

Dieta rica em gordura e proteína reduz em até 90% as crises em crianças com epilepsia de difícil controle, mostra estudo realizado na Unifesp

Além da redução do número de crises diárias, a dieta cetogênica, como é chamada, também ajudou a diminuir a ingestão de medicamentos. Apesar de ser rica em gordura, ela agiu de forma positiva no perfil lipídico dos pacientes.

A pesquisa, realizada no Ambulatório de Epilepsia da Disciplina de Neurologia e Neurociência da Unifesp, utilizou a dieta cetogênica em 12 crianças e adolescentes com diagnóstico de epilepsia refratária, de difícil controle medicamentoso, por um período que variou entre seis e 12 meses.

A dieta foi iniciada com a hospitalização dos pacientes, que permaneceram em jejum durante 36 a 48 horas para entrarem em cetose – processo de queima total dos carboidratos. Todos realizaram avaliações antropométrica, clínica, psicológica, metabólica e nutricional periodicamente durante o estudo. Suplementação de vitaminas e minerais também foi acrescida para suprir as necessidades diárias que a dieta cetogênica não consegue alcançar por ser altamente lipídica.

Antes de iniciar a dieta, esses pacientes tinham, em média, 25 convulsões diárias. Já nos três primeiros meses de tratamento, todos os participantes da pesquisa apresentaram redução no número dessas crises. Entretanto, os melhores resultados foram verificados no sexto e 12º mês de acompanhamento, com uma redução que variou entre 40% a 90%. Também houve diminuição gradativa dos medicamentos antiepiléticos.

De acordo com a Dra. Ana Maria Figueiredo Ramos, nutricionista, mestre em Neurociências pela UNIFESP e autora do estudo, houve melhora da qualidade de vida dos pacientes entre 70% e 100%, pois ficaram mais ativos, menos sonolentos e com mais disposição para atividades habituais. “Após dez dias da dieta, uma das crianças chegou ao ambulatório tendo controle das crises e balbuciando as primeiras palavras”, afirma. “Entre os adolescentes, um deles, que usualmente passava a maior parte do dia dormindo por causa da medicação, atualmente apresenta vida regular normal, voltou à escola e está pintando quadros”.

Para o sucesso do tratamento, a pesquisadora explica que é preciso não apenas do cálculo rigoroso da dieta por nutricionistas, respeitando a idade e o peso do paciente, como também da colaboração dos pais, uma vez que sua implantação e manutenção são bastante trabalhosas. “Também é importante informar aos pais das chances reais de sucesso”, diz Dra. Ana Maria. “Considerando o total de crianças com epilepsia intratável, experiências têm mostrado que cerca de 25% dos pacientes respondem muito bem ao tratamento; 50% tem resposta favorável e 25% não se beneficiam, não toleram ou desistem da dieta”.

Apesar a dieta ser rica em gordura, não houve casos de má-nutrição ou de aumento dos níveis de colesterol e triglicérides dos pesquisados.

Como a dieta atua no organismo

Nesse tipo de dieta são excluídos do cardápio os carboidratos e a glicose, principais fontes de energia para o cérebro. Sem reserva dessas substâncias, ele busca uma terceira fonte de energia: as gorduras. A queima das gorduras pelo cérebro provoca a oxidação dos ácidos graxos e a formação de resíduos de corpos cetônicos (hidroxibutirato e acetoacetato) no sangue, que são filtrados pelos rins e excretados na urina. A presença, em grandes quantidades, desses corpos cetônicos favorece os mecanismos cerebrais, atenuando a atividade elétrica anormal e, conseqüentemente, as convulsões epiléticas.

A pesquisadora explica que a dieta cetogênica é indicada principalmente para crianças epiléticas com mais de um ano de idade e que apresentem resultados pouco favoráveis a duas ou mais drogas antiepiléticas ou para pacientes cujos efeitos colaterais desses medicamentos sejam intoleráveis.

Epilepsia na infância

Descarga anormal e excessiva do tecido nervoso. Essa é a definição mais simples para a epilepsia, um problema que atinge cerca de 59 milhões de pessoas em todo o mundo. Destes, 35 milhões vivem em países em desenvolvimento e não têm acesso a um tratamento apropriado, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS).

Alberto Alain Gabbai, chefe da disciplina de Neurologia da Unifesp e orientador da pesquisa realizada pela Dra. Ana Maria, explica que a epilepsia apresenta uma curva em sua incidência que é bastante interessante. De acordo com ele, os maiores índices aparecem na infância, caindo em adultos jovens e com até 50 anos, voltando a subir após os 60. "Depois dos 80 anos, as crises são tão freqüentes como na infância", diz.

Além de provocar convulsões, as crises epiléticas também podem ser caracterizadas por desmaios, abalos musculares ou interrupção da fala e da atividade.

Nem sempre é possível saber a causa concreta das crises. Porém, as mais conhecidas são lesões, traumas antes ou durante o parto, abuso de álcool ou drogas, infecções causadas por meningite ou pela neurocisticercose – ovos da *Taenia solium* (solitária) no cérebro.

Muitas epilepsias que ocorrem na infância têm prognóstico favorável em 70% a 80% dos casos. Entretanto, cerca de 20% a 30% dessas crianças apresentam crises de difícil controle medicamentoso, as quais provocam atraso no desenvolvimento neurológico e psicomotor e regressão das funções cognitivas.