



## **DIETA CETOGÊNICA NA PREVENÇÃO E NO CONTROLE DA DIABETES MELLITUS TIPO 2**

HENRIQUE JORGE REBOUÇAS JÚNIOR; GABRIELLY LOPES RODRIGUES; FRANCISCA EVELYN ABREU DE LIRA; NATHÁLIA CARLOS DE FREITAS LIMA QUEIROGA; MILENA NUNES ALVES DE SOUSA

**Introdução:** O Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) é uma doença metabólica complexa que vem se alastrando globalmente, a qual tem afetado a qualidade e a expectativa de vida das pessoas acometidas. Mesmo com diversas terapias medicamentosas, buscam-se estratégias preventivas e de controle menos farmacológicas, devido aos seus efeitos adversos. Destarte, pesquisas recentes têm apontado para o potencial terapêutico da Dieta Cetogênica no combate e no controle da DM2. **Objetivo:** Analisar a eficácia da Dieta Cetogênica na prevenção e controle da Diabetes Mellitus tipo 2. **Metodologia:** Pesquisa bibliográfica realizada na plataforma de busca da *National Library of Medicine* (NLM/PUBMED) e na *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), um portal de periódicos brasileiros, entre os períodos de 2020 a 2022, selecionando-se sete artigos que contemplaram a temática proposta. **Resultados:** Os estudos indicaram que a Dieta Cetogênica, em comparação com outras dietas, apresentou um aumento dos níveis de Colesterol HDL, além de efeitos positivos sobre o peso corporal, nível de glicose no sangue, hemoglobina glicada (HbA1c), perfil lipídico, redução do uso de insulina e antidiabéticos orais, apresentando um potencial relevante na prevenção e no controle da DM2. **Conclusão:** O uso da Dieta Cetogênica apresentou resultados positivos tanto para o controle quanto na prevenção, diminuindo o uso de insulina e medicamentos, além de uma significativa diminuição das taxas de glicose no sangue e da hemoglobina glicada. Tais achados parecem indicar a eficácia da Dieta Cetogênica na prevenção e controle da DM2, portanto, sugerem-se o desenvolvimento de pesquisas mais robustas.

**Palavras-chave:** Diabetes mellitus tipo 2, Dieta cetogênica, Eficácia, Prevenção, Controle.