



Ana Julia Vargas Dartora de Souza

**DIETA CETOGÊNICA E EPILEPSIA EM CRIANÇAS - E-BOOK PARA FAMILIARES E
PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE**

Ana Julia Vargas Dartora de Souza

**DIETA CETOGÊNICA E EPILEPSIA EM CRIANÇAS - E-BOOK PARA FAMILIARES E
PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE**

Trabalho de Conclusão apresentado a banca examinadora do Curso de Nutrição da Universidade La Salle – Unilasalle, como exigência parcial para obtenção do grau de Bacharel em Nutrição.

Orientador: Prof. Dr. Francisco Stefani Amaro

RESUMO

Introdução: A epilepsia é uma doença cerebral crônica e não transmissível que afeta aproximadamente 50 milhões de pessoas em todo o mundo. A dieta cetogênica (DC) é uma estratégia alimentar rica em gorduras e pobre em carboidratos, na qual a gordura, em vez da glicose, torna-se a principal fonte de energia por meio da produção de corpos cetônicos. **Objetivo:** Desenvolver um livro eletrônico (e-book) educativo com informações práticas e acessíveis, destinado a familiares e profissionais de saúde, com o intuito de auxiliar no manejo da dieta cetogênica em crianças com epilepsia. **Metodologia:** Elaboração de um e-book contendo informações sobre a epilepsia, abordagem nutricional por meio da dieta cetogênica e sugestões de receitas adaptadas. **Resultado:** O principal produto foi um e-book educativo. **Discussão:** Foram identificados três e-books disponíveis sobre o tema, sendo dois gratuitos e um pago. A maioria focava apenas na doença, e apenas um mencionava a dieta cetogênica. O presente trabalho, no entanto, abordou de forma integrada tanto a epilepsia quanto a dieta cetogênica, proporcionando uma visão mais abrangente para o público-alvo. **Conclusão:** Com orientação adequada, planejamento alimentar e suporte emocional, é possível transformar a rotina de crianças com epilepsia, promovendo maior qualidade de vida, segurança e autonomia.

Palavras chaves: Epilepsia. Dieta cetogênica. Crianças.

ABSTRACT

Introduction: Epilepsy is a chronic, non-communicable brain disorder that affects approximately 50 million people worldwide. The ketogenic diet (KD) is a high-fat, low- carbohydrate dietary approach in which fat, rather than glucose, serves as the main energy source through the production of ketone bodies. **Objective:** To develop an educational e-book with practical and accessible information aimed at families and healthcare professionals, in order to support the management of the ketogenic diet in children with epilepsy. **Methodology:** Creation of an e-book containing information about epilepsy, nutritional treatment through the ketogenic diet, and adapted recipe suggestions. **Results:** The main output was an educational e-book. **Discussion:** Three e-books on the topic were identified—two free and one paid. Most focused only on the disease, and only one mentioned the ketogenic diet. This work, however, addressed both epilepsy and the ketogenic diet in an integrated manner, providing a more comprehensive resource for the target audience. **Conclusion:** With proper guidance, dietary planning, and emotional support, it is possible to improve the daily lives of children with epilepsy, promoting better health, safety, and autonomy.

Key words: Epilepsy. Ketogenic diet. Children.

SUMÁRIO

RESUMO.....	3
ABSTRACT.....	4
1 INTRODUÇÃO.....	6
2 OBJETIVOS.....	8
2.1. Objetivo geral.....	8
3 JUSTIFICATIVA.....	9
4 MATERIAIS E MÉTODOS.....	10
4.1. Livro eletrônico (e-book).....	10
4.2. Estrutura do e-book.....	10
4.3. Público-alvo.....	11
4.4. Referencial bibliográfico do livro eletrônico.....	11
5 REFERENCIAL TEÓRICO.....	13
5.1. Conceito de epilepsia.....	13
5.2. Principais aspectos fisiológicos relacionados com dietas cetogênicas.....	16
5.3. Apontar a importância da alimentação e dieta no tratamento da epilepsia .	17
5.4. Disponibilização de diferentes tipos de refeições para crianças com epilepsia..	22
6 RESULTADOS.....	29
7 DISCUSSÃO.....	30
REFERÊNCIAS.....	32

1 INTRODUÇÃO

A epilepsia é uma doença neurológica crônica e não transmissível que afeta aproximadamente 50 milhões de pessoas em todo o mundo. É caracterizada por crises epiléticas recorrentes, que consistem em episódios breves de atividade elétrica anormal no cérebro, resultando em movimentos involuntários que podem atingir apenas uma parte do corpo (crises parciais) ou o corpo inteiro (crises generalizadas). Essas crises, por vezes, são acompanhadas por perda de consciência e de controle das funções esfincterianas.

Estima-se que a prevalência global de epilepsia ativa — definida como a ocorrência contínua de crises ou a necessidade de tratamento — varie entre 4 e 10 casos por 1.000 pessoas na população geral (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2024). Anualmente, cerca de 5 milhões de novos casos são diagnosticados no mundo. Em países de alta renda, a taxa anual de incidência é de aproximadamente 49 casos por 100.000 habitantes, enquanto nos países de baixa e média renda esse número pode chegar a 139 por 100.000. Aproximadamente 80% das pessoas com epilepsia vivem em regiões de baixa ou média renda (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2024).

A crise epilética ocorre devido a uma descarga elétrica anormal na substância cinzenta cortical, interrompendo temporariamente a função cerebral normal. As manifestações clínicas podem incluir alterações de consciência, sensações anormais, movimentos involuntários localizados ou generalizados e, em alguns casos, crises motoras intensas com contrações disseminadas da musculatura esquelética. O diagnóstico geralmente é clínico, complementado por exames laboratoriais, neuroimagem e eletroencefalografia (EEG) em casos de início recente. Em situações de epilepsia já diagnosticada, a dosagem sérica de anticonvulsivantes pode ser indicada para monitoramento terapêutico. O tratamento envolve a identificação e eliminação da causa, quando possível, uso de medicamentos anticonvulsivantes e, em casos refratários, intervenção cirúrgica (MANUAL MSD, 2024).

