



DIETA CETOGÊNICA PARA TRATAMENTO DE TRANSTORNOS DE HUMOR: REVISÃO

LARA TERUMI TAKAYAMA; GLÓRIA NANTES VIEIRA GASTALDI; CAMILLE MELISSA
LEE YAN; THÉO KAMINSKI DE SOUZA

INTRODUÇÃO: O tratamento padrão-ouro dos transtornos de humor, bipolaridade e depressão maior (MDD), na atualidade se baseia em terapia (Terapia-cognitiva-comportamental a mais indicada) atrelada ao acompanhamento psiquiátrico medicamentoso - antidepressivos e estabilizadores de humor. Há, entretanto, pouca efetividade nesse protocolo, evidenciado pelos resultados encontrados. Por isso, procura-se uma padronização de uma abordagem mais completa. A dieta cetogênica (KD) provou-se eficaz para o tratamento da epilepsia e a partir da base fisiológica dessa patologia e do mecanismo dessa intervenção alimentar, acredita-se que transtornos de humor também se beneficiariam dessa proposta. **OBJETIVOS:** Analisar o mecanismo da dieta cetogênica como potencial ferramenta para o tratamento de transtornos de humor. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão de literatura, feita a partir de informações coletadas de 5 artigos publicados nas recentes duas décadas, no idioma inglês, e encontrados na seguinte base de dados: Pubmed. **RESULTADOS:** A dieta cetogênica tem efeito em grandes sistemas: neurológico, imune, digestivo e metabólico. Desse modo, teoriza-se a possibilidade de tratamento de transtornos de humor, caracterizados por doenças multissistêmicas. O potencial de ação no sistema neurológico seria na modulação das monoaminas (norepinefrina, serotonina, dopamina) e nas transmissões GABAérgicas e Glutamatérgicas - cuja excitação GABA e inibição glutamato gera efeitos ansiolíticos. No sistema imune, em especial na regulação da inflamação, a KD pode reduzir a expressão do marcador da reatividade inflamatória. Ainda não há o entendimento da correlação, porém pacientes depressivos graves apresentam esses marcadores em quantidades altamente anormais. No sistema digestivo, os artigos consultados indicam que a KD pode alterar a microbiota característica de MDD para a microbiota basal. Metabólicamente, ao alterar a energia celular, a KD seria eficaz para controlar a deficiência mitocondrial encontrada em pacientes com transtornos do humor. Essa defasagem correlaciona-se com alguns sintomas desses pacientes psiquiátricos, como anedonia, ruminação, alterações do sono, entre outros. **CONCLUSÃO:** A efetividade terapêutica da dieta cetogênica para transtornos de humor ainda é incerta, visto que há a carência de experimentações. Entretanto, o conhecimento sobre os efeitos fisiológicos dessa dieta indica uma possível eficácia.

Palavras-chave: Dieta cetogênica, Transtornos de humor, Transtorno de bipolaridade, Neurobiologia, Psiquiatria.