

## APLICAÇÃO DE DIETAS LOW CARB E CETOGÊNICAS NO TRATAMENTO DA DIABETES MELLITUS TIPO 2: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Keilane Santos Azevedo<sup>1</sup>; Lucas Brito