As manifestações clínicas podem variar desde sintomas leves, como pequenos movimentos involuntários, alucinações visuais, mal-estar e lapsos de consciência, até crises convulsivas intensas. Em caso de presenciar uma pessoa em 6 crise, a principal orientação é manter a calma. Deve-se evitar tentar abrir a boca da pessoa ou colocar

objetos nela. O ideal é deitá-la de lado, proteger a cabeça e aguardar o término da crise, que geralmente dura até dois minutos. A pessoa não deve ser deixada sozinha após o episódio, pois pode apresentar confusão. Se a crise durar mais de dois minutos, é recomendado acionar o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU) (JORNAL DA USP, 2021).

Dentre os tratamentos complementares para epilepsia refratária, a dieta cetogênica tem ganhado destaque como uma abordagem terapêutica eficaz. Trata-se de uma dieta rica em gorduras e pobre em carboidratos, cuja principal finalidade é induzir a produção de corpos cetônicos, promovendo um estado metabólico semelhante ao jejum e proporcionando efeitos anticonvulsivantes.

Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo desenvolver um livro eletrônico (e-book) voltado ao apoio de familiares e profissionais da saúde no manejo da dieta cetogênica em crianças com epilepsia refratária.

2 OBJETIVOS

2.1. Objetivo geral

Construção de um livro eletrônico (e-book) para apoiar familiares e profissionais de saúde no manejo da dieta cetogênica em crianças com epilepsia refratária.

2.2. Objetivos específicos

- Conceituar a epilepsia e apresentar dados epidemiológicos relevantes;
- Descrever os principais mecanismos fisiológicos envolvidos na dieta cetogênica;
- Evidenciar a importância da alimentação como estratégia terapêutica no controle das crises epilêpticas;
- Oferecer sugestões de refeições adaptadas à dieta cetogênica para crianças com epilepsia, incluindo receitas ilustradas com fotografias.

3 JUSTIFICATIVA

A epilepsia é uma condição neurológica caracterizada por descargas elétricas anormais no cérebro, resultando em crises epiléticas recorrentes. Embora o tratamento medicamentoso seja eficaz para a maioria dos pacientes, estima-se que cerca de 30% dos indivíduos com epilepsia apresentem crises refratárias, ou seja, que não respondem adequadamente aos fármacos antiepiléticos. Diante desse cenário, torna-se essencial considerar abordagens terapêuticas alternativas e complementares. Uma das mais reconhecidas é a dieta cetogênica.

A dieta cetogênica é caracterizada por um alto teor de gorduras, baixo teor de carboidratos e uma quantidade moderada de proteínas. Esse padrão alimentar induz o organismo a um estado metabólico denominado cetose, no qual os corpos cetônicos passam a ser utilizados como principal fonte de energia, em substituição à glicose. Essa alteração no metabolismo energético parece exercer um efeito estabilizador sobre a atividade elétrica cerebral, contribuindo para a redução da frequência e da intensidade das crises epiléticas.

Estudos demonstram que a dieta cetogênica pode reduzir em até 50% – ou mais – a frequência das crises em crianças com epilepsia de difícil controle, havendo também evidências crescentes de sua eficácia em adultos. Apesar dos resultados promissores, sua adoção ainda é limitada por diversos fatores, como o desconhecimento por parte de profissionais de saúde, a ausência de equipes especializadas e o preconceito em relação à sua efetividade.

Dessa forma, é fundamental ampliar o conhecimento sobre a dieta cetogênica como uma estratégia terapêutica válida e baseada em evidências científicas, promovendo sua inclusão nos protocolos de tratamento da epilepsia, especialmente nos casos refratários. Além disso, é essencial que familiares e profissionais de saúde recebam informações claras, acessíveis e confiáveis sobre essa abordagem, garantindo um cuidado mais equitativo e eficaz aos pacientes.

Considerando a relevância do tema, este livro eletrônico tem como objetivo auxiliar familiares e profissionais da saúde na implementação e no manejo da dieta cetogênica em crianças com crises epiléticas, oferecendo orientações práticas e fundamentadas para o uso seguro e eficaz dessa intervenção nutricional.

4 MATERIAIS E MÉTODOS

4.1. Livro eletrônico (e-book)

O **e-book**, termo derivado da abreviação de *electronic book* ou *livro eletrônico*, é uma obra em formato digital, que pode ser baixada e lida em dispositivos como smartphones, tablets, notebooks, entre outros. Essa característica o torna uma ferramenta prática e acessível, especialmente na rotina contemporânea.

4.2. Estrutura do e-book

O livro eletrônico será estruturado em cinco capítulos, cada um abordando uma temática específica relacionada à epilepsia e à dieta cetogênica.

O **Capítulo 1 – "Conceito de epilepsia"** tratará dos aspectos conceituais da condição, incluindo a definição clínica da epilepsia e dados epidemiológicos relevantes. O conteúdo será redigido em língua portuguesa (variante brasileira).

O **Capítulo 2** apresentará os principais aspectos fisiológicos associados à dieta cetogênica, abordando seu mecanismo de ação, a faixa etária mais indicada para sua aplicação e a proporção recomendada dos macronutrientes.

O **Capítulo 3** discutirá a importância da alimentação como estratégia terapêutica no manejo da epilepsia, destacando os benefícios, os possíveis efeitos colaterais da dieta cetogênica e os desafios envolvidos na adesão e manutenção desse padrão alimentar.

