

Hospital de Pediatría  
**Garrahan**



# DIETA CETOGENICA

---

Instructivo para padres, familiares y pacientes

[www.garrahan.gov.ar](http://www.garrahan.gov.ar)

El siguiente cuadernillo está dirigido a los padres, cuidadores y a todas las personas que comparten la vida diaria del paciente con epilepsia de difícil control que va a iniciar o se encuentra bajo tratamiento con dieta cetogénica.

Desde nuestro inicio como equipo interdisciplinario, el mayor desafío ha sido encontrar soluciones a las dificultades que plantea este tipo de tratamiento.

Con el objetivo de brindar información imprescindible para el adecuado manejo ambulatorio en dieta cetogénica para nuestros pacientes con epilepsia de difícil control, hemos desarrollado el siguiente documento, que constituye una herramienta más para que este cambio metabólico pueda alcanzar el éxito terapéutico buscado.

# ÍNDICE

<b>01.</b> ¿Qué es la dieta cetogénica, cómo funciona y para qué sirve? Tipos de dieta cetogénica .....	4
<b>02.</b> Los objetivos durante el tratamiento .....	6
<b>03.</b> ¿En qué consiste el tratamiento? .....	8
<b>04.</b> ¿Cómo es el inicio de la dieta? Etapa de instrucción .....	14
<b>05.</b> Efectos adversos de la dieta cetogénica. Recomendaciones para su manejo durante las etapas de inicio y mantenimiento .....	16
<b>06.</b> Manejo de la dieta cetogénica en caso de enfermedad. ¿Qué medicaciones se pueden utilizar? .....	20
<b>07.</b> Controles clínicos y de laboratorio durante el tratamiento .....	24
<b>08.</b> Manejo de la dieta cetogénica fuera del hogar .....	26
<b>09.</b> Duración del tratamiento .....	28
<b>10.</b> Reflexión final .....	30

# 01.

## ¿QUÉ ES LA DIETA CETOGÉNICA, CÓMO FUNCIONA Y PARA QUÉ SIRVE?

---

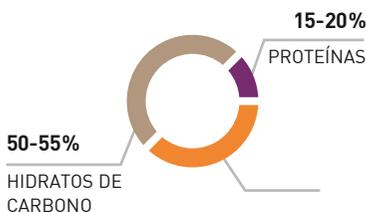
■ Tipos de dieta cetogénica

## ¿Qué es la Dieta Cetogénica?

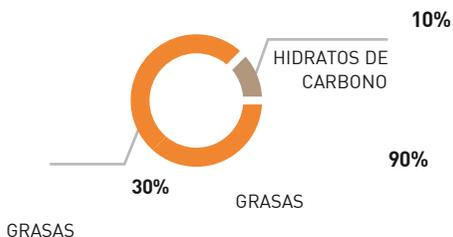
La dieta cetogénica (DC) es un tratamiento médico que se indica en niñas/os con epilepsia de difícil control. Este tratamiento se utiliza desde 1924. Es seguro: cuenta con evidencia científica que avala su uso. En la actualidad, constituye la opción de tratamiento no farmacológico más utilizada en el mundo.

Para entender en qué consiste la DC es necesario entender en primera instancia cómo funciona nuestro organismo con una dieta habitual. Cuando consumimos una dieta habitual, el principal combustible para las funciones del organismo son los hidratos de carbono. En la dieta cetogénica el organismo usa como combustible a las grasas, las cuales al metabolizarse en el cuerpo producen un residuo que se denomina CETONAS o CUERPOS CETÓNICOS.

### ■ Dieta habitual



### ■ Dieta Cetogénica



## ¿Cómo funciona la DC?

La dieta cetogénica, debido a su alta proporción de grasas, imita los cambios metabólicos asociados al estado de ayuno y produce, como dijimos, la formación de cuerpos cetónicos (o cetonas), que son los que estarían involucrados en controlar las convulsiones o crisis epilépticas a nivel cerebral.

Los resultados positivos de esta dieta dependen, en gran medida, de la presencia de cuerpos cetónicos, en determinados niveles, en sangre y en orina.

