($p < 0.05$), fato não observado com as outras (*que no se observó con las otras*) 2 dietas. As pacientes que seguiram a dieta com alto teor de proteína (dieta 2) apresentaram pontuação média mais baixa no (*puntuación media más baja en el*) grau de celu-

lite (CSS) nos glúteos direito e esquerdo, quando comparados às que (*cuando se compara con las pacientes que*) seguiram as dietas 1 ($p = 0.005$ e $p = 0.051$, glúteos direito e esquerdo) e 3 ($p < 0.001$ e $p = 0.007$, glúteos direito e esquerdo). Não ocorreu melhora no (*No hubo mejora en el*) grau de celulite dos glúteos direito e esquerdo ao longo do tempo para nenhum dos (*ninguno de los*) tipos de dieta. O grupo que seguiu a dieta 2 apresentou melhora do grau de celulite nas coxas direita (*en los muslos derechos*) ($p = 0.014$) e esquerda ($p = 0.013$) ao longo do tempo de estudo.

Este foi o primeiro estudo a examinar os efeitos do baixo (*los efectos del bajo*) consumo

de carboidratos e o conteúdo de dieta com alto teor de proteína no grau de celulite. A taxa de adesão das (*La tasa de adhesión de las*) pacientes foi baixa, considerando que menos da metade dos (*de la mitad de las*) pacientes que iniciaram o estudo (44.2%) compareceram até a (*hasta la*) última avaliação. Isso demonstra a (*Esto demuestra la*) dificuldade dessas pacientes em seguir um regime alimentar, independente da dieta proposta, uma vez que em todos os grupos observou-se alto índice de desistência ao longo do (*abandono a lo largo del*) estudo.

Observou-se que as pacientes que seguiram a dieta 2 foram as que apresentaram maior redução de peso quando comparadas com as que (*cuando se las comparó con aquellas que*) seguiram as outras dietas. E, ao longo do tempo, foi (*Y, a lo largo del tiempo, ha sido*) evidenciada

redução no grau de celulite apenas nas coxas, para as pacientes que seguiram a dieta 2. O melhor efeito desta dieta sobre o grau de celulite pode estar relacionado à perda de (*a la pérdida de peso*) peso observada neste grupo. No presente estudo não se observou um efeito importante da dieta com baixo teor de carboidratos no peso das pacientes nem no grau de celulite.

Uma limitação desse estudo é que, embora tenha sido feito o acompanhamento (*es que, a pesar de que se hizo el seguimiento*) nutricional das pacientes, não foi utilizada uma ferramenta validada de avaliação da adesão das (*una herramienta validada de la adhesión de las*) pacientes às dietas propostas. A diferença inicial de idade média entre os grupos poderia ser apontada como um possível viés de seleção (*posible sesgo de selección*), embora todas as inclusões tenham sido randomizadas. Apesar das limitações, os autores entendem que conduziram um (*reali-*

zaron un) estudo original em um tema pouco estudado: os tipos diferentes de dieta e seus efeitos na melhora (*y sus efectos en la mejoría*) da celulite, uma condição estética altamente prevalente entre as mulheres. Esse tema merece ser mais estudado, considerando dados de um estudo (*datos de un estudio*) anteriormente conduzido em nosso (*en nuestro*) centro, onde foram encontradas pacientes com comportamento nutricional bulímico na amostra (*en la muestra*) estudada.

O alto índice de desistência neste estudo evidencia as dificuldades das pacientes em seguir regimes dietéticos. Apesar de resultados sem relevância devido à pequena amostra final, que afetou o poder do (*afectó el poder del*) estudo, os resultados permitem suspeitar que a redução (*sospechar que la reducción*) de peso corporal em pacientes eutróficos, independente do tipo de dieta, pode melhorar o grau de celulite.

Copyright © Sociedad Iberoamericana de Información Científica (SIIC), 2015
www.siic.salud.com

La autora no manifiesta conflictos de interés.

***Nota de la redacción:** La autora hace referencia al trabajo publicado en *Surgical and Cosmetic Dermatology* 6(3):214-219, Jul 2014. Los lectores que precisen el artículo completo pueden solicitarlo gratuitamente a la Biblioteca Biomédica (BB) SIIC de la Fundación SIIC para la ciencia y la cultura.

Bibliografía recomendada

Hexsel DM, Dal'Forno T, Hexsel CL. A validated photonic cellulite severity scale. *J Eur Acad Dermatol Venereol* 23(5):523-8, 2009.

Hexsel DM, Siega C, Schilling-Souza J, Stapenhorst A, Rodrigues TC, Brum C. Avaliação dos aspectos psicológicos, psiquiátricos e comportamentais de pacientes com celulite: estudo-piloto. *Surg Cosmet Dermatol* 4(2):131-6, 2012.

Información relevante**Avaliação do grau de celulite (evaluación del grado de celulitis) em mulheres em uso de três (bajo tres) diferentes dietas****Respecto a la autora**

Doris Hexsel. Médica, Universidade de Passo Fundo (UPF), Casca, Brasil. Especialización e Dermatologia, Secretaria da Saúde Unidade Sanitária CS 13, Passo Fundo (1981). Especialista en dermatología, Sociedade Brasileira de Dermatología (SBD). Profesora de dermatología, Facultad de Medicina, UPF, Brasil (1990-1999). Instructora, Departamento de dermatología, Pontificia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Brasil. Directora Médica, Clínica Hexsel de Dermatología; Investigadora Principal, Centro Brasileiro de Estudos em Dermatologia, Porto Alegre, Brasil.

Respecto al artículo

Apesar de resultados sem relevância devido à pequena amostra (a una pequeña muestra) final, os (los) resultados permitem suspeitar que a redução (sospechar que la reducción) de peso corporal em pacientes eutróficos, independente do (del) tipo de dieta, pode melhorar o grau (mejorar el grado) de celulite.

La autora pregunta

La *Cellulite Severity Scale* (CSS) es una escala para la evaluación objetiva del grado de celulitis y considera sus componentes morfológicos. Se evalúa con un grado que varía entre 0 y 3. La suma de todos los elementos resulta en el valor final del grado de celulitis que podrá ser clasificada como leve (1 a 5 puntos), moderada (6 a 10 puntos) o grave (11 a 15 puntos).

¿Cuáles son los componentes morfológicos de la celulitis considerados por la escala CSS?

- A) Cantidad de lesiones deprimidas evidentes.
- B) Profundidad de las lesiones deprimidas.
- C) Apariencia clínica de las lesiones elevadas y flaccidez.
- D) Clasificación por Nurnberger y Muller.
- E) Todas las mencionadas.

Corrobore su respuesta: www.siicsalud.com/dato/evaluaciones.php/148278

Palabras clave

celulitis, dieta baja en grasas, peso corporal, comportamiento alimentario

Key words

cellulitis, low fat diet, body weight, feeding behaviors

Cómo citar *How to cite*

Hexsel D. Avaliação do grau de celulite (evaluación del grado de celulitis) em mulheres em uso de três (bajo tres) diferentes dietas. *Salud i Ciencia* 21(4):422-4, Jun 2015.

Hexsel D. Evaluating the degree of cellulitis in women on three different diets. *Salud i Ciencia* 21(4):422-4, Jun 2015.

Orientación

Tratamiento

Conexiones temáticas

Dermatología, Nutrición, Endocrinología y Metabolismo, Epidemiología