O **Capítulo 4** oferecerá sugestões práticas de refeições adaptadas à dieta cetogênica para crianças com epilepsia, incluindo receitas detalhadas e ilustrações fotográficas que facilitam a compreensão e a aplicação cotidiana.

Por fim, o **Capítulo 5** trará uma conclusão geral, sintetizando os principais pontos abordados ao longo da obra e reforçando a relevância da dieta cetogênica como uma alternativa terapêutica baseada em evidências científicas.

O e-book será elaborado em português do Brasil, utilizando as fontes tipográficas "*Just Another Hand*" e "*Bakerie*", com variação de tamanhos entre 9 e 40 pontos, conforme a finalidade gráfica de cada elemento textual e visual.

A elaboração do e-book será realizada por meio da plataforma digital **Canva**,

utilizando sua versão gratuita. Para a identidade visual da obra, optou-se pela predominância de tons roxos, em alusão à campanha de conscientização sobre a epilepsia, conhecida como “**Março Roxo**”. A capa do material contará com uma imagem ilustrativa de um cérebro, selecionada a partir do banco de imagens disponibilizado pela própria plataforma.

Após a finalização e apresentação do trabalho à banca de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), o e-book será disponibilizado gratuitamente por meio das redes sociais da autora (Facebook e Instagram), com o objetivo de ampliar seu alcance e promover o acesso à informação de qualidade.

4.3. Público-alvo

O e-book será direcionado a familiares de pessoas com epilepsia e a profissionais de saúde envolvidos no cuidado e acompanhamento de crianças com a condição.

4.4. Referencial bibliográfico do livro eletrônico

Para a elaboração do referencial teórico do e-book, foram utilizadas diversas fontes bibliográficas, incluindo artigos científicos, livros especializados — como *Epilepsia na Prática* —, documentos institucionais da Organização Mundial da Saúde (OMS), da Liga Brasileira de Epilepsia (LBE), bem como materiais específicos sobre a dieta cetogênica.

A pesquisa bibliográfica abrangeu publicações dos últimos dez anos, compreendendo o período de 2015 a 2025, com foco nos temas epilepsia e dieta cetogênica. Foram consultadas cartilhas, manuais, livros e documentos técnicos, além de sites institucionais de reconhecida relevância, como os da Associação Brasileira de Epilepsia (ABE), Liga Brasileira de Epilepsia (LBE) e da World Health Organization (WHO).

A seleção dos artigos científicos foi realizada com base em uma janela temporal de até dez anos, utilizando os descritores “Epilepsia e dieta cetogênica” e “Dieta cetogênica e epilepsia em crianças” como palavras-chave. As bases de dados consultadas incluíram repositórios de livre acesso, como a *National Library of Medicine and National Institutes of Health (PubMed)* e a *Scientific Electronic Library*

Online (SciELO).

Além disso, foram considerados os consensos clínicos mais atualizados disponíveis no momento da construção do referencial teórico, bem como normas técnicas emitidas por órgãos governamentais. A busca por informações em sites foi restrita a entidades reconhecidas e especializadas na área da saúde, garantindo a confiabilidade e a atualidade dos dados utilizados.

5 REFERENCIAL TEÓRICO

Neste capítulo serão descritos os referenciais teóricos que darão sustento ao próprio estudo.

5.1. Conceito de epilepsia

A epilepsia é uma doença cerebral crônica e bastante frequente, caracterizada por crises epiléticas repetidas, sem a presença de um fator agudo desencadeante. Em outras palavras, trata-se de uma predisposição do indivíduo a apresentar crises epiléticas. Estima-se que, em todo o mundo, cerca de 50 milhões de pessoas tenham epilepsia ativa — ou seja, estejam em tratamento ou tenham apresentado crises no último ano —, sendo que aproximadamente 70% desses casos poderiam ser controlados com medicamentos anticrise. No entanto, muitos indivíduos ainda não têm acesso ao diagnóstico adequado (Associação Brasileira de Epilepsia, 2025).

A epilepsia infantil é uma condição neurológica cuja manifestação é mais frequente no primeiro ano de vida. É caracterizada por contrações musculares involuntárias, conhecidas como convulsões, podendo ou não estar acompanhadas de perda de consciência ou lapsos de memória. A condição apresenta alta incidência na infância, estimando-se que uma em cada 150 crianças seja diagnosticada com epilepsia nos primeiros dez anos de vida (MINARDI et al., 2019).

Distúrbios comportamentais — como depressão e ansiedade — e comorbidades cognitivas são comuns nas epilepsias pediátricas. Pacientes frequentemente apresentam dificuldades em diferentes domínios do desenvolvimento. As causas desses quadros são, em geral, multifatoriais, estando relacionadas às crises epiléticas, aos efeitos colaterais dos medicamentos anticonvulsivantes e à própria neuropatologia de base (HOLMES, G.L., et. al., 2021).

O conceito de epilepsia evoluiu ao longo do tempo. Em 2014, foi proposta uma definição clínica-operacional da doença, reconhecida internacionalmente: epilepsia é uma condição cerebral caracterizada por uma das seguintes situações: (a) pelo menos duas crises não provocadas (ou reflexas), ocorridas em um intervalo superior a 24 horas; (b) uma crise não provocada (ou reflexa), com risco estimado de recorrência de pelo menos 60%; ou (c) diagnóstico de uma síndrome epilética reconhecida

(BRASIL, 2019).

O termo "epilepsia" aplica-se apenas quando as crises tendem a se repetir espontaneamente ao longo do tempo. A forma mais conhecida da doença é a crise convulsiva generalizada, também chamada de crise tônico-clônica. Popularmente referida como “ataque epiléptico” — terminologia que não é recomendada, por carregar conotações negativas e estigmatizantes —, essa crise pode causar queda repentina ao chão, contrações musculares generalizadas, mordedura da língua, salivação intensa, respiração ofegante e, em alguns casos, perda de controle esfinteriano (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EPILEPSIA, 2025).