## Tipos de dieta cetogénicas

Existen distintos tipos de dietas cetogénicas. Se diferencian según el porcentaje de grasas, hidratos de carbono y proteínas que poseen. Pero todas funcionan de manera similar y tienen en común la producción de cetonas. La dieta cetogénica clásica es la más utilizada en pediatría y en nuestro Hospital. La otra, conocida como dieta modificada de Atkins, se suele reservar para cuando la clásica, por algún motivo, no es una opción. Su hijo/a recibirá el tipo de dieta que el equipo tratante considere más adecuado, aunque podrá sufrir cambios a lo largo del tratamiento. Estas

modificaciones serán dialogadas y consensuadas con el médico/a nutricionista y el licenciado/a en nutrición.

¿QUÉ ES LA DIETA CETOGÉNICA?

02.

LOS OBJETIVOS  
DURANTE EL  
TRATAMIENTO

---

A young child with blonde hair is sitting at a table, focused on eating. In the foreground, a dark-colored plate is filled with dumplings, some of which are being lifted by a silver fork. The child is wearing a light-colored t-shirt. The background is softly blurred, showing another person's hand holding a fork. The overall lighting is warm and natural, creating a calm and focused atmosphere.

El principal objetivo del tratamiento es disminuir el número y/o la intensidad de las convulsiones, pero también es fundamental:

- Asegurar un adecuado estado nutricional que permita un normal desarrollo del paciente.
- Prevenir efectos adversos a corto y largo plazo.

03.

¿EN QUÉ CONSISTE  
EL TRATAMIENTO?

---

El tratamiento es una combinación de:

- a. Seguimiento de una dieta estricta.
- b. Automonitoreo de las cetonas en orina y/o en sangre.
- c. Administración de vitaminas y minerales.

## Seguimiento de una dieta estricta

Consiste en un plan alimentario donde se aporta la mayor parte de la energía en forma de grasas, una cantidad mínima como hidratos de carbono y una suficiente cantidad de proteínas, según el peso y la edad del paciente, para asegurar su crecimiento.



### ¡Importante!

Cada comida deberá estar cuidadosamente preparada, teniendo en cuenta la cantidad y el tipo de ingredientes indicados por el/la nutricionista.

### Energía

El niño/a recibirá el aporte calórico necesario para cubrir todas las funciones del organismo, continuar con sus actividades habituales y crecer y desarrollarse normalmente.

### Proteínas

Su hijo/a debe comer la medida exacta indicada por el profesional, que es la cantidad suficiente para asegurar su crecimiento. Las proteínas están en la carne de vaca, cerdo, pollo, pescado, quesos y en el huevo.

### Grasas

Constituyen la principal fuente de energía durante este tratamiento. Por eso, su hijo/a debe ingerirlas todos los días en cada comida. El/la nutricionista lo entrenará para identificar cuáles debe elegir y cuáles son las cantidades adecuadas que debe comer. La ingesta adecuada de grasas le permitirá a su niño/a mantener la producción adecuada de CETONAS, que ayudarán a controlar las convulsiones.

### Hidratos de carbono

Si bien son la fuente de energía más importante en la alimentación de los seres humanos, NO los son para el tratamiento de dieta cetogénica que está recibiendo su hijo/a.

Recordemos que los hidratos de carbono no solo están contenidos en los alimentos con sabor dulce sino también en el pan, las pastas, las verduras, las frutas, la leche, el yogurt, entre otros, y también en los remedios, principalmente jarabes y pasta dental para niños.



Es muy importante comprender que si su hijo/a recibe más hidratos de carbono de lo indicado, como ser un caramelo, una galletita o un jugo, pueden desaparecer las cetonas y perder el efecto de la dieta.

Por este motivo, antes de ofrecerle a su hijo/a un alimento que NO haya sido indicado por el/la nutricionista, CONSULTE al equipo tratante.

Si su hijo/a se alimenta exclusivamente por sonda nasogástrica o por botón de gastrostomía, por presentar trastornos deglutorios, la dieta puede realizarse mediante una fórmula comercial especialmente diseñada para este tratamiento y que además se encuentra suplementada con vitaminas y minerales. La elección del tipo de alimento (comida, leche o ambas) con el que su hijo/a realizará la dieta será decisión del Equipo de Dieta Cetogénica y se decidirá en conjunto durante las entrevistas previas a comenzar el tratamiento o durante el mismo en caso de ser necesario.

