

## La dieta chetogenica riduce le crisi epilettiche

LINK: <https://news.in-dies.info/66889/>

La dieta chetogenica riduce le crisi epilettiche. Una riduzione delle crisi epilettiche fino all'85% dei casi e una remissione totale degli attacchi nel 55% dei pazienti<sup>1</sup>. È quanto osservato nelle persone con **epilessia** farmaco-resistente chiamati a seguire una dieta chetogenica, un particolare regime alimentare condotto sotto stretto controllo medico che ha come obiettivo quello di indurre e mantenere uno stato cronico di chetosi. Sono i dati presentati in occasione del Convegno "Dieta Chetogenica. Stato dell'Arte Esperienza Italiana" organizzato recentemente dal Gruppo di Studio "Dietoterapie in **Epilessia**" della Lega Italiana contro l'**Epilessia** presso l'Ospedale Pediatrico del Bambino Gesù di Roma. A consentire un adeguato livello di chetosi, cioè una condizione metabolica in cui vengono utilizzati corpi chetonici come fonte energetica, sono un basso apporto di carboidrati e un alto apporto di grassi in rapporto controllato. Un piano dietetico, dunque quello chetogenico, dove il 90% della razione alimentare è composta da lipidi, il 7% da proteine e

solo il 2-3% da glucidi: una combinazione piuttosto lontana dalla dieta mediterranea che include in linea di massima il 10% di proteine, il 65% di carboidrati e 25% di lipidi. "Si tratta di una terapia dietetica non adatta a tutti i pazienti - ha sottolineato **Oriano Mecarelli**, Presidente **LICE**, Dipartimento di Neuroscienze Umane dell'Università Sapienza di Roma -. Le persone con **epilessia** candidate al trattamento hanno spesso una storia clinica complessa ed è necessario eseguire uno screening preliminare clinico e biochimico per escludere un problema congenito del metabolismo che possa essere aggravato dalla dieta. Prima di iniziare la dieta chetogenica sono inoltre necessari incontri con le famiglie dei pazienti mirati a fornire informazioni sulla preparazione dei pasti, sulla necessità di somministrare integratori vitaminico-minerali e su come monitorare i livelli di chetosi e gli eventuali effetti collaterali". Più precoce è l'inizio del trattamento con la dieta chetogenica maggiore è la possibilità di successo. Ad esempio nell'**epilessia** mioclono astatica dell'infanzia è stata dimostrata l'efficacia della

dieta chetogenica con un forte effetto anticonvulsivante nell'86% dei pazienti. In questi casi, è di oltre il 70% la riduzione delle crisi epilettiche dopo due mesi di dietoterapia<sup>2</sup>. Un trattamento a tutti gli effetti, quello della dieta chetogenica, che però non può essere "somministrato" per tutta la vita tranne in alcune specifiche malattie metaboliche. Per i bambini che ottengono un controllo delle crisi maggiore del 50%, la dieta può essere proseguita per un periodo anche di due anni, a meno che non si verificano effetti collaterali che richiedano la sospensione del trattamento. Questo piano dietetico-terapeutico può essere invece adottato per diversi anni dai bambini che raggiungono una remissione del 90% delle crisi epilettiche, con effetti collaterali quasi nulli<sup>3</sup>. "Si tratta di dati estremamente importanti quelli presentati - ha dichiarato la Dottoressa Raffaella Cusmai, Responsabile scientifico del Gruppo di Studio 'Dietoterapie in **Epilessia**' **LICE**, Dipartimento di Neuroscienze e Neuroriabilitazione dell'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù -.

Attualmente, nonostante l'introduzione di farmaci antiepilettici di nuova generazione, circa il 30% circa dei pazienti risulta farmaco-resistente. Pertanto, l'interesse della ricerca scientifica nei confronti della dieta chetogenica continua a rimanere alto e oggi ci invita ad approfondire alcune nuove prospettive emergenti come quello della relazione tra microbiota intestinale e cervello". Tra le novità discusse, infatti, anche quelle relative al legame tra microbiota intestinale ed **epilessia**, in riferimento alla dieta chetogenica. Secondo un recente studio, alcune specifiche alterazioni del microbiota indotte dalla dieta sono in grado di contribuire ad un effetto antiepilettico. Bibliografia 1 Ketogenic diets for drug-resistant epilepsy, 2019 Nov 7;11 2 Efficacy of a ketogenic diet in resistant myoclonic epilepsy: a French multicenter retrospective study, 2017, 131:64-69 3 Optimal clinical management of children receiving dietary therapies for epilepsy: update recommendations of the International Ketogenic Diet Study Group: Epilepsia Open, 3 (2): 175-192, 2018 Roma: gli Epilettologi Raccontano le Epilessie 91 storie di cura dell'**epilessia** scritte da 25 epilettologi di

tutta Italia. Al centro le Epilessie non mifaipaura: il claim per sconfiggere i pregiudizi #Epilessianonmifaipaura, un claim proposto dalla Community di Facebook e scelto da **LICE** per la Giornata Internazionale dell'**Epilessia** che si celebra lunedì **Epilessia**: la formula per combattere lo stigma Combattere lo stigma dell'**epilessia** a partire dal linguaggio. Questa la formula per sconfiggere i pregiudizi Pinterest Autore IN DIES Pubblicato il 1 Dicembre 2019 1 Dicembre 2019 Categorie Lifestyle, News, SaluteTag chetosi, crisi epilettiche, dieta chetogenica, **epilessia**