Outro tipo de manifestação é a crise do tipo "ausência", conhecida como “desligamento”, mais comum em crianças em idade escolar. Nesses episódios, a criança permanece com o olhar fixo e perde o contato com o ambiente por alguns segundos. De curta duração, essas crises muitas vezes passam despercebidas por familiares e professores (YASUDA, C., 2024).

As crises mioclônicas, por sua vez, caracterizam-se por “choques” ou espasmos musculares breves, geralmente nos membros, e costumam ocorrer ao despertar. Quando frequentes, podem evoluir para convulsões generalizadas. Já as crises atônicas provocam quedas súbitas devido à perda total do tônus muscular, deixando o corpo momentaneamente “amolecido” (MANUAL MSD, 2024).

Existe ainda um tipo de crise em que a pessoa parece estar consciente, mas realiza ações automáticas e sem controle, como mastigar, falar de forma incoerente ou andar sem direção. Trata-se das chamadas crises focais perceptivas ou disperceptivas. Ao término dessas crises, é comum que o indivíduo não se lembre do que ocorreu. Em outros casos, as crises podem causar alterações sensoriais, como percepções visuais ou auditivas incomuns, ou ainda perturbações transitórias da memória — características das crises parciais (ou focais) simples (YASUDA, C., 2024).

É importante ressaltar que nem toda convulsão está relacionada à epilepsia. Diversos fatores podem desencadear crises convulsivas, como febre alta, hipoglicemia, desidratação, traumas cranianos, hemorragias, tumores cerebrais, intoxicações por álcool, medicamentos ou substâncias ilícitas, entre outros

(ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EPILEPSIA, 2025).



Fonte: Livro epilepsia prática (YASUDA, C., 2024).

5.2. Principais aspectos fisiológicos relacionados com dietas cetogênicas

A dieta cetogênica é rigorosamente calculada por nutricionistas, considerando a idade e o peso do paciente. A quantidade de proteínas deve ser precisa, devido às necessidades proteicas essenciais para o crescimento da criança. Em relação aos lipídios, aproximadamente 85% das calorias diárias são provenientes desse nutriente. Outra característica da dieta é o pequeno volume das refeições, uma consequência inevitável, já que os lipídios possuem valor calórico muito superior ao dos carboidratos e proteínas. Portanto, trata-se de uma dieta hipocalórica, hipoglicídica, normoproteica e hiperlipídica. Inclusive, a quantidade diária de líquidos a ser ingerida também deve ser cuidadosamente calculada (D'ANDREA MEIRA, I., 2019). O objetivo da dieta é induzir a produção, na circulação sanguínea, de um grupo de substâncias denominadas corpos cetônicos — principalmente β 15 hidroxibutirato e acetoacetato (FREEMAN, J. M., 2007).

O mecanismo pelo qual a dieta cetogênica reduz as crises epiléticas sugere que a oferta elevada de gorduras mantém um estado metabólico semelhante à inanição, no qual esse macronutriente é utilizado como fonte energética em substituição à gordura estocada, criando e sustentando um estado de cetose. O efeito sedativo dos corpos cetônicos (acetoacetato e β -hidroxibutirato), sua concentração plasmática, o grau de acidose, a desidratação parcial, a alteração na concentração lipídica e a adaptação metabólica cerebral decorrente dessa cetose são considerados os principais fatores envolvidos no controle das crises (LIGA PORTUGUESA CONTRA A EPILEPSIA, 2020).

A dieta é indicada para crianças entre um e oito anos e deve ser elaborada de forma rigorosa, mantendo uma proporção de 3 a 5 gramas de gordura para 1 grama de carboidrato, com todos os alimentos rigorosamente pesados e quantificados. Estudos indicam que a dieta pode controlar até 75% das convulsões, e crianças que apresentem controle das crises podem retornar a uma dieta convencional em dois a três anos. O mecanismo exato de ação ainda não é completamente compreendido, sendo necessária paciência e dedicação tanto dos familiares quanto dos pacientes (D'ANDREA MEIRA, I., 2019). A dieta cetogênica esgota as reservas de carboidratos, levando o organismo a iniciar a depleção da gordura e à formação dos corpos

cetônicos plasmáticos, que são filtrados pelos rins e excretados na urina. Em níveis elevados, esses corpos cetônicos favorecem o controle das convulsões; ou seja, ao manter o paciente em cetose constante, a dieta promove mecanismos que evitam as crises epiléticas. Além disso, a quantidade de água corporal durante o jejum é reduzida em relação ao normal, sendo necessária também a limitação da ingestão de líquidos (ZARNOWSKA, I. M., 2020).

As crises epiléticas geralmente não retornam após o término do tratamento. Considera-se um resultado satisfatório a redução de aproximadamente 50% no número de crises. Dessa forma, pacientes que apresentam redução das crises durante a dieta cetogênica podem apresentar modificações permanentes no metabolismo cerebral após o término do tratamento (ABBOTT BRASIL, 2024).

5.3. Apontar a importância da alimentação e dieta no tratamento da epilepsia

A dieta cetogênica (DC) é uma dieta rica em gordura e pobre em carboidratos, na qual a gordura, em vez da glicose, atua como a principal fonte de energia por meio da produção de corpos cetônicos. Ela propõe a redução da ingestão de carboidratos para menos de 50 gramas por dia, associada ao aumento da ingestão de gordura e proteína. Em resumo, cerca de 70% a 80% das calorias ingeridas devem ser provenientes de gordura, aproximadamente 20% de proteína e apenas 5% de carboidratos (NÓIA et al., 2024).