### **Líquidos**

Su consumo es libre, es decir que su hijo/a puede consumir todo lo que desee. Es importante que ingiera una cantidad mínima diaria según su peso para asegurar una hidratación adecuada. Este valor será informado por el equipo tratante. Aunque la bebida más saludable es el agua, muchos niños/os prefieren otro tipo de líquidos. Por eso, es importante saber que, en el caso de ofrecerle jugos o gaseosas, solo podrá consumir aquellos indicados dentro del plan alimentario.

El plan de alimentación de su hijo/a estará diseñado específicamente de acuerdo a sus necesidades. Se le indicarán los tipos y cantidades de alimentos y líquidos que puede consumir. Se respetarán las comidas según los hábitos familiares, distribuidas en cuatro comidas diarias. El volumen de las comidas en esta dieta generalmente es menor al de las dietas habituales. Esto se debe a que las grasas tienen más calorías que el resto de los nutrientes. Así y todo, con menor volumen se cubren las necesidades energéticas para cada edad.

### **¿Qué alimentos NO se encuentran dentro del plan?**

Cereales y derivados. Alimentos que contengan azúcar.

### **¿Qué alimentos SÍ se encuentran dentro del plan? (en las cantidades indicadas)**

Leche, yogurt, queso, huevos, vegetales, aceite, manteca, margarina, crema de leche, edulcorante, bebidas dietéticas y gelatinas (solo marcas indicadas), agua con o sin gas, soda, gaseosas dietéticas claras no saborizadas a frutas. Los alimentos deberán pesarse de acuerdo a lo indicado en el plan.



### **Recordemos:**

La dieta cetogénica está calculada de manera estricta y requiere que la familia sea extremadamente cuidadosa en la preparación de los alimentos ingeridos. La estructura familiar y social del paciente es crítica para el éxito del tratamiento.

## **Auto-monitoreo de cetonas**

Consiste en el control de las cetonas en orina. Es un método simple y no genera molestias.

### **¿Qué son las cetonas o cuerpos cetónicos?**

Cuando no hay suficiente azúcar (glucosa) en el cuerpo para obtener la ENERGÍA que necesita el organismo, el organismo recurre a las grasas de los alimentos. Cuando se queman grasas en exceso, se producen, como residuo, unas sustancias llamadas cuerpos cetónicos. Uno de ellos es la acetona, que aumenta en sangre y en orina. Su aparición indica que la dieta se ha puesto en funcionamiento.

### **¿Cómo controlar las cetonas en orina?**

Para el control de las cetonas en orina se utilizan tiras reactivas.

#### **¿Cómo emplearlas?**

- Introducir la cinta reactiva en una muestra de orina.
- Escurrir el exceso de orina.
- Esperar 30 segundos.
- Efectuar la lectura según la escala que figura en el tubo de tiras.

### **¿Cómo controlar las cetonas en sangre?**

Para el control de las cetonas en sangre, se utilizan tiras reactivas.

