

Información básica de la dieta cetogénica



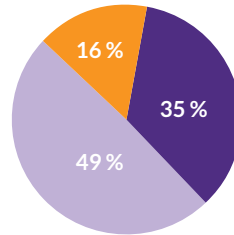
NUTRICIA
**KetoCal
Connect**

¿Qué es la dieta cetogénica?

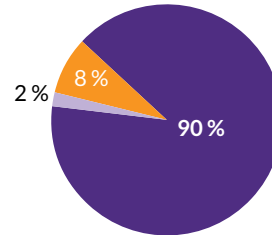
La dieta cetogénica es una dieta alta en grasas, con las proteínas adecuadas y baja en carbohidratos que se utiliza para controlar:

- La epilepsia refractaria (luego de que 2 o 3 medicamentos antiepilépticos no hayan logrado controlar las convulsiones)
- El síndrome de deficiencia del transportador de glucosa tipo 1 (Glut1)
- La deficiencia de piruvato deshidrogenasa
- Otras diversas afecciones para las que se receta la dieta cetogénica

Dieta estadounidense típica



Dieta cetogénica clásica

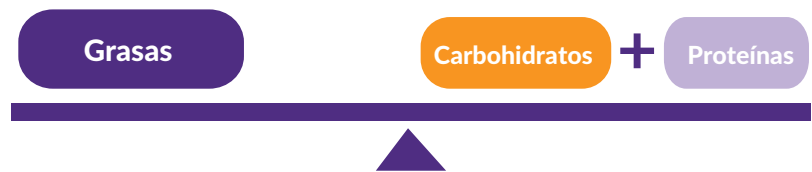


- Carbohidratos
- Proteínas
- Grasas

¿Qué es la proporción cetogénica?

La dieta cetogénica se calcula según una proporción de gramos de grasas en comparación con los gramos de proteínas más carbohidratos, lo cual se conoce como la "proporción cetogénica". Las proporciones cetogénicas más comúnmente utilizadas son 4:1 y 3:1, sin embargo, su prestador de servicios médicos seleccionará la mejor proporción para usted o las necesidades de su hijo.

La proporción cetogénica



¿Qué tan efectiva es la dieta cetogénica?

Las investigaciones demuestran que más de la mitad de las personas que sufren de epilepsia refractaria tendrán una mejora de al menos el 50% en las convulsiones con la dieta cetogénica.

¿Quién tiene probabilidades de tener éxito con la dieta cetogénica?

La dieta cetogénica puede ser útil para todos los tipos de epilepsia. Sin embargo, estudios demuestran que puede ser útil específicamente para personas que sufren de epilepsia mioclónica astática (síndrome de Doose), síndrome de Rett, síndrome de deficiencia de Glut1, complejo de esclerosis tuberosa y niños que consumen solo leche de fórmula (ya sea por vía oral o por sonda).

Control de convulsiones en la dieta cetogénica



Más de la mitad de las personas tendrán una mejora de al menos el 50% en las convulsiones.



1 de cada 3 personas tendrá una mejora de al menos el 90% en las convulsiones.



Entre el 10 y el 15% no sufrirá más convulsiones.

NUTRICIA
KetoCal

Para obtener más información, visite
MyKetoCal.com/KetoCalConnect
o llame al **1-800-365-7354**

de lunes a viernes, de 8:30 a. m. a 5:00 p. m. hora del Este

NUTRICIA
Advanced Medical Nutrition

¿Cuáles son los diferentes tipos de dietas cetogénicas?

Su prestador de servicios médicos trabajará con usted para seleccionar la dieta cetogénica más apropiada para usted o su hijo. Esta tabla ayuda a comparar los diferentes tipos de dietas cetogénicas.

¿Existen efectos secundarios en la dieta cetogénica?

Los efectos secundarios más comúnmente informados son molestias gastrointestinales como estreñimiento, náuseas, vómitos o diarrea. La mayoría de los efectos secundarios pueden controlarse fácilmente con el equipo médico cetogénico.

¿Se requiere alguna prueba o control especial?

Luego de comenzar con la dieta cetogénica, se reunirá de forma regular con el médico o dietista para asegurarse de que las necesidades nutricionales estén plenamente satisfechas, asegurar el crecimiento apropiado de su hijo y controlar si existen posibles efectos secundarios. El control mediante pruebas de laboratorio rutinarias y los ajustes en la dieta pueden producirse luego de cada seguimiento con su prestador de servicios médicos.

¿Por cuánto tiempo debemos mi hijo o yo seguir la dieta cetogénica?





Por lo general, se recomienda probar la dieta cetogénica durante al menos 3 meses para comprobar si será exitosa. Mientras que algunas personas observan mejoras poco después de comenzar con la dieta cetogénica, es posible que otras personas requieran tiempo y ajustes en la dieta para observar los beneficios. Intente no desanimarse si no tiene éxito de inmediato.

- En el caso de personas que sufren de epilepsia refractaria controlada con éxito mediante la dieta cetogénica, es posible que su prestador de servicios médicos recomiende abandonar la dieta luego de 2 años.
- En el caso de personas que sufren de síndrome de Glut1 o deficiencia de piruvato deshidrogenasa, usualmente la dieta se utiliza durante un periodo mucho más extenso, por lo general durante la niñez y la adolescencia, y a veces de por vida.

¿Dónde puedo obtener más información sobre la dieta cetogénica?

Su prestador de servicios médicos le proporcionará más información sobre la dieta cetogénica. Además, puede encontrar información en los siguientes sitios:

- MyKetoCal.com
- CharlieFoundation.org
- Epilepsy.com/learn/treating-seizures-and-epilepsy/dietary-therapies/ketogenic-diet
- KetoHope.org
- MatthewsFriends.org

Dieta	Diseño de la dieta	Medición de alimentos
Dieta cetogénica (KD) clásica Est. en 1921	Según una proporción de los gramos de grasas en comparación con los gramos de proteínas más los carbohidratos: Usualmente 3:1 o 4:1	Escala de gramos 
Dieta cetogénica de triglicéridos de cadena media (MCT) Est. en 1971	Según el porcentaje de calorías de MCT; usualmente entre 30 y 60 %	Escala de gramos 
Dieta de Atkins modificada (MAD) Est. en 2002	Según la restricción de carbohidratos; usualmente se limita a entre 10 y 20 gramos/día	Medidas caseras 
Índice glucémico bajo (LGIT) Est. en 2002	Según el índice glucémico de los alimentos	Medidas caseras 



MyKetoCal.com/KetoCalConnect

1-800-365-7354

de lunes a viernes de 8:30 a. m. a 5:00 p. m. hora del Este

