

Lipedema e nutrição: a crescente divulgação de (des)informações nas redes sociais

Lipedema and nutrition: the increasing disclosure of (mis)information on social media

Ane Peres Mendonça¹, Otávio Carvalho de Freitas²,
Tiffany Prokopp Hautrive³, Anne y Castro Marques⁴

Resumo

Introdução: O lipedema é um distúrbio que acomete o tecido adiposo, com etiologia, fisiopatologia e tratamento ainda pouco conhecidos. Em paralelo, observa-se que uma ampla e expressiva quantidade de abordagens nutricionais voltadas ao lipedema têm alcançado visibilidade nas mídias sociais, ainda que sem embasamento científico consolidado. **Objetivo:** Investigar as informações divulgadas na plataforma *Instagram* por perfis com grande número de seguidores, acerca dos temas lipedema e nutrição. **Materiais e métodos:** Estudo transversal, de análise quantitativa e qualitativa, com a seleção de perfis do *Instagram* com mais de 70 mil seguidores e que publicassem conteúdo do eixo nutrição e lipedema. Foram elaboradas pelos autores duas fichas para avaliar as publicações, complementadas por evidências provenientes de artigos científicos. **Resultados:** Foram selecionados quatro perfis do *Instagram* com maior engajamento, com base no critério de número de seguidores. Todos os perfis analisados são conduzidos por nutricionistas, e apresentaram uma média de 200 mil seguidores. Observou-se que 75% dos perfis realizavam postagens diárias, e nenhum perfil citou instituições renomadas no campo da saúde. Quanto ao conteúdo das postagens, 83,5% foram baseadas na opinião pessoal do influenciador, sem referências diretas à literatura, 43,3% empregaram linguagem alarmista e 56,1% promoveram produtos ou serviços com objetivo comercial. **Conclusão:** Os resultados encontrados demonstraram alta disseminação de notícias sensacionalistas e ausência de embasamento teórico na plataforma. À vista da desinformação, são necessárias novas pesquisas que elucidem a complexidade do lipedema. **Palavras-chave:** Obesidade; Comportamento alimentar; Dieta mediterrânea; Dieta cetogênica; Dietoterapia.

¹ Graduanda em Nutrição pela Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: aneperesmendo@yahoo.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0007-8544-4063>.

² Graduando em Nutrição pela Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: otaviocarvalho@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0000-8397-4051>.

³ Doutorado em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), Santa Maria, Rio Grande do Sul, Brasil. Professora da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA), Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: tiffany.hautrive@ufcspa.edu.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-2797-8370>.

⁴ Doutorado em Alimentos e Nutrição pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), Campinas, São Paulo, Brasil. Professora da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: anne.marques@ufpel.edu.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4905-6921>.

Abstract

Introduction: Lipedema is a disorder affecting adipose tissue, whose etiology, pathophysiology, and treatment are still poorly understood. In parallel, a large and substantial number of nutritional approaches to lipedema have gained visibility on social media, although without a consolidated scientific basis. **Objective:** To investigate the information disseminated on the *Instagram* platform by profiles with a large number of followers regarding the topics of lipedema and nutrition. **Materials and methods:** A cross-sectional study, with quantitative and qualitative analysis, selecting *Instagram* profiles with more than 70,000 followers that published content on the axis of nutrition and lipedema. Two evaluation forms developed by the authors were used to analyze the published content, complemented by evidence from scientific articles. **Results:** Four *Instagram* profiles with the highest engagement were selected, based on the number of followers. All analyzed profiles are managed by nutritionists and have an average of 200,000 followers. It was observed that 75% of the profiles made daily posts, and no profile cited renowned institutions in the health field. Regarding the content of the posts, 83.5% were based on the influencer's opinion without citing literature references, 43.3% employed alarmist language, and 56.1% promoted products or services for commercial purposes. **Conclusion:** The results showed a high dissemination of sensationalist news and a lack of theoretical basis on the platform. In view of the misinformation, further research is needed to elucidate the complexity of lipedema.

Keywords: Obesity; Eating behavior; Mediterranean diet; Ketogenic diet; Diet therapy.

Introdução

O lipedema é um distúrbio do tecido adiposo, decorrente da deposição anormal de gordura subcutânea, caracterizada pelo alargamento simétrico e bilateral de extremidades inferiores e superiores, e que acomete principalmente mulheres com obesidade ⁽¹⁻²⁾. A doença “lipedema” foi descrita pela primeira vez em 1940, e reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2019. Em 2022, foi incluída na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11), sendo categorizada como “certos distúrbios não inflamatórios da gordura subcutânea” ⁽³⁾. Aponta-se que 10% da população mundial feminina é diagnosticada com lipedema ⁽⁴⁾. Enquanto a prevalência estimada de mulheres com o distúrbio na Europa varia entre 0,06% e 39%, no Brasil é de 12,3% ⁽⁵⁾.

