

**IX JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

**DIETA CETOGENICA NA DOENÇA DE ALZHEIMER: UMA REVISÃO
DE LITERATURA**

Camila Queiroz Lemos

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro

E-mail para contato (camila.lemos01@aluno.unifametro.edu.br)

Luriane Furtado Costa Maciel

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro

E-mail para contato (luriane.furtado@aluno.unifametro.edu.br)

Mirna Dielle Almeida Sales

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro

E-mail para contato (mirna.sales@aluno.unifametro.edu.br)

Cristhyane Costa de Aquino

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro

E-mail para contato (cristhyane.aquino@professor.unifametro.edu.br)

Área Temática: Alimentos, nutrição e saúde

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Encontro Científico: IX Encontro de Iniciação à Pesquisa

Introdução: O Alzheimer é uma doença neurodegenerativa que vem aumentando a cada ano, o que tem feito a ciência aumentar suas pesquisas no assunto com descobertas significativas. As intervenções dietéticas e metabólicas vêm ganhando espaço no tema e um destaque para a dieta cetogênica que é rica em gordura e pobre em carboidratos fazendo o corpo entrar em cetose. Esse mecanismo tem um impacto de grande potencial neuroprotetor e a produção de corpos cetônicos aumenta a função mitocondrial reduzindo mediadores inflamatórios e apoptóticos. **Objetivo:** Realizar uma revisão da literatura buscando comparar a dieta cetogênica e a melhora dos sintomas da Doença de Alzheimer. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases de dados PubMed, LILACS e SciELO. Para a busca dos artigos foram utilizados os descritores “Dieta Cetogênica e Alzheimer”, “Tratamento Alzheimer”, e suas combinações na língua portuguesa e inglesa, publicados nos últimos 5 anos. Foram selecionados 5 artigos sobre o tema. **Resultados e Discussão:** As dietas cetogênicas incluem uma alta quantidade de gordura, baixo teor de carboidratos e

IX JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

ingestão de triglicerídeos de cadeia média. Há evidências de que a dieta cetogênica e a suplementação com corpos cetônicos podem ter benefícios na melhoria da função mental de pacientes com a doença do Alzheimer com melhora nos resultados cognitivos (cognição global, memória e funções executivas). Os estudos trazem que não há clareza a respeito de qual dessas estratégias seja a mais benéfica, e sim, algumas peculiaridades. Na dieta cetogênica, a atenção a composição alimentar é de grande importância uma vez que existem diferentes fontes de gorduras, sendo umas mais saudáveis que outras. Já a suplementação exógena, pode ter maior probabilidade de ser adotada como um tratamento de longo prazo, porque as mudanças na dieta não são tão drásticas. Dentro estudos que avaliaram perda de peso, a maioria deles encontrou uma perda de peso quando utilizada uma dieta cetogênica e a suplementação não relatando associação entre a perda de peso com a mudança cognitiva nesses estudos. Phillips *et al.* (2021), em estudo cruzado randomizado, encontrou resultados positivos na utilização da dieta cetogênica em pacientes com Alzheimer. Em comparação com uma dieta usual suplementada com diretrizes de alimentação saudável com baixo teor de gordura, os pacientes na dieta cetogênica melhoraram na função diária e na qualidade de vida, fatores importantes quando se pensa em pessoas que vivem com demência. Observou-se também alterações nos fatores de risco cardiovascular, sendo estas, na maioria, favoráveis.

Considerações finais: Os corpos cetônicos são produzidos quando o corpo queima gordura em vez de carboidratos como sua principal fonte de energia, o que ocorre na dieta cetogênica. Eles podem fornecer uma fonte alternativa de energia para o cérebro, que pode ser útil em pacientes com doença de Alzheimer, que apresentam déficits na utilização de glicose pelo cérebro. Além disso, os corpos cetônicos têm propriedades antioxidantes e podem ajudar a reduzir a produção de espécies reativas de oxigênio, o que pode melhorar a saúde mitocondrial e reduzir o estresse oxidativo, um fator que pode contribuir para o desenvolvimento da doença de Alzheimer. No entanto, mais pesquisas são necessárias para avaliar os benefícios a longo prazo da dieta cetogênica e da suplementação com corpos cetônicos em pacientes com Alzheimer.

Palavras-chave: Alzheimer. Dieta Cetogênica. Tratamento.

Referências:

CAETANO, T. *et al.* Comparação dos efeitos da dieta cetogênica e da vitamina b12 no suporte nutricional ao paciente com doença de Alzheimer: síntese de evidências, International

IX JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

Journal of Health Management Review, v.6, n. 1, 2020.

HERSANT, H., GROSSBERG, G. The Ketogenic Diet and Alzheimer's Disease. J Nutr Health Aging. 2022;26(6):606-614. doi: 10.1007/s12603-022-1807-7. PMID: 35718870.

LILAMAND M, PORTE B, COGNAT E, HUGON J, MOUTON-LIGER F, PAQUET C. Are ketogenic diets promising for Alzheimer's disease? A translational review. Alzheimers Res Ther. 2020 Apr 14;12(1):42. doi: 10.1186/s13195-020-00615-4. PMID: 32290868; PMCID: PMC7158135.

PHILLIPS MCL, DEPREZ LM, MORTIMER GMN, MURTAGH DKJ, MCCOY S, MYLCHREEST R, GILBERTSON LJ, CLARK KM, SIMPSON PV, MCMANUS EJ, OH JE, YADAVARAJ S, KING VM, PILLAI A, ROMERO-FERRANDO B, BRINKHUIS M, COPELAND BM, SAMAD S, LIAO S, SCHEPEL JAC. Randomized crossover trial of a modified ketogenic diet in Alzheimer's disease. Alzheimers Res Ther. 2021 Feb 23;13(1):51. doi: 10.1186/s13195-021-00783-x. PMID: 33622392; PMCID: PMC7901512.

RUSEK, M.; PLUTA, R.; CZUCZWAR, S. Ketogenic Diet in Alzheimer's Disease, Journal of Molecular Sciences, v.1, n.1, julho/agosto 2019.