Embora a dieta cetogênica possa parecer uma estratégia recente, ela existe desde a década de 1920 como tratamento para epilepsia. Atualmente, é considerada um recurso terapêutico para diversas condições, desde infertilidade até diabetes tipo 2. É comum que apareçam alguns efeitos colaterais nos primeiros dias, como dores de cabeça, dores musculares e mal-estar geral (CHINNA-MEYYAPPAN, A.; GOMES, F. A.; KONING, E.; FABE, J.; BREDA, V.; BRIETZKE, E, 2022).

De modo geral, as dietas cetogênicas podem ser utilizadas em todas as faixas etárias. Contudo, a maioria dos dados disponíveis na literatura confirma a boa tolerância e a alta eficácia dessa dieta em bebês e crianças até 10 anos, nas quais a ausência de crises convulsivas é frequentemente alcançada e mantida (VAN DER

LOUW et al., 2016).

Os principais alimentos que compõem o cardápio da dieta são fontes de gorduras e proteínas, como peito de frango, carnes vermelhas, peixes, ovos, carne suína, embutidos (como peito de peru e presunto), requeijão, oleaginosas, azeite de oliva, manteiga, alface, verduras verdes escuras, como brócolis e espinafre, e queijos (KOSSOFF et al., 2018).

Também existe a opção de utilizar o KetoCal (**Figura 3**), uma fórmula nutricional desenvolvida especialmente para crianças com epilepsia refratária, cujo objetivo é manter o paciente em estado de cetose terapêutica, favorecendo o controle das crises epilêpticas. A administração pode ser por via oral ou enteral (sonda), sendo indicado o uso desde o nascimento, inclusive para lactentes.

Sua composição é rica em gorduras, com proporção controlada de proteínas e carboidratos para facilitar a cetose. Uma lata de 300 g da fórmula KetoCal custa, em média, cerca de R\$ 400,00 no mercado privado. No entanto, mediante o preenchimento de um formulário (**Figura 1 e 2**), a distribuição gratuita é realizada pelo SUS (Sistema Único de Saúde).

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA SAÚDE
COORDENAÇÃO DA POLÍTICA DE ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA
LAUDO PARA SOLICITAÇÃO DE FÓRMULAS NUTRICIONAIS – LFN

IDENTIFICAÇÃO DO USUÁRIO		
Nome completo:		
Sexo: <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F	Data de nascimento (D.N): ___/___/___	
CPF:	RG:	CNS:
Nome completo da Mãe :		
Responsável:		D.N:
CPF:	RG:	CNS:
Endereço: (rua,nº,bairro)		
Município de residência:		
Telefone(s):	UF:	CEP:
E-mail:		
INFORMAÇÕES SOBRE A DOENÇA		
Doença principal:		CID
Outro (s) Diagnóstico (s) :		CID's:
Assinalar o agravo que justifica a indicação da terapia nutricional:		
<input type="checkbox"/> Afagia / Disfagia por alteração mecânica da deglutição ou trânsito digestivo	<input type="checkbox"/> Síndrome de má absorção	
<input type="checkbox"/> Afagia / Disfagia por doença neurológica	<input type="checkbox"/> Desnutrição moderada a grave	
<input type="checkbox"/> Transtorno de mobilidade intestinal	<input type="checkbox"/> Outro: _____	
AVALIAÇÃO NUTRICIONAL		
Peso (kg): _____ () atual () estimado Estatura (cm): _____ () atual () estimado IMC: _____		
Laudo nutricional: _____		
VIA DE ADMINISTRAÇÃO DA TERAPIA NUTRICIONAL		
<input type="checkbox"/> VO <input type="checkbox"/> TNE+VO <input type="checkbox"/> TNE EXCLUSIVA <input type="checkbox"/> TNE+TPP		
Via de acesso		
Sonda: <input type="checkbox"/> Nasogástrica <input type="checkbox"/> Nasoentérica <input type="checkbox"/> Gastrostomia <input type="checkbox"/> Jejunostomia		
Descritivo da fórmula solicitada	Volume e fracionamento/dia	Total / Mês
IDENTIFICAÇÃO DO PROFISSIONAL SOLICITANTE		
Nome do estabelecimento:		CNES:
Nome do profissional:		CRM/CRN
CPF:	CNS:	
Endereço: (rua,nº,bairro)		
Município de residência:		
Telefone(s):	UF:	CEP:
E-mail:		
Data: ___/___/___		
_____ Assinatura e carimbo (Médico)		_____ Assinatura e Carimbo (Nutricionista)
(casos de alergia à proteínas do leite de vaca - preencher também o folha 2)		

Figura 1 – Formulário para a solicitação de formúlas nutricionais pelo Estado.
(Fonte: Secretaria Estadual de Saúde do Rio Grande do Sul, 2021).