A literatura recente tem buscado desvendar a fisiopatologia do lipedema. A manifestação inicial do distúrbio corresponde à hipertrofia dos adipócitos, e em certos casos, é observado o aumento da fibrose intracelular ⁽⁶⁾. Existem diferentes hipóteses

acerca das causas da doença, como a predisposição genética. Segundo o mais novo consenso internacional sobre lipedema, a declaração de que as alterações hormonais podem desencadear ou agravar os sintomas da doença obteve 98,39% de concordância entre os profissionais ⁽²⁾. A retenção hídrica está relacionada ao aumento da inflamação, o que provoca a sensação de dor, estimula a fibrose do tecido adiposo e dificulta a perda de gordura ⁽⁷⁾.

O diagnóstico é clínico e baseado nos sinais e sintomas ⁽²⁾, como facilidade na formação de hematomas, sensação de desconforto e sensibilidade ao toque nas regiões afetadas ⁽⁴⁾. Ademais, por meio da inspeção das características clínicas, é possível identificar os tipos e estágios do lipedema, etapa essencial na elaboração de um tratamento que auxilie a reduzir os efeitos desta condição na paciente ⁽⁸⁾.

Os hábitos alimentares também podem estar relacionados ao surgimento da doença e à manutenção dos sintomas. O atual tratamento dietético utilizado no lipedema tem foco na diminuição do

peso corporal e consequente redução da inflamação, a partir de dietas hipocalóricas, antioxidantes e anti-inflamatórias ⁽⁴⁾. Dietas com baixo teor de carboidratos e alto teor de gorduras, como as dietas Mediterrânea modificada e cetogênica, parecem ser estratégias que promovem evolução favorável dos sintomas da doença, em razão de auxiliar na redução de peso, massa e volume da gordura corporal das pacientes ⁽⁹⁻¹⁰⁾.

O conceito de lipedema, sua fisiopatologia e as estratégias dietéticas associadas ainda estão em consolidação na literatura científica. Entretanto, a disseminação de informações sobre o assunto vem ganhando cada vez mais notoriedade nas redes sociais. Apesar da dimensão de alcance incentivar a promoção da saúde, as redes sociais são ferramentas públicas em que os usuários também podem compartilhar notícias falsas sem conhecimento científico comprovado ⁽¹¹⁻¹²⁾. Assuntos relacionados ao campo da Nutrição são fortemente debatidos em redes como o *Instagram*, onde conteúdos sobre dietas controversas, associadas ao tratamento de doenças, são disseminados com maior prevalência na comunidade virtual ⁽¹³⁾. Essa circunstância alerta para um risco de saúde pública, dado que o usuário é suscetível a acreditar nas informações divulgadas na rede.

Diante disso, este estudo teve como objetivo investigar informações divulgadas na plataforma social *Instagram* por perfis com grande número de seguidores, acerca dos temas lipedema e nutrição, com o propósito de analisar criticamente a qualidade das informações veiculadas.

Materiais e Métodos

Tratou-se de um estudo transversal, desenvolvido por meio da investigação de conteúdos publicados na rede social *Instagram*, sobre a doença lipedema e sua relação com a Nutrição. As informações foram coletadas no ano de 2025, na plataforma *Instagram*, em equipamento eletrônico com acesso à internet. Com intuito de minimizar a possibilidade de viés, decorrente do algoritmo da

plataforma, foi criado um perfil exclusivamente para a condução desta pesquisa.

Para a seleção dos perfis estudados, foram seguidos quatro passos. Primeiramente, foi realizada a busca no *Instagram* pelo termo “lipedema”, no espaço de pesquisa geral. Após, foi selecionada a opção “contas”, visualizando apenas os perfis de usuários que postam conteúdos acerca do assunto. O terceiro passo constituiu-se em observar o número total de contas seguidoras dos perfis que apareceram na primeira busca realizada nesta etapa. Finalmente, com base na metodologia delimitada para o estudo, foram selecionados até cinco perfis, com maior número de seguidores, que cumpriam integralmente os critérios preestabelecidos.

Como critérios de inclusão foram considerados perfis de acesso público, pessoais ou profissionais, que publicam predominantemente conteúdo relacionado ao tema de interesse (lipedema). Com base na literatura ⁽¹⁴⁾, foi definido a quantidade mínima de 100 mil seguidores para a inclusão dos perfis. Entretanto, após a primeira busca, não foram encontrados perfis relevantes ao escopo desta pesquisa com este número. Dessa forma, optou-se por reduzir a quantidade mínima de seguidores para 70 mil. O período de análise ocorreu entre outubro e novembro de 2025, e foi delimitado nas postagens que ocorreram no período de 20 de setembro a 20 de outubro de 2025 (análise retroativa).

Como critérios de exclusão, foram considerados os perfis institucionais (tais como universidades, institutos de pesquisa, associações de classe, conselhos, sociedades científicas e marcas/empresas). Essa delimitação justificou-se pelo fato de que tais canais possuem caráter técnico-científico e operam sob diretrizes editoriais institucionais, o que os afasta do objetivo central deste estudo, focado no rastreamento de potenciais conteúdos desinformativos gerados por usuários individuais. Adicionalmente, foram excluídos perfis privados, contas inativas no período da coleta e perfis cujo conteúdo principal não apresentava relevância direta ao tema central investigado (nutrição e saúde).