#### **¿Cómo emplearlas?**

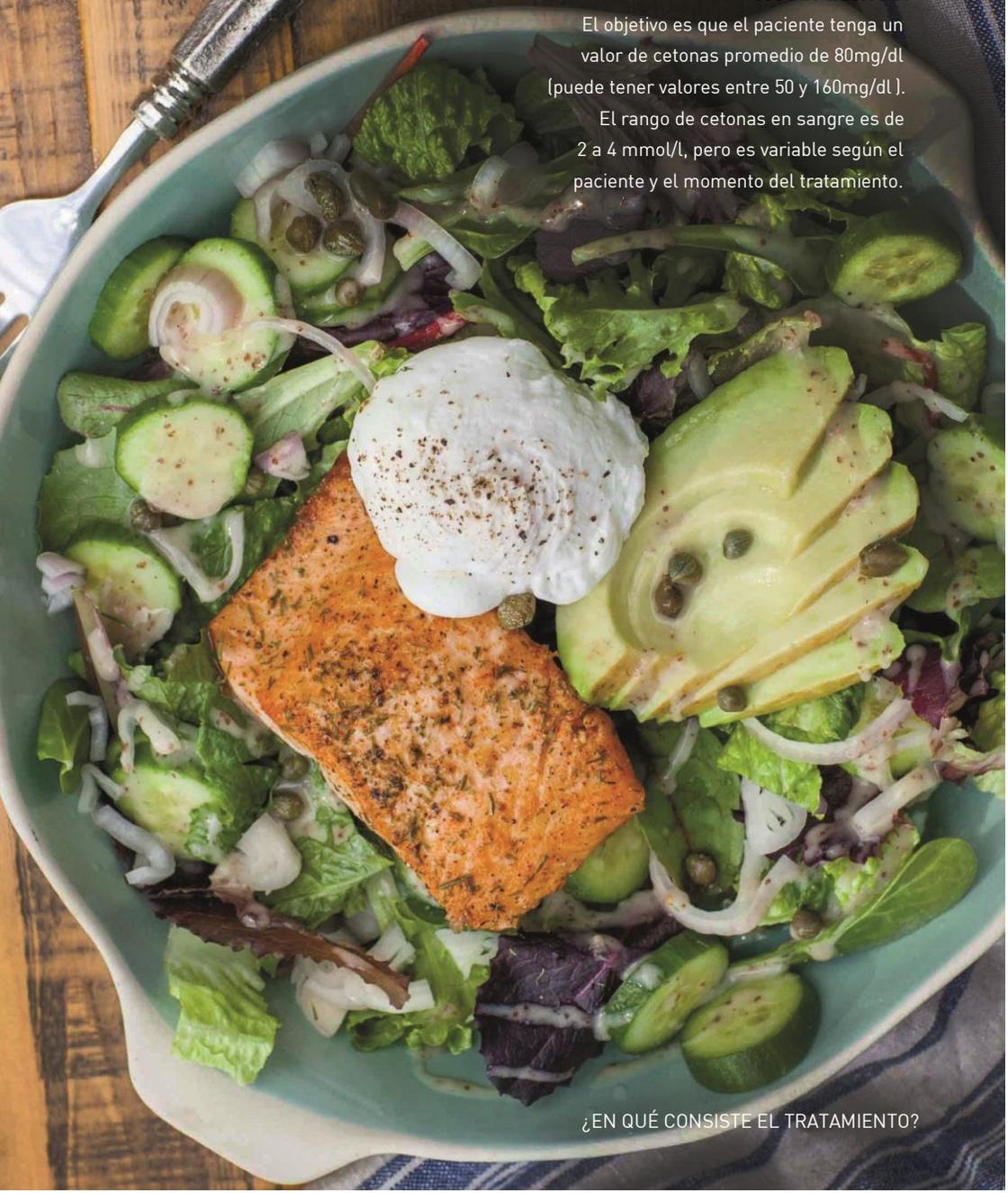
- Introducir la cinta reactiva en el equipo medidor.
- Colocar una gota de sangre en la ranura de la tira.
- Esperar 10 segundos.
- Efectuar la lectura según el número que aparece en el monitor.



### Recordemos:

El objetivo es que el paciente tenga un valor de cetonas promedio de 80mg/dl (puede tener valores entre 50 y 160mg/dl).

El rango de cetonas en sangre es de 2 a 4 mmol/l, pero es variable según el paciente y el momento del tratamiento.



¿EN QUÉ CONSISTE EL TRATAMIENTO?

Los controles de cetonas deben registrarse en un cuaderno. En la primera etapa del tratamiento se realizarán entre 3 y 4 controles diarios. Posteriormente, se reducirán. El objetivo es llegar hasta 1 o 2 controles diarios en días alternos. El médico/a indicará cuántos es necesario realizar.

## Administración de vitaminas y minerales

Consiste en la administración de suplementos vitamínicos para que su hija/o tenga un estado nutricional adecuado que le permita desarrollarse normalmente.



### **Recordemos:**

La dieta cetogénica es una dieta no balanceada, es decir que no cubre los requerimientos de vitaminas y minerales necesarios para crecer y estar saludable. Por eso, cumplir con la suplementación de vitaminas es fundamental durante este tratamiento.