Campos para preenchimento em caso de Alergia às Proteínas do leite de vaca	
Quadro clínico	
Alergia Alimentar Classificação:	
<input type="checkbox"/> IgE Mediada <input type="checkbox"/> Não IgE Mediada <input type="checkbox"/> Mista <input type="checkbox"/> Sem definição	
Data do início do quadro: ___/___/___	
Manifestações cutâneas:	
<input type="checkbox"/> urticária <input type="checkbox"/> prurido <input type="checkbox"/> angioedema <input type="checkbox"/> dermatite <input type="checkbox"/> outros	
Observações:	
Manifestações gastrointestinais:	
<input type="checkbox"/> dor abdominal <input type="checkbox"/> diarreia <input type="checkbox"/> constipação <input type="checkbox"/> vômitos/náuseas <input type="checkbox"/> refluxo <input type="checkbox"/> Distensão abdominal <input type="checkbox"/> sangue nas fezes <input type="checkbox"/> outros	
Observações:	
Manifestações respiratórias:	
<input type="checkbox"/> broncoespasmo <input type="checkbox"/> tosse <input type="checkbox"/> rinite <input type="checkbox"/> edema de laringe <input type="checkbox"/> outros	
Observações:	
Exames Complementares (atuais)	
IgE específica <i>in vivo</i> (PRICK TEST)	
<input type="checkbox"/> alfa-lactoalbumina <input type="checkbox"/> beta-lactoglobulina <input type="checkbox"/> caseína <input type="checkbox"/> leite de vaca <input type="checkbox"/> soja	
Data : ___/___/___	
IgE específica <i>in vitro</i> (RAST)	
<input type="checkbox"/> alfa-lactoalbumina <input type="checkbox"/> beta-lactoglobulina <input type="checkbox"/> caseína <input type="checkbox"/> leite de vaca <input type="checkbox"/> soja	
Data : ___/___/___	
Avaliação gastrointestinal:	
<input type="checkbox"/> sangue oculto <input type="checkbox"/> alfa-1-antitripsina fecal <input type="checkbox"/> relação albumina/globulina	
Data : ___/___/___	
Anatomopatológico:	
<input type="checkbox"/> estômago <input type="checkbox"/> esôfago <input type="checkbox"/> duodeno <input type="checkbox"/> reto	
Data : ___/___/___	
Prova de provocação oral / Teste de desencadeamento	
<input type="checkbox"/> Sim , data ___/___/___ <input type="checkbox"/> Não	

Data: ___/___/___

Assinatura e carimbo (Médico)

Assinatura e Carimbo (Nutricionista)

(casos de alergia à proteínas do leite de vaca - preencher também o folha 2)

Figura 2 – Campos preenchidos em caso de alergia às proteínas de leite de vaca
(Fonte: Secretaria Estadual de Saúde do Rio Grande do Sul, 2021).



Figura 3 – KetoCal 4:1 – fórmula pediátrica para nutrição enteral e oral de 3 – 10 anos. (Fonte: Mundo Danone,2024).

5.4. Disponibilização de diferentes tipos de refeições para crianças com epilepsia

Neste capítulo, serão apresentadas opções de refeições práticas, saborosas e nutricionalmente adequadas para crianças com epilepsia. Além disso, serão disponibilizadas receitas simples e adaptadas, desenvolvidas com o objetivo de facilitar o dia a dia das famílias, garantindo uma alimentação equilibrada sem abrir mão do sabor. Todas as receitas apresentadas neste capítulo são de **autoria própria**, desenvolvidas com base em experiências práticas e adaptadas para atender às necessidades nutricionais de crianças com epilepsia.

Brigadeiro

Ingredientes

- 1 caixa (200g) de creme de leite
- 2 colheres de sopa de cacau em pó
- 2 colheres de sopa de adoçante culinário
- 3 colheres de sopa de manteiga ou margarina

Modo de preparo

1. Em uma panela, derreta a manteiga em fogo baixo.
2. Adicione o creme de leite, o cacau em pó e o adoçante.
3. Misture bem e cozinhe por 1 a 2 minutos, até iniciar fervura leve.
4. Desligue o fogo e transfira a mistura para um recipiente.
5. Aguarde esfriar completamente.
6. Com as mãos untadas, modele bolinhas e passe-as no cacau em pó.
7. Leve à geladeira até firmar.
8. Sirva gelado.



Bolo de Coco de Micro-ondas

Ingredientes

- 3 colheres de sopa de coco ralado desidratado sem açúcar
- 2 colheres de sopa de leite de coco
- 1 ovo
- 2 colheres de sopa de nata
- 1 colher de chá de óleo de coco
- 2 colheres de sopa de adoçante culinário
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Canela em pó a gosto (opcional)

Modo de preparo

1. Em um recipiente próprio para micro-ondas, misture o leite de coco, o ovo, a nata, o óleo de coco e o adoçante.
2. Mexa bem até obter uma massa homogênea.

3. Acrescente o coco ralado e o fermento, incorporando-os à mistura.
4. Leve ao micro-ondas por 2 a 3 minutos, conforme a potência do aparelho.
5. Retire com cuidado e, se desejar, polvilhe com canela antes de servir.



Escondidinho de Linguiça Calabresa

Ingredientes

- 2 ovos
- 50 g de linguiça calabresa
- 2 colheres de sopa de creme de leite
- Sal e pimenta a gosto

Modo de preparo

1. Corte a linguiça em pequenos pedaços e frite até dourar.
2. Transfira para um recipiente pequeno (ramequim).
3. Quebre os ovos sobre a linguiça, mantendo as gemas inteiras, se preferir.

4. Adicione o creme de leite.
5. Tempere com sal e pimenta.
6. Leve ao forno preaquecido a 200 °C por 10 a 15 minutos, até os ovos atingirem o ponto desejado.
7. Sirva quente.



Pão de Queijo de Micro-ondas

Ingredientes

- 1 ovo
- 2 colheres de sopa de requeijão cremoso
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 1 colher de sopa de queijo muçarela ralado
- Sal a gosto

Modo de preparo

1. Em um recipiente próprio para micro-ondas, misture todos os ingredientes com um garfo até formar uma massa homogênea.

2. Leve ao micro-ondas em potência alta por aproximadamente 3 minutos.
3. Retire, deixe amornar e corte ao meio.
4. Recheie conforme a preferência e, se desejar, doure o pão em uma frigideira para obter uma textura crocante.



Crepioca

Ingredientes

- 2 ovos
- 1 colher de sopa de farinha de linhaça
- Queijo ralado a gosto
- Orégano e sal a gosto

Modo de preparo

1. Em uma tigela, bata os ovos até obter uma mistura homogênea.
2. Adicione a farinha de linhaça, o queijo, o orégano e o sal, misturando bem.
3. Aqueça uma frigideira antiaderente e unte com manteiga ou azeite.