Com base na leitura dos artigos científicos sobre esse tema, foi realizada a análise das informações coletadas. Assim, avaliou-se a informação difundida na rede ao comparar com o conhecimento comprovado em âmbito científico. Os perfis selecionados foram organizados segundo o número de seguidores, palavra-chave utilizada para encontrá-los e tópico principal abordado. A presença ou ausência de embasamento científico foi avaliada observando se o influenciador empregava citações de artigos ou autores presentes na literatura atual. Ainda, analisou-se o uso de linguagem alarmista, práticas restritivas e sem acompanhamento profissional, discurso opinativo e viés comercial.

A análise das postagens foi realizada com base em uma ficha de avaliação padronizada, elaborada pelos pesquisadores, contendo 12 perguntas fechadas, com opções de resposta “sim” ou “não”, contemplando os seguintes aspectos: a) Presença de embasamento científico (citação de fontes confiáveis, menção a estudos ou instituições reconhecidas); b) presença de linguagem alarmista, sensacionalista ou promessas exageradas; c) incentivo à adoção de práticas alimentares restritivas sem orientação profissional; d) presença de discurso opinativo *versus* técnico; e) potencial viés por patrocínios ou interesses comerciais.

Resultados

Nesta pesquisa, foram selecionados 4 perfis do *Instagram*, em decorrência da adequação ao critério número de seguidores, dos quais todos nacionais, administrados por nutricionistas e que apresentaram como palavra-chave o termo “lipedema”. Com o intuito de preservar a identidade dos perfis analisados, eles foram codificados como A, B, C e D.

Os resultados referentes às características principais dos perfis são mostrados na Tabela 1. O perfil A se destacou por apresentar os maiores números de postagens, enquanto o perfil B apresentou os maiores números de seguidores e de postagens compartilhadas em formato de carrossel. Já o perfil C mostrou a maior média de curtidas em um mês, com menor número de postagens e de frequência mensal; por sua vez, o perfil D não se destacou em nenhum dos critérios avaliados. Em relação à frequência de postagens, a maioria dos perfis (75,0%) as realizou diariamente, e os tópicos mais abordados foram relacionados à alimentação ou nutrição no lipedema. Destaca-se ainda que, embora não tenha sido um critério de inclusão, todos os perfis selecionados apresentaram um nutricionista como responsável. A partir da Consulta Nacional de Nutricionistas, observou-se que três dos quatro profissionais apresentaram o registro de CRN (Conselho Regional de Nutrição) em situação ativa.

Tabela 1 – Caracterização de perfis no *Instagram* (n=4) que tratam sobre o tema lipedema, avaliados no período de 30 dias (2025).

Critério	Perfil A	Perfil B	Perfil C	Perfil D	Média
Número de seguidores	259.000	351.000	129.000	70.000	202.250
Número de postagens	44	26	8	29	26,7
Número de carrosséis	11	14	0	11	9
Média de curtidas	224,8	516,5	1.303,6	45,7	522,6
Frequência de postagens	Diária	Diária	Mensal	Diária	
Tópicos abordados sobre lipedema	Alimentação	Treino e nutrição	Nutrição e saúde	Nutrição e emagrecimento	
Influenciador	Nutricionista	Nutricionista	Nutricionista	Nutricionista	

Fonte: os autores (2025).

A partir da análise dos conteúdos publicados (Tabela 2), é possível observar que apenas um dos perfis citou fontes científicas em alguns conteúdos, e que nenhum dos 4 perfis fez menção a instituições renomadas no âmbito da saúde. Com relação ao uso de linguagem alarmista, os perfis A e D apresentaram os maiores números, com utilização de expressões como “escreva jejum e eu te mostro como transformar sua rotina em apenas 7 dias” e “desinflame em 30 dias”. O perfil A também se destacou no uso de discurso com tom de urgência, com postagens incentivando o consumo de “dietas milagrosas”. Um ponto a ser destacado é que, embora em pequena quantidade, foram encontradas imagens comparativas de “antes e depois”.

Com relação à promoção de condutas alimentares restritivas sem orientação individualizada de um profissional, apenas o perfil C não adotou essa prática; os perfis A, B e D incentivaram o jejum prolongado e exclusão de certos grupos alimentares, com alegação de “desinflamar o lipedema”. Entre os alimentos a serem excluídos foram citados pães, requeijão e carne vermelha, enquanto o consumo de vinagre de maçã e de cúrcuma (em cápsula e em pó) foram reforçados como positivos.

Os resultados encontrados evidenciaram ainda a predominância de postagens fundamenta-

das na opinião pessoal do influenciador, sem evidência técnica, destacando-se com maior percentual de postagens os perfis A, B e D (Tabela 2).

Acerca de obtenções financeiras (Tabela 2), o perfil D obteve maior proporção de postagens com promoção de produtos, como marcas de cúrcuma longa, ou serviços com objetivo comercial, seguido do perfil B. Por fim, o perfil A se destacou pelo menor percentual de propaganda, entretanto nenhuma postagem desse perfil apresentou transparência com parcerias e publicidades.

