

ABORDAGEM NUTRICIONAL AO PACIENTE COM HIPOTIREOIDISMO

Aluna: Beatriz da Silva Amorim

Orientadora: Luciana Nicolau

AMORIM, B. S. **Abordagem nutricional em paciente com hipotireoidismo**. 2022. 34p. Trabalho de Conclusão de Curso da Pós Graduação em Nutrição Clínica. Universidade Federal do Rio de Janeiro. RJ. 2022.

Esse trabalho apresenta um estudo de caso de R.C.S, mulher, de 45 anos, casada, diagnosticada com hipotireoidismo e obesidade grau 1, necessitando de uma abordagem nutricional voltada para o caso. Após o diagnóstico médico e encaminhamento para nutrição, foi realizado uma anamnese para colher informações detalhadas dessa paciente. Além da avaliação física e exame de bioimpedância, foi prescrito um plano alimentar individualizado respeitando suas necessidades. Por conseguinte, foi possível observar uma perda de 15kg após 6 meses de tratamento, saindo da obesidade para a eutrofia, redução do % de gordura corporal e visceral, aumento do % de massa muscular, adequação nos exames bioquímicos, como Colesterol Total, Ldl, TSH e T4 livre, hipotireoidismo controlado e melhor qualidade de vida. Pode-se concluir que manter hábitos alimentares saudáveis diariamente, com frutas, legumes, verduras e alimentos integrais, contribuíram para o melhor prognóstico do hipotireoidismo e dislipidemia, assim como, os sintomas manifestados pela paciente decorrente da doença.

Palavras-chave: nutrição, hipotireoidismo, tireoide.