No debemos olvidar que para mantener un estado nutricional adecuado es indispensable que todos los días su hija/o reciba los suplementos que indica el médico/a nutricionista: vitaminas y minerales, como hierro, zinc, calcio y otros, en preparaciones libres de azúcares.

## Adaptación a los nuevos hábitos cotidianos

Desde el inicio de la dieta se tendrán en cuenta los hábitos, preferencias alimentarias, actividades y costumbres del paciente y su familia.

El acompañamiento y el apoyo de la familia, familiares, maestros, etc., y el conocimiento de que el niño/a está realizando este tratamiento en el grupo social del paciente es fundamental para el éxito de la dieta.



Sabemos que este tratamiento requiere paciencia y aprendizaje, y esto lleva tiempo de adaptación, por lo que les pedimos que:

Toda situación que la familia considere que pudiese ser una barrera o un problema para el cumplimiento de la dieta debe compartirla con el equipo interdisciplinario.

Nuestro objetivo es ayudarlos y acompañarlos en este aprendizaje para encontrar juntos la mejor manera de llevar adelante este tratamiento.

04.

¿CÓMO ES EL INICIO  
DE LA DIETA?  
ETAPA DE  
INSTRUCCIÓN

---

Como primera opción, el inicio del tratamiento se realizará en nuestro Hospital de manera ambulatoria, para lo cual el niño/a junto a su familia deberán concurrir al Hospital durante 4 días consecutivos.

En caso de ser necesario, ya sea por la gravedad de las convulsiones, la corta edad del paciente o la dificultad de traslado diario al Hospital, el inicio se efectuará a través de una internación programada.

Independientemente de si el inicio es en forma ambulatoria o mediante una internación, los objetivos son los mismos. La dieta se irá administrando de manera progresiva: día a día su hijo/a recibirá una mayor cantidad de grasas y de volumen de comida para permitir que el organismo se vaya adaptando gradualmente.

Durante este período, se realizarán monitoreos de la glucosa en sangre y de las cetonas presentes en la orina. Asimismo, se educará a los padres y/o cuidadores para que puedan preparar la dieta indicada en el hogar y también para que estén capacitados para realizar la lectura de las cetonas.

El equipo de médicos/as, nutricionistas y enfermeros/as que acompañarán al niño/a en esta etapa valorarán la aceptación y tolerancia a los alimentos, con control y tratamiento de cualquier complicación que pudiera aparecer.

El período de instrucción llevará alrededor de 4-5 días, pero puede requerir más tiempo según la evolución y la respuesta del paciente.

Desde el comienzo del tratamiento se les solicitará: una balanza digital (para poder pesar los alimentos) y un cuaderno (para realizar los registros de control de la dieta).



# 05.

## EFECTOS ADVERSOS DE LA DIETA CETOGENICA

---

Recomendaciones para su manejo  
durante las etapas de inicio y  
mantenimiento

Como todo tratamiento, la dieta cetogénica no está exenta de efectos adversos, por lo que los padres deben conocerlos y estar atentos para alertar al equipo tratante y así poder prevenir dichos eventos y evitarlos o aliviarlos a través del manejo o la modificación de la dieta.

## Etapa de introducción a la dieta

Durante este período, que dura aproximadamente de 1 a 2 semanas, pueden aparecer síntomas como cansancio, decaimiento, irritabilidad y alteración del ritmo del sueño.



### **Recordemos:**

El organismo presenta un cambio del metabolismo energético y se está adaptando a esta nueva situación.

La acidosis metabólica es una complicación frecuente durante los primeros días de la introducción de la dieta, ya que se produce a medida que aumentan las cetonas, pudiendo producir náuseas y vómitos. Los médicos/as le harán controles en sangre durante esta etapa para su manejo y para evitar complicaciones.

La hipoglucemia es un efecto adverso que generalmente aparece en los primeros días, cuando su hija/o aún no recibe la dieta completa, principalmente si rechaza o vomita algunas de las comidas. En esta etapa, el monitoreo de la glucosa en sangre permite su diagnóstico y tratamiento precoz.

El rechazo a los alimentos y a los líquidos es una situación frecuente que puede ocurrir al inicio del tratamiento, pero en general es pasajera y reversible.

En general todas estas complicaciones tienen solución y el equipo que acompaña al paciente podrá darle las indicaciones necesarias para resolverlo.