A partir da avaliação do conteúdo apresentado nas Tabelas 1 e 2, fez-se a descrição das principais informações identificadas nos perfis A, B, C e D, separando-as em destaques positivos ou negativos (Quadro 1). Em relação aos aspectos positivos, salientam-se a divulgação de conceitos relacionados à doença, a importância da atividade física no tratamento e a relação do lipedema com outras patologias. Cabe ressaltar, no entanto, que todos os perfis apresentam conteúdo(s) com destaque negativo, e temas como alimentação, exercício físico e venda de produtos ou serviços foram recorrentes. Ainda, observou-se o uso demasiado dos termos “desinchar”, “desinflamar” e “emagrecer”, para provocar o interesse do público.

Tabela 2 – Análise do conteúdo apresentado pelos perfis (n = 4) do *Instagram* que tratam sobre lipedema (2025).

Critério avaliado nas postagens	Perfil A (n=44)	Perfil B (n=26)	Perfil C (n=8)	Perfil D (n=29)	% médio
<i>Embasamento científico</i>					
Cita estudos científicos, autores, ou artigos revisados por pares	2,3%	0,0%	0,0%	0,0%	0,6%
Menciona instituições reconhecidas na área da saúde/nutrição	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
<i>Linguagem alarmista, sensacionalista ou com promessas exageradas</i>					
Utiliza expressões como “milagre”, “cura rápida”, “resultado garantido”, “nunca mais”, “perde X quilos”, “emagrece em X diasw”, “alimento detox”, etc.	56,8%	26,9%	12,5%	75,9%	43,0%

(Continua)

(Continuação)

Critério avaliado nas postagens	Perfil A (n=44)	Perfil B (n=26)	Perfil C (n=8)	Perfil D (n=29)	% médio
Apresenta tom de urgência ou medo para induzir ao consumo de algo	31,8%	19,2%	25,0%	10,3%	21,6%
Faz uso de imagens comparativas para reforçar promessas de eficácia imediata ou transformações corporais drásticas	2,3%	7,7%	0,0%	3,4%	3,4%
<i>Incentivo a práticas alimentares restritivas sem acompanhamento profissional</i>					
Sugere dietas restritivas sem menção à orientação profissional	6,8%	19,2%	0,0%	0,0%	6,5%
Estimula jejum prolongado ou exclusão de grupos alimentares e/ou nutrientes	13,6%	19,2%	0,0%	37,9%	17,7%
<i>Tipo de discurso opinativo vs técnico</i>					
Postagem baseada na opinião pessoal do influenciador, sem apoio técnico	93,2%	88,5%	62,5%	89,7%	83,5%
Conteúdo apresenta explicações baseadas em evidências técnicas e terminologia científica	6,8%	11,5%	37,5%	10,3%	16,5%
<i>Potencial viés comercial</i>					
A postagem promove produtos ou serviços com objetivo comercial	22,7%	65,4%	50,0%	86,2%	56,1%
Há transparência quanto a parcerias e publicidade	0,0%	19,2%	12,5%	3,4%	8,8%
Identifica-se qual tipo de produto ou serviço é promovido	22,7%	69,2%	37,5%	86,2%	53,9%

Fonte: os autores. 2025.

A partir da avaliação do conteúdo apresentado nas Tabelas 1 e 2, fez-se a descrição das principais informações identificadas nos perfis A, B, C e D, separando-as em destaques positivos ou negativos (Quadro 1). Em relação aos aspectos positivos, salientam-se a divulgação de conceitos relacionados à doença, a importância da atividade física no tratamento e a relação do lipedema com

outras patologias. Cabe ressaltar, no entanto, que todos os perfis apresentam conteúdo(s) com destaque negativo, e temas como alimentação, exercício físico e venda de produtos ou serviços foram recorrentes. Ainda, observou-se o uso demasiado dos termos “desinchar”, “desinflamar” e “emagrecer”, para provocar o interesse do público.

Quadro 1 – Principais informações (destaques positivos e negativos) identificadas na análise de conteúdo de perfis do *Instagram*, relacionados ao tema lipedema (2025).

<i>Destaques positivos</i>
Postagem informativa sobre a caracterização da doença. Postagem informativa sobre a importância de atividade física para mulheres com lipedema. Alerta sobre desinformação no lipedema para mulheres. Postagem informativa sobre lipedema e a correlação com outras condições de saúde, com fundamento científico. Exemplo: “lipedema e endometriose”.
<i>Destaques negativos</i>
Oferta predominante de serviços de acompanhamento nutricional com linguagem apelativa e comercial. Propaganda comercial de serviço nutricional por meio de link de grupo no aplicativo <i>Whatsapp</i>. Promessa de receitas, chás ou cápsulas para “curar” o lipedema ou ter pernas mais finas. Contraindicação da prática de corrida, ou recomendação de tipos de exercícios físicos específicos e milagrosos para mulheres com lipedema. Linguagem apelativa para o uso de suplementos que “melhoram o lipedema”, sem evidência científica. Venda de método nutricional “desinflame em 30 dias” por meio de link promocional. Discurso apelativo para estimular o consumo de alimentos e receitas. Exemplo: “tome esse suco todos os dias e tenha resultados”. Uso de imagens comparativas de “antes e depois” para promover serviço profissional.

