

EFICÁCIA ESPERADA DA DIETA CETOGÊNICA

30 A 40%
DOS PACIENTES
REDUZEM >90%
DAS CRISES
EPILÉTICAS

16%
DOS PACIENTES
EM TRATAMENTO
FICAM LIVRES
DE CRISES



DIETA CETOGÊNICA

**Deixe o alimento
ser o seu remédio.**

Elaborado por Andressa Cavalcante
Nutricionista CRNS/15436

**No tratamento das Síndromes
Epiléticas Fármaco - Resistentes**

SECRETARIA DE
ESTADO DA SAÚDE



DIETA CETOGÊNICA

O QUE É?

É uma dieta rica em gorduras, adequada em proteínas e pobre em carboidratos. Indicada como tratamento para o controle de crises epilépticas.



A gordura passa a ser a principal fonte de energia para o corpo através da formação de **corpos cetônicos**.

Substituindo os carboidratos (glicose), que serão bem limitados na dieta prescrita pelo nutricionista especialista.

TODOS PODEM FAZER A DIETA?

Não, existem contraindicações. Por isso é necessária a indicação médica.

A cetogênica é indicada para as pessoas com aquele tipo de epilepsia que não melhora com o uso de vários medicamentos anticonvulsivantes. **Quando um 2º medicamento é utilizado e não faz efeito, utilizar a Dieta Cetogênica é bastante eficaz (84%).**

Além da eficácia clínica comprovada, promove **melhora cognitiva** e da **qualidade de vida do paciente**.

COMO INICIAR A DIETA?

Todo o processo deve ser orientado e acompanhado por um nutricionista, mas comece aprendendo quais são os macronutrientes e alimentos que fazem parte de cada grupo.

CARBOIDRATOS



Frutas, verduras, legumes, tubérculos, macarrão, arroz, farinha, pães, bolos, doces.

PROTEÍNAS



Carne, frango, peixe, ovos, leite, queijo.

GORDURAS



Azeite de oliva, manteiga, óleo vegetal, creme de leite, bacon, abacate, amendoim, castanhas.

ORIENTAÇÕES INICIAIS:

1. Planejar e estabelecer horários regulares das refeições.
2. Excluir açúcar, mel, bolachas e todos os doces.
3. Aumentar o consumo de gorduras nas refeições (azeite, manteiga, creme de leite, maionese, abacate, castanhas).
4. Reduzir os carboidratos (pão, arroz, batata, massas).
5. Usar adoçante stévia 100%.

COMO MELHORAR A ABSORÇÃO DO CANABIDIOL?

Consumindo junto com o medicamento ou no mesmo horário de uso dele, algum alimento gorduroso (como azeite, óleo vegetal, manteiga, carnes, ovos).

Aumenta a absorção do medicamento em até 4 vezes.