En algunos (pocos casos) en que la dieta no sea tolerada, será necesario discontinuar la misma.

## Etapa de mantenimiento

Durante este período, desde los 14 días del inicio de la dieta hasta el momento en que se inicia la etapa de descenso o suspensión, pueden presentarse:

## MANEJO DE POSIBLES COMPLICACIONES

- Constipación o empeoramiento de la misma
- Vómitos
- Diarrea
- Aumento de náuseas o sensación de reflujo gastroesofágico
- Alteraciones en la conducta alimentaria: rechazo a los alimentos, anorexia
- Somnolencia

\*Exceso de cetosis: A veces los niveles de cetonas pueden estar muy altos. Esto puede ocurrir luego de empezar con la dieta, si la dieta ha sido recientemente modificada o durante un episodio de fiebre o enfermedad banal (por ejemplo, un resfrío o una gripe).

En este caso pueden aparecer signos como:

- Respiración rápida
- Enrojecimiento facial
- Irritabilidad
- Vómitos
- Letargo (somnolencia profunda)

### **¿Cómo diagnosticarlo?**

Estos efectos pueden estar asociados a un exceso de cetosis si las cetonas medidas en orina con tiras reactivas cambian de color rosa a violeta fuerte (160mg/dl en forma persistente).

### **¿Cuál es el tratamiento indicado?**

El tratamiento consiste en administrar una pequeña cantidad de carbohidratos para detener el exceso de cetosis: 15 o 30 mililitros de jugo de fruta puro exprimido (por ejemplo, 1 o 2 cucharadas soperas de jugo de naranja) o gaseosa común. Luego, hidratar con agua hasta la siguiente micción, en la que se controlará nuevamente el nivel de cetonas. Si los síntomas no mejoran luego de 15 a 20 minutos, se deberá repetir el mismo proceso.

Es importante saber que si su hija/o no tolera el jugo o la gaseosa por vómitos, deberá concurrir al hospital para su atención.

Si los síntomas se repiten en los siguientes días y su hija/o no está enfermo, entonces deberá visitar al equipo tratante (aunque no vomite), dado que puede ser necesario hacer un ajuste de la dieta.



# 06.

## MANEJO DE LA DIETA CETOGENICA EN CASO DE ENFERMEDAD

---

- ¿Qué medicaciones se pueden utilizar?

## ¿Qué pasa si mi hijo/a tiene una infección gastrointestinal y no quiere comer o presenta fiebre?

Idealmente, el niño/a debe permanecer con cetonas positivas durante la enfermedad, pero a veces esto no es posible y es necesario saber que lo más importante en ese momento no son las cetonas, sino que se cure de la infección. Si su hijo/a presenta vómitos y/o diarrea:

- Puede ocurrir que no sienta ganas de comer, por lo que es importante evitar que se deshidrate. Se le pueden ofrecer las bebidas que normalmente consume.
- Que no coma un par de comidas o se alimente poco mientras está enfermo es esperable y no es necesario alarmarse. Es importante controlar signos de glucosa baja en sangre o exceso de cetonas.
- En caso de que se alimente por sonda nasogástrica o botón de gastrostomía, será necesario detener la alimentación y reemplazarla por líquidos para evitar la deshidratación.
- Para reponer líquidos por aumento de pérdidas (por vómitos o diarrea) utilizar líquidos permitidos o sales de OMS al medio (diluir al doble de la cantidad indicada) o gatorade/powerade diluido al medio.
- En cualquiera de los casos, si los síntomas continúan por más de 24 hs., deberá contactarse con el equipo tratante para valorar si es necesario reponer líquidos y sales.

Cuando los vómitos y/o diarrea se hayan detenido, se reintroducirá la alimentación, dándole al niño/a el tipo de comida más aceptado (por ejemplo: desayuno) preparado en su receta completa (que contenga todos los grupos de alimentos para esa comida), pero SIN insistir en que el paciente coma la totalidad de la porción preparada.

Es importante que los padres o cuidadores del niño/a se contacten con el equipo tratante durante este período para recibir consejo y apoyo.