Fonte: os autores (2025).

Discussão

Os resultados apresentados neste estudo apontaram para a disseminação de notícias associadas à doença lipedema na rede social *Instagram*, bem como a manipulação informacional exercida pelos perfis estudados.

Nesta pesquisa, observou-se que a média de seguidores dos perfis analisados foi cerca de 202 mil, configurando um número expressivo. Isso reflete os achados na literatura ⁽¹⁵⁻¹⁶⁾, que apontaram o aumento acentuado do *Instagram* para transmitir e obter informações sobre diversas condições de saúde e doenças crônicas. Quanto ao número médio de postagens, não foram encontradas evidências na literatura que avaliem especificamente esse critério.

Com relação ao número de curtidas, o perfil C obteve maior relevância, com mais de 1.000 cur-

tidas médias para oito publicações avaliadas. Em estudo semelhante, ⁽¹⁷⁾ foi encontrada uma média de 282 curtidas para 50 vídeos publicados na rede *Youtube* sobre lipedema. Esse achado evidencia a alta influência da plataforma *Instagram* quando comparada às demais, no âmbito da doença lipedema. Outro ponto importante é que os nutricionistas cada vez mais utilizam o *Instagram* como ferramenta para divulgar tópicos de saúde e nutrição ⁽¹⁸⁾. Tal achado se mostra alinhado com esta pesquisa, na qual todos os perfis analisados são conduzidos por estes profissionais.

Com base nos dados descritos na Tabela 2, fontes científicas foram mencionadas apenas por um dos perfis avaliados, e nenhum destes citou instituições renomadas no campo da saúde. Esses resultados diferem dos princípios do Código de Ética

e de Conduta do Nutricionista⁽¹⁹⁾, já que o artigo 70 do capítulo V prevê que toda informação compartilhada pelo nutricionista deve conter respaldo científico. Ainda, o artigo 69 (inciso 6) do capítulo V, veda ao nutricionista o uso de linguagens sensacionalistas para promover serviços e garantir resultados na mídia. No entanto, todos os perfis utilizaram discurso apelativo em suas postagens, com destaque para os perfis A e D, que apresentaram números acima da média. Os resultados se devem, possivelmente, à influência de fatores midiáticos, como a busca por maior engajamento e captação de clientes, que na prática, se sobrepõem às normas éticas.

Cabe destacar também que os perfis estudados fizeram uso indevido de imagens corporais para postagens comparativas de “antes e depois”. Esse achado se opõe ao artigo 69 do capítulo V do Código de Ética e de Conduta do Nutricionista⁽¹⁹⁾, em que é vedado ao nutricionista divulgar imagens que prometam resultados ilusórios e perigosos à saúde do público.

Outros estudos⁽²⁰⁻²²⁾ reforçam a importância de avaliar o indivíduo com lipedema integralmente, garantindo um plano nutricional individualizado. Ainda, ressalta-se que o lipedema é uma doença crônica do tecido adiposo, com manifestações como dor, edemas e nódulos subcutâneos, e que pode ser resistente a certas intervenções restritivas e convencionais⁽²³⁾. Em contraste com a literatura, neste estudo foi observado que os perfis A, B e D promoveram condutas alimentares restritivas sem a orientação individualizada de outros profissionais. Isso tende a ocorrer devido a busca de aumentar o alcance social, a partir da oferta de soluções rápidas e padronizadas.

Os perfis A, B e D fizeram incentivo ao jejum prolongado e à exclusão de grupos alimentares, com a promessa de “curar o lipedema” (dados não mostrados). Tal resultado é contrário ao encontrado na literatura⁽²⁴⁾, a qual preconiza o tratamento conservador para amenizar os sintomas e desacelerar a progressão, uma vez que se trata de uma doença de alta complexidade e sem cura co-

nhecida. O atual tratamento dietético utilizado no lipedema tem foco na diminuição do peso corporal, a partir de dietas com base hipocalórica, antioxidante e anti-inflamatória⁽⁴⁾. Dietas com baixo teor de carboidratos e alto teor de gorduras, como as dietas Mediterrânea modificada e cetogênica, parecem ser estratégias que promovem evolução favorável dos sintomas da doença, em razão de auxiliar na redução de peso, massa e volume da gordura corporal das pacientes⁽⁹⁻¹⁰⁾. Cabe evidenciar que não foram encontrados estudos que avaliem o jejum como uma intervenção eficaz para o lipedema.

Em relação à retirada de alimentos ou grupos alimentares da dieta, as postagens dos perfis A, B e C incentivaram a exclusão total de alimentos como pães e carne vermelha (dados não mostrados). Estudos^(22,25,26) abordaram positivamente a eficácia da dieta cetogênica (reduzida em carboidratos refinados) e da dieta Mediterrânea (reduzida em carne vermelha) no tratamento do lipedema. Ainda, cabe ressaltar que um estudo⁽²⁰⁾ evidenciou que uma dieta em baixo teor de carboidratos total (29,8 g/dia) pode ser uma alternativa eficaz para redução da gordura corporal, e na circunferência de membros em mulheres com lipedema, mas não cita a restrição completa de carboidratos. Portanto, esses resultados não estão de acordo com a literatura, uma vez que ela prevê apenas uma pequena redução destes grupos alimentares no tratamento.