4. Despeje a mistura e cozinhe em fogo baixo, dourando dos dois lados.
5. Se desejar, adicione recheios como frango, vegetais ou carnes antes de dobrar ou enrolar.



Fritada de Bacon com Espinafre

Ingredientes

- 140 g de bacon
- 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina
- 200 g de espinafre
- 8 ovos
- 1 xícara de creme de leite
- 140 g de queijo ralado
- Sal e pimenta a gosto

Modo de preparo

1. Preaqueça o forno a 180 °C.
2. Frite o bacon na manteiga até ficar crocante.
3. Adicione o espinafre e refogue até murchar. Reserve.
4. Em uma tigela, bata os ovos com o creme de leite até formar uma mistura homogênea.
5. Despeje em uma forma untada e distribua por cima o bacon, o espinafre e o queijo.
6. Tempere com sal e pimenta.
7. Asse por cerca de 25 minutos, ou até firmar e dourar.



6 RESULTADOS

Para facilitar o acesso ao e-book completo, disponibilizamos abaixo o QR Code que pode ser escaneado com qualquer dispositivo móvel, direcionando diretamente ao material digital.



7 DISCUSSÃO

Foi realizada uma pesquisa na internet com o objetivo de identificar e-books disponíveis em português e espanhol relacionados à dieta cetogênica e epilepsia em crianças. Foram encontrados dois e-books gratuitos e um e-book pago, conforme descrito a seguir:

E-book 1 (Português, gratuito): *Inclusão de Crianças e Adolescentes com Epilepsia no Contexto Escolar*, publicado em 2020 pela Associação Brasileira de Epilepsia. O material aborda os diferentes tipos de epilepsia e orientações sobre o ambiente escolar, sem tratar especificamente da dieta cetogênica.

E-book 2 (Espanhol, gratuito): *Guía de Epilepsia*, publicado em 2017 pela Asociación de Epilepsia de la Comunidad Valenciana. O conteúdo explora os tipos de crises epilépticas, com foco na educação do paciente e familiares, também sem menção ao tratamento dietético.

E-book 3 (Português, pago): *Dieta Cetogênica: Para o Tratamento de Epilepsia Refratária e Outras Desordens*, publicado em junho de 2020 pela editora PUCPress, de autoria de Claudia Seely Rocco e Gisele Trennepohl da Costa. Trata-se de um livro de receitas com preparações práticas da dieta cetogênica, direcionado ao manejo nutricional da epilepsia refratária e outras condições neurológicas.

Ao comparar os conteúdos disponíveis com o presente e-book, observa-se que apenas o e-book pago aborda diretamente a relação entre dieta cetogênica e epilepsia, com foco prático. Nenhum dos materiais identificados explora de forma aprofundada o manejo clínico e terapêutico da dieta cetogênica em pacientes com epilepsia, lacuna que este e-book busca preencher.

Ressalta-se que o sucesso terapêutico da dieta cetogênica depende fortemente da disciplina dos familiares e pacientes quanto à adesão alimentar e ao uso correto dos medicamentos, enfatizando a importância da educação e do suporte contínuo.

8 CONCLUSÃO

A dieta cetogênica tem se mostrado uma alternativa eficaz e segura no tratamento da epilepsia refratária, caracterizada pela resistência aos medicamentos convencionais. Diversos estudos científicos demonstram que muitas crianças e adultos conseguem reduzir significativamente o número de crises e, em alguns casos, eliminá-las completamente por meio da aplicação correta da dieta.

Entretanto, o sucesso do tratamento depende de múltiplos fatores, sobretudo da disciplina dos familiares e do paciente em seguir rigorosamente as orientações alimentares e farmacológicas. Pequenas falhas na adesão à dieta podem comprometer sua eficácia, o que reforça a necessidade do acompanhamento contínuo por uma equipe multidisciplinar especializada, composta por neurologistas, nutricionistas, psicólogos, entre outros profissionais.

Este e-book foi desenvolvido para suprir uma lacuna, reunindo em um único material informações confiáveis, linguagem acessível e orientações práticas destinadas tanto a profissionais da saúde quanto a familiares e cuidadores. Afinal, o cuidado com pessoas que convivem com epilepsia é um desafio que demanda conhecimento, paciência e suporte.

Importante destacar que a dieta cetogênica não substitui a medicação, mas pode constituir uma aliada fundamental no controle das crises, na redução dos efeitos colaterais e na melhoria da qualidade de vida. Com a devida orientação, planejamento alimentar adequado e suporte emocional, é possível transformar a rotina do paciente, promovendo maior saúde, segurança e autonomia.

REFERÊNCIAS

ABBOTT BRASIL. Dieta cetogênica: aplicação terapêutica na epilepsia. Abbott Brasil, 2024. Disponível em: <https://www.abbottbrasil.com.br/corpnewsroom/nutrition-health-and-wellness/dieta-cetogenica-aplicacao-terapeutica-na-epilepsia.html>. Acesso em: 19 abr. 2025.

ADAMOLEKUN, Bola. Anticonvulsivantes. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt/profissional/dist%C3%BArbios-neurol%C3%B3gicos/transtornos-convulsivos/anticonvulsivantes>. Acesso em: 20 abr. 2025.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EPILEPSIA – ABE. Home - ABE - Associação Brasileira de Epilepsia. Disponível em: <https://epilepsiabrasil.org.br/>. Acesso em: 22 maio 2025.