## Fiebre

Utilizar el antitérmico habitual (paracetamol o ibuprofeno) en comprimidos, NO EN JARABE porque tiene hidratos de carbono, en las dosis adecuadas. Mantener una adecuada ingesta de líquidos libres de azúcares. Si su hija/o come, mantener la dieta. Es importante contactar a su médico/a si está preocupada/o por la salud de su hijo/a. Otras medicaciones, como antibióticos, deben ser, en lo posible, preparaciones sin azúcar.

### Constipación

Luego de una diarrea, puede ser necesario un período de tiempo hasta que el intestino se regularice. Por eso, pueden aparecer signos de constipación. Si se prolonga este estado, será prudente hablar con el/la nutricionista para ver si se puede modificar la dieta. Si eso no ayuda, entonces tal vez sea necesaria alguna medicación. Hay que tener precaución con la lactulosa (un azúcar sintético que se utiliza para tratar el estreñimiento) porque contiene carbohidratos. El Modaton es un remedio que suele utilizarse en estos casos.

### Convulsiones

Si su hijo/a presenta un empeoramiento de las convulsiones:

- Chequear el nivel de cetonas y contactarse con el equipo tratante.
- El tratamiento de rescate de emergencia es el habitual: por ejemplo, diazepam rectal.

Si el niño/a es llevado al hospital y requiere hidratación y/o medicación endovenosa, las soluciones con glucosa deben ser evitadas, salvo en circunstancias especiales.

### ¿Qué hacer en situaciones de emergencia?

1. Llevar a su hijo/a al Hospital.
2. Si debido a la gravedad de las convulsiones no pudiera llegar al hospital donde se encuentra el equipo tratante de su hijo/a, sugerimos concurrir al centro más cercano. Allí deberá entregar la hoja de urgencias para el manejo de la dieta y los números telefónicos y de fax para que puedan comunicarse con el equipo de seguimiento.

### Otras medicaciones

Si su hijo/a tiene que tomar alguna medicación distinta a la indicada por el neurólogo o el médico/a nutricionista, es importante consultar con el equipo de dieta cetogénica para elegir aquellas sin hidratos de carbono o con el menor contenido de los mismos.

**Recordemos:**

La ingesta de hidratos de carbono fuera del plan alimentario indicado puede provocar la disminución o desaparición de las cetonas y esto puede llevar a la aparición o al aumento de las convulsiones.



07.

CONTROLES  
CLÍNICOS Y DE  
LABORATORIO  
DURANTE EL  
TRATAMIENTO CON  
DIETA CETOGÉNICA

---

Durante el tratamiento con dieta cetogénica es importante realizar los siguientes controles clínicos y de laboratorio:

- Examen periódico con control de peso y talla.
- Control de la dieta: consiste en llevar a las consultas el cuaderno de registro para saber si el cumplimiento de la dieta es la adecuada.
- Examen de laboratorio: en cada control se solicitará un examen completo de sangre y orina (será cada 3 o 6 meses, según la etapa del tratamiento).
- Control neurológico: concurrir a los controles con el médico/a neurólogo/a y otros especialistas según necesite su hija/o.
- Seguimiento del pediatra de cabecera para que controle su salud y su desarrollo.

### **NO OLVIDAR QUE:**

En cada consulta deberá llevar el cuaderno de registro. ¿Por qué? Es necesario que el médico/a nutricionista y el licenciado en nutrición puedan comprender si:

- Su hijo/a está recibiendo la dieta adecuada, tanto en cantidad como respecto de la calidad de los macronutrientes.
- La ingesta de lípidos cubre sus necesidades basales.
- El nivel de cetonas en orina es el adecuado.
- Aparecen síntomas como vómitos, diarrea, dolor abdominal, rechazo a la dieta (que pueden estar asociados al nivel de cetonas, a algún alimento incluido en la dieta o a una infección aguda).
- Tiene o no buena aceptación de los alimentos indicados, para poder adecuar la dieta a sus gustos y preferencias en la medida que sea posible.
- Es correcta la administración de los suplementos de vitaminas y minerales.

De esta manera, el equipo tratante podrá realizar las modificaciones necesarias para mejorar la respuesta, tolerancia y adherencia a la dieta asegurando un estado nutricional normal.



08.