Nessa perspectiva, conforme o documento de posicionamento da Aliança Mundial de Lipedema⁽²⁾, por acometer principalmente mulheres com obesidade, um dos primeiros passos do tratamento consiste na conscientização da paciente. Dessa forma, enfatiza-se o esclarecimento acerca dos fatores pró-inflamatórios e da dieta anti-inflamatória, como a Mediterrânea e cetogênica. Apesar da escassez de estudos relacionados a dietas específicas para o lipedema, o consenso aponta a dieta cetogênica como benéfica para redução dos sintomas, em razão de reduzir os picos de glicose no sangue. Em síntese, a dietoterapia do lipedema não se restringe a uma dieta milagrosa, mas a um estilo de vida que

prioriza alimentos naturais, vegetais, gorduras insaturadas e redução de ultraprocessados.

Na presente pesquisa, destacaram-se os perfis A, B e D pelo predomínio de publicações fundamentadas na opinião pessoal do influenciador responsável, sem comprovação teórica do conteúdo compartilhado. Esse achado também difere do artigo 70, do capítulo V do Código de Conduta e Ética do Nutricionista ⁽¹⁸⁾⁽¹⁹⁾, o qual estabelece o dever do profissional em promover informações com embasamento científico. O cenário discrepante pode estar associado à dinâmica da rede social, a qual favorece conteúdos opinativos, com maior apelo populacional, contribuindo para uma menor ênfase de fatos teóricos.

O artigo 74, do capítulo VI, do Código de Ética e de Conduta do Nutricionista ⁽¹⁹⁾ discorre sobre a proibição da prática de propaganda em vias de comunicação para fins comerciais. No entanto, pela análise dos resultados (Tabela 2), os perfis B e D apresentaram grandes números de postagens com divulgação de produtos e serviços, com intuito financeiro e comercial. Ainda, o perfil A se destacou por não apresentar nenhuma transparência com relação à publicidade realizada. Esse resultado reflete outro estudo da literatura ⁽¹⁸⁾, no qual foi avaliado que menos de 50% das publicações sobre saúde e doenças crônicas, feitas por nutricionistas e dietistas no *Instagram*, corresponderam aos critérios de publicidade transparente.

A partir dos dados compilados (Quadro 1), destacaram-se aspectos positivos encontrados nos perfis relacionados ao lipedema, tais como postagens de cunho informativo sobre caracterização da doença, importância de atividade física, desinformação no lipedema e a relação dessa condição com outras patologias. Esse achado corresponde ao princípio fundamental do Código de Ética e de Conduta do Nutricionista ⁽¹⁹⁾, o artigo 5, o qual estabelece o dever do nutricionista de atuar nos cuidados de proteção e promoção à saúde. Ainda, outro estudo ⁽²⁷⁾ concluiu que o nível de conhecimento das mulheres com lipedema sobre a doença é baixo e insuficiente, o que reforça a relevância

de publicações informativas veiculadas nas redes sociais.

No entanto, salienta-se que todos os perfis avaliados apresentaram destaques negativos (Quadro 1). Entre esses achados, tem-se a oferta de serviços com intuito comercial, uso de linguagem sensacionalista com termos provocadores, promessas falsas de resultados e a comercialização exacerbada de produtos e métodos nutricionais. Todos esses pontos contradizem o previsto pelo Código de Ética e de Conduta do Nutricionista ⁽¹⁹⁾, que delimita os princípios, direitos e deveres no que envolve a prática profissional do nutricionista.

Em síntese, o presente estudo buscou alertar acerca do tema lipedema e da desinformação no ambiente virtual. Ainda, buscou-se realizar uma análise detalhada do conteúdo compartilhado na internet sobre a temática, com o intuito de induzir o consumo crítico e consciente das informações veiculadas pelo consumidor. Por fim, a investigação da veracidade do conteúdo encontrado colabora para o melhor entendimento da doença pelas mulheres com lipedema.

Conclusão

O lipedema é uma condição crônica e de caráter inflamatório, na qual a dietoterapia, quando específica e personalizada, pode desempenhar importante papel terapêutico. No entanto, os resultados desta pesquisa sugerem a elevada e crescente desinformação sobre lipedema propagada na rede social, por influenciadores e profissionais. Os resultados indicam, ainda, a insuficiência de conteúdos pautados em princípios éticos e fundamentos teóricos consistentes, acerca dessa doença.

As limitações inerentes a este estudo estão relacionadas, principalmente, ao número relativamente baixo de seguidores dos perfis avaliados em comparação ao esperado. Além disso, devido ao caráter inovador da doença lipedema, os subsídios científicos ainda são escassos, o que dificulta o julgamento seguro das informações coletadas nos quatro perfis. Investigações futuras são sugere-

ridas para avaliar o papel de perfis institucionais e profissionais no ecossistema digital da Nutrição/ Saúde, identificando se esses canais têm atuado de forma eficaz no contra-ataque à desinformação.

