

COMPARACIÓN DE DIETAS TERAPÉUTICAS PARA LA EPILEPSIA

PREGUNTAS	Terapias Cetogénicas	Aceite TCM o MCT (por sus siglas en ingles)	Tratamiento de bajo índice glicémico	Atkins Modificada
¿Se requiere supervisión médica?	Si	Si	Si	Si
¿Es la dieta alta en grasa?	Si	Si	Si	Si
¿Es la dieta baja en carbohidratos?	Si	Si	Si	Si
¿Cuál es la proporción grasa / carbohidratos y proteína?	4:1, 3:1, 2:1, 1:1	Aproximadamente 1:1	Aproximadamente 1:1	Aproximadamente 2:1
¿Qué cantidad de carbohidratos son permitidos en una dieta de 1000 Calorías?	8 g en 4:1 16 g en 3:1 30 g en 2:1 40-60 g en 1:1	40-50 g	40-60 g	10 g adolescentes, 15 g adultos por 1 mes y luego 20 g
¿Cómo se calcula la cantidad de alimentos?	Pesar	Pesar o medir	Medir o estimar	Estimar
¿Se utilizan planes de comidas?	Si	Si	Si	Opcional
¿Dónde se inicia la dieta?	Hospital	Hospital	Casa	Casa
¿Las calorías son controladas?	Si	Si	Si	No
¿Se requieren suplementos de vitaminas y minerales?	Si	Si	Si	Yes
¿Los líquidos son restringidos?	No	No	No	No
¿Se requieren exámenes de laboratorio antes de comenzar la dieta?	Si	Si	Si	Si
¿Existen efectos secundarios?	Si	Si	Si	Si
¿Cuál es la diferencia en el diseño de estas dietas	<p>Esta es una dieta estructurada e individualizada, que provee planes de comida específicos. Los alimentos son pesados y se deben consumir en su totalidad para mejores resultados. La proporción de esta dieta se puede ajustar para mejorar la tolerancia y el control de las convulsiones. Esta dieta también es considerada una terapia de bajo nivel glicémico y puede estabilizar los niveles de glucosa</p>	<p>Esta es una dieta individualizada y estructurada que contiene triglicéridos de cadena media (TCM o MCT por sus siglas en inglés) los cuales son altamente cetogénicos. Esta dieta permite más carbohidratos y proteína que la dieta cetogénica clásica. Un estudio realizado en el 2008 demostró que las dos dietas tienen la misma capacidad de eliminar convulsiones. Se debe incluir una fuente de ácidos grasos esenciales en esta dieta.</p>	<p>Esta es una dieta individualizada pero menos estructurada que la dieta cetogénica que utiliza listas de intercambios para planear comidas y hace énfasis en los carbohidratos complejos. El balance entre los carbohidratos de bajo índice glicémico y la combinación de grasa, resulta en niveles de glucosa estables. Esta dieta no está diseñada para promover cetosis</p>	<p>Esta dieta se enfoca en limitar la cantidad de carbohidratos y promover las grasas. Los carbohidratos se pueden consumir a cualquier hora del día mientras se mantengan dentro de los límites establecidos y se consuman acompañados de grasas. Los planes de comidas se utilizan como una guía. La cantidad de proteína no es limitada pero no se recomienda el exceso.</p>