# MANEJO DE LA DIETA CETOGÉNICA FUERA DEL HOGAR

---

Cualquiera sea el motivo de salida del hogar, es importante llevar:

- Líquidos libres de azúcares.
- Alimentos preparados en la cantidad suficiente según el tiempo que permanecerá fuera de casa.
- Hoja de instructivo para el equipo médico de urgencia.

En caso de viajes asegurarse de:

- Tener la posibilidad de comprar alimentos indicados en el plan alimentario o consultar previamente con el/la nutricionista la manera de preparar, guardar y transportar los alimentos en caso de viajes.
- Recordar mirar las etiquetas de los alimentos antes de comprar otras marcas en distintos países.
- Llevar tiras reactivas para medir las cetonas en orina.
- Llevar la medicación y no olvidar el anticonvulsivante de rescate.
- Contar con un hospital o clínica cercana donde poder llevar a su hija/o en caso de ser necesario. • Llevar la hoja de instructivo para el equipo médico de urgencia. Es importante recordar que este tipo de tratamiento es muy específico y las indicaciones son necesarias para que el equipo de emergencia pueda atender adecuadamente a su hijo/a.

Cumpleaños y reuniones sociales: deberá conversarlo previamente con el/la nutricionista. Existen recetas de alimentos para situaciones especiales.

### **Instituciones educativas**

El personal debe tener conocimiento en cuanto al cumplimiento de la dieta. Si coincide alguna comida con el horario escolar, el niño/a deberá ser supervisado para evitar la ingesta de otro tipo de alimento y asegurarnos que comió todo lo indicado.

## MANEJO DE LA DIETA CETOGÉNICA FUERA DEL HOGAR

09.

# DURACIÓN DEL TRATAMIENTO

---



El período de prueba de este tratamiento en general oscila entre 3 y 6 meses. Durante este tiempo el/la neurólogo/a decidirá si el tratamiento es eficaz para el control de la crisis.

Si el tratamiento fue efectivo, el tiempo total de duración de la dieta es de 2-3 años, luego de los cual se realiza una discontinuación paulatina.

Existen situaciones en las cuales se recomienda prolongar el tratamiento más allá de los 2 o 3 años, sin embargo esa decisión será individualizada.

También hay casos en los cuales se debe suspender el tratamiento prematuramente: cuando hay falta de adherencia o intolerancia seria de la dieta.

10.

# REFLEXIÓN FINAL

---

La epilepsia refractaria al tratamiento es un desafío para el equipo de salud, el paciente y su familia.

La dieta cetogénica es la alternativa de tratamiento no farmacológico de eficacia y seguridad probada más utilizada en el mundo. A pesar de no ser la respuesta para las convulsiones en todos los pacientes, son muchos los niños/as y adolescentes que logran mejorar el control de su enfermedad.

La decisión de iniciar la dieta debe ser el resultado del diálogo y acuerdo entre el equipo de salud, el paciente y su familia.

El éxito depende del sostén del paciente por parte del equipo interdisciplinario y su familia.

Comprender que es un tratamiento estricto, que es necesario respetar las proporciones de las comidas con sus horarios y que habrá momentos difíciles (de enojo y llanto del paciente porque no podrá consumir algunos alimentos en la vida diaria y/o reuniones sociales) es parte del éxito de la dieta.

Tanto el equipo de salud como usted y su familia tenemos el mismo objetivo: mejorar el control de las convulsiones y, de esta manera, la calidad de vida de su hija/o.











Hospital de Pediatría  
**Garrahan**

## Equipo Interdisciplinario de Dieta Cetogénica

---

📍 Combate de los Pozos 1881  
(C1245AAM) C.A.B.A.  
República Argentina

☎ (+54 11) 4122-6000

🌐 [www.garrahan.gov.ar](http://www.garrahan.gov.ar)

Esta publicación es un aporte para  
la comunidad e instituciones de  
salud editada por:



📍 Combate de los Pozos 1881, 2º piso  
C.A.B.A. República Argentina

☎ (+54 11) 2152-5255

✉ [info@fundaciongarrahan.org](mailto:info@fundaciongarrahan.org)

🌐 [www.fundaciongarrahan.org](http://www.fundaciongarrahan.org)

📱 /FundGarrahan