Assim, são necessárias pesquisas adicionais sobre a fisiopatologia do lipedema, bem como acerca da eficácia dos tratamentos dietéticos disseminados nas redes. Investigações futuras podem considerar análises longitudinais de base retroativa ampla para avaliar o impacto acumulado dessas publicações ao longo do tempo. Dessa forma, assegurar melhor compreensão da condição pelas mulheres acometidas, com olhar mais crítico sobre as informações recebidas na internet.

Referências

1. Bireme. Descritores em Ciências da Saúde: DeCS Ed. 2025. São Paulo: BIREME/ OPAS/ OMS. 2025. Disponível em: <http://decs.bvsalud.org/>.
2. Kruppa, P.; Crescenzi, R.; Faerber, G.; Forner-Cordero, I.; Cornely, M.; Shayan, R, et al. Lipedema World Alliance Delphi Consensus-Based Position Paper on the Definition and Management of Lipedema: Results from the 2023 Lipedema World Congress in Potsdam. *Nat Commun*. Vol. 17. 2026. Num. 427 (2026). <https://doi.org/10.1038/s41467-025-68232-z>.
3. Dudek, J. E.; Bialaszek, W.; Gabriel, M. Quality of life, its factors, and sociodemographic characteristics of Polish women with lipedema. *BMC Women's Health*. Vol. 21. Num. 1. 2021. p. 27. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01174-y>.
4. Kruppa, P.; Georgiou, L.; Biermann, N.; Prantl, L.; Klein-Weigel, P.; Deuses, M. Lipedema - Pathogenesis, diagnosis, and treatment options. *Deutsches Ärzteblatt International*. Vol. 117. 2020. Num. 22-23. p. 396-403. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2020.0396>.
5. Amato, A. C. M.; Amato, F. C. M.; Amato, J. L. S.; Benitti, D. A. Lipedema prevalence and risk factors in Brazil. *Jornal Vascular Brasileiro*. Vol. 21. 2022. <https://doi.org/10.1590/1677-5449.202101981>.
6. Felmerer, G.; Stylianaki, A.; Hagerling, R.; Wang, A.; Strobel, P.; Hollmen, M, et al. Hiper-trofia do tecido adiposo: um perfil bioquímico aberrante e expressão gênica distinta no lipedema. *Journal of Surgical Research*. Vol. 253. 2020. p. 294-303. <https://doi.org/10.1016/j.jss.2020.03.055>.
7. Al-ghadban, S.; Cromer, W.; Allen, M.; Ussery, C.; Badowski, M.; Harris, D, et al. Dilated blood and lymphatic microvessels, angiogenesis, increased macrophages, and adipocyte hypertrophy in lipedema thigh skin and fat tissue. *Journal of Obesity*. 2019. p. 8747461. <https://doi.org/10.1155/2019/8747461>.
8. Forner-Cordero, I.; Szolnoky, G.; Forner-Cordero, A.; Kemény, L. Lipedema: uma visão geral de suas manifestações clínicas, diagnóstico e tratamento da síndrome de deposição desproporcional de gordura - revisão sistemática. *Clinical Obesity*. Vol. 2. Num. 3-4. 2012. p. 86-95. <https://doi.org/10.1111/j.1758-8111.2012.00045.x>.
9. Sousa, D. J. M.; Sousa, L. L. C.; Rodrigues, J. R.; Learte, L. R.; Santos, G. M. Influência do índice glicêmico dos alimentos sobre a concentração de marcadores pró-inflamatórios. *Archives of Health Investigation*. Vol. 9. 2020. Num. 1. <https://doi.org/10.21270/archi.v9i1.3220>.
10. Jeziorek, M.; Chachaj, A.; Sowicz, M.; Adaszynska, A.; Truszyński, A.; Putek, J, et al. The benefits of low-carbohydrate, high-fat (LCHF) diet on body composition, leg volume, and pain in women with lipedema. *Journal of Obesity*. Vol. 2023. 2023a. p. 582-630. <https://doi.org/10.1155/2023/5826630>.