BOROWICZ-REUTT, Kinga; KRAWCZYK, Marlena; CZERNIA, Julia. Ketogenic diet in the treatment of epilepsy. *Nutrients*, Basel, v. 16, n. 9, p. 1258, 2024. DOI: 10.3390/nu16091258. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu16091258>. Acesso em: 04 jun. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Protocolo clínico e diretrizes terapêuticas para epilepsia*. [2019]. Disponível em: https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/consultas/relatorios/2019/relatorio_pcdt_epilepsia_cp13_2019.pdf. Acesso em: 27 maio 2025.

CHINNA-MEYYAPPAN, A.; GOMES, F. A.; KONING, E.; FABE, J.; BRENDA, V.; BRIETZKE, E. Efeitos da dieta cetogênica na cognição: uma revisão sistemática. *Neurociência Nutricional*, v. 26, n. 12, p. 1258–1278, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/1028415X.2022.2143609>. Acesso em: 15 abr. 2025.

COELHO, C. P. *et al.* Dieta cetogênica como terapia na epilepsia refratária em crianças e adolescentes. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, v. 10, n. 16, p. e535101623978, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/23978>. Acesso em: 28 abr. 2025. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i16.23978>.

COSTA, L. L. de O.; BRANDÃO, E. C.; MARINHO SEGUNDO, L. M. de B. Atualização em epilepsia: revisão de literatura. *Revista de Medicina*, v. 99, n. 2, p. 170–181, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v99i2p170-181>. Acesso em: 27 abr. 2025.

D'ANDREA MEIRA, I. *et al.* Dieta Cetogênica e Epilepsia: o que sabemos até agora. *Frontiers in Neuroscience*, v. 13, p. 5, 2019. DOI: 10.3389/fnins.2019.00005. Acesso em: 27 abr. 2025.

DANONE. *Dieta cetogênica para crianças: KetoCal 300g*. [s.d.]. Disponível em: <https://www.mundodanone.com.br/ketocal-4-1-300g/p>. Acesso em: 26 maio 2025.

EPILEPSIA é um problema de saúde pública. *Jornal da USP*, São Paulo, 6 abr. 2021. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/epilepsia-e-um-problema-de-saude-publica/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

FREEMAN, J. M. et al. *The Ketogenic Diet: A Treatment for Epilepsy in Children and Others*. 4. ed. New York: Demos Medical Publishing, 2007.

GIROTTTO, Paula. Nutrição e epilepsia: existe alguma relação? Disponível em: <https://drapaulagirotto.com.br/nutricao-e-epilepsia-existe-alguma-relacao/>. Acesso em: 22 maio 2025.

HOLMES, G. L. Drug Treatment of Epilepsy Neuropsychiatric Comorbidities in Children. *Paediatric Drugs*, v. 23, n. 1, p. 55-73, 2021. DOI: 10.1007/s40272-020-00428-w. Acesso em: 27 maio 2025.

JORNAL DA USP. Epilepsia é um problema de saúde pública. *Jornal da USP*, São Paulo, 14 mar. 2021. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/epilepsia-e-um-problema-de-saude-publica>. Acesso em: 15 jun. 2025.

KOSSOFF, E. H. et al. Optimal clinical management of children receiving dietary therapies for epilepsy: Updated recommendations of the International Ketogenic Diet Study Group. *Epilepsia Open*, v. 3, n. 2, p. 175–192, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/epi4.12225>. Acesso em: 1 jun. 2025.

KRAWCZYK, M.; CZERNIA, J. Ketogenic Diet in the Treatment of Epilepsy. *Nutrients* 2024, 16, 1258. <https://doi.org/10.3390/nu16091258>

LIGA PORTUGUESA CONTRA A EPILEPSIA. *Epilepsia e dieta cetogênica*. [s.d.]. Disponível em: <https://epilepsia.pt/epilepsia-e-dieta-cetogenica/>. Acesso em: 22 maio 2025.

MANUAL MSD. Manual MSD para profissionais da saúde. [S. l.]: Merck Sharp & Dohme Corp., 2024. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt/profissional>. Acesso em: [coloque a data de acesso].

MINARDI, C.; MINACAPPELLI, R.; VALASTRO, P. et al. Epilepsy in Children: From Diagnosis to Treatment With Focus on Emergency. *Journal of Clinical Medicine*, v. 8, n. 1, p. 39, 2019. DOI: 10.3390/jcm8010039. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2077-0383/8/1/39>. Acesso em: 15 abr. 2025.

NÓIA, Gabriela Leite Marques et al. Efeitos da dieta cetogênica no tratamento de pacientes com epilepsia refratária: revisão sistemática. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 7, p. 262–283, 2024

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria da Saúde. *Portaria SES-RS no.* [S.l.: s.n.], [2025]. Disponível em: <https://saude.rs.gov.br/upload/arquivos/carga20190513/17121345-documentacao-necessaria-para-solicitacao-e-renovacao-de-dietas-enterais-formulas-infantis-e-suplementos-nutricionais.pdf>. Acesso em: 26 maio 2025.

VAN DER LOUW, E. *et al.* Ketogenic diet guidelines for infants with refractory epilepsy. *European Journal of Paediatric Neurology*, v. 20, n. 6, p. 798-809, 2016. DOI: 10.1016/j.ejpn.2016.07.009. Acesso em: 01 jun. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Epilepsy*. Fevereiro, 2024. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/epilepsy>. Acesso em: 13 abr. 2025.

YASUDA, Clarissa Lin. *Epilepsia prática: condutas para não especialistas*. São Paulo: Leitura Médica Ltda., 2024. Acesso em: 15 abr. 2025.

ZARNOWSKA, I. M. Therapeutic Use of the Ketogenic Diet in Refractory Epilepsy: What We Know and What Still Needs to Be Learned. *Nutrients*, v. 12, n. 9, p. 2616, 2020. DOI: 10.3390/nu12092616. Acesso em: 01 jun. 2025.