11. Suarez-Lledo, V.; Alvarez-Galvez, J. Prevalence of health misinformation on social media: systematic review. *Journal of Medical Internet Research*. Vol. 23. Num. 1. 2021. p. 17187. <https://doi.org/10.2196/17187>.
12. Levy, A.; Strombeck, R. Benefícios e riscos da Internet para a saúde. *Journal of Medical Systems*. Vol. 26. Num. 6. 2002. p. 495-510. <https://doi.org/10.1023/a:1020288508362>.
13. Fernandez, S. S.; Gómez, B. J.; Hidalgo, P. J.; Jiménez-Hidalgo, P. J.; Lozano-Estevan, M. C.; Peco, I. H. Desinformación sobre dieta y nutrición en las redes sociales: revisión de la literatura. *Nutrición Hospitalaria*, Vol. 42. Num. 2. 2025. p. 366–375. Disponível em: <https://doi.org/10.20960/nh.05533>. Acesso em: 24 jul. 2025.
14. Dennis, E.; Lindberg, R.; Marchese, L.E.; McNaughton, S.A. Fail: the quality and accuracy of nutrition-related information by influential Australian Instagram accounts. *Int J Behav Nutr Phys Act*. Vol. 21. Num. 16. 2024. <https://doi.org/10.1186/s12966-024-01565-y>.
15. Daon, L. D.; Lee, F. W.; Saynina, O.; Wang, C. J. Health Care Content and Engagement in Chronic Illness Instagram Posts: Content Analysis. *JMIR formative research*. Vol. 9. 2025. p. e57523. <https://doi.org/10.2196/57523>.
16. Picazo-Sanchez, L.; Dominguez-Martin, R.; Garcia-Marin, D. Health Promotion on Instagram: Descriptive–Correlational Study and Predictive Factors of Influencers’ Content. *Environ Res Public Health*. Vol. 19. Num. 23. 2022. p.15817. <https://doi.org/10.3390/ijerph192315817>.
17. Ozdemir, E. E; Borman, P.; Civelek, G. M.; Umaroglu, M. M. YouTube as a Source of Information on Lipedema: Property, Quality, and Reliability Assessment. *Lymphatic research and biology*. Vol. 21. Num. 4. 2023. p. 403-409. <https://doi.org/10.1089/lrb.2022.0028>.
18. Saw, E. M.; Heaney, S.; Robinson, A.; Squires, K. Using Instagram for health promotion: professional and ethical challenges for Australian nutritionists and dietitians. *Health Promotion International*. Vol. 40. Num. 6. 2025. p.185. <https://doi.org/10.1093/heapro/daaf185>.
19. Brasil; Conselho Federal de Nutricionistas. Dispõe sobre o Código de Ética e de Conduta do Nutricionista e dá outras providências. Resolução CFN. Resolução CFN. Num. 856 de 25 de abril de 2026. Brasília. Disponível em: <https://sisnormas.cfn.org.br/viewPage.html?id=856>
20. Jeziorek, M.; Szuba, A.; Kujawa, K.; Regulska-Illow, B. The effect of a low-carbohydrate, high-fat diet versus moderate-carbohydrate and fat diet on body composition in patients with lipedema. *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy*, Vol. 15. 2022. p. 2545–2561. <https://doi.org/10.2147/DMSO.S377720>.
21. Patton, L.; Ricolfi, L.; Bortolon, M.; Gabriele, G.; Zolesio, P.; Cione, E, et al. Observational study on a large Italian population with lipedema: biochemical and hormonal profile, anatomical and clinical evaluation, self-reported history. *International Journal of Molecular Sciences*. Vol. 25. Num. 3. 2024. p. 1599. <https://doi.org/10.3390/ijms25031599>.
22. Faerber, G.; Cornely, M.; Daubert, C.; Erbacher, G.; Fink, J.; Hirsch, T, et al. Reich-Schupke, S.; Stucker, M; Brenner, E. S2k guideline lipedema. *J Dtsch Dermatol Ges*. Vol. 22. Num. 9. 2024. p. 1303-1315. <https://doi.org/10.1111/ddg.15513>.
23. Kamamoto, F.; Baiocchi, J. M. T.; Ribeiro, R. D. A.; Batista, N, B.; Modena, D. A. O.; Gornati, V. C. Lipedema: exploring pathophysiology and treatment strategies - state of the art. *Jornal Vascular Brasileiro*. Vol. 23. 2024. p. e20240025. <https://doi.org/10.1590/1677-5449.202400252>.

24. Amato, A. C. M.; Benitti, D. A.; Oliveira J. C.; Oliveira, R. H.; Silva, M. T. B.; Souza, A. C, et al. Brazilian Consensus Statement on Lipedema using the Delphi methodology. *Jornal Vascular Brasileiro*. Vol. 24. 2025. <https://doi.org/10.1590/1677-5449.202301832>.
25. Cannataro, R.; Michelini, S.; Ricolfi, L.; Caroleo, M.; Gallelli, L.; De Sarro, G, et al. Management of Lipedema with Ketogenic Diet: 22-Month Follow-Up. *Life (Switzerland)*. Vol. 11. Num. 12. 2021. p. 1402. <https://doi.org/10.3390/life11121402> .
26. Di Renzo, L.; Cinelli, G.; Romano, L.; Zomparelli, S.; De Santis, G. L.; Nocerino, P, et al. Potential Effects of a Modified Mediterranean Diet on Body Composition in Lipoedema. *Nutrients*. Vol. 13. Num. 2. 2021. p. 358. <https://doi.org/10.3390/nu13020358>.
27. Hansdorfer-Korzon, R.; Czerwinska, M.; Teodorczyk, J.; Szamotulska, J. Assessment of lipoedema awareness among polish women- on-line survey study. *BMC Womens Health*. Vol. 23. Num. 457. 2023. <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02614-7>.

Recebido em: 09 mar. 2026

Aceito em: 17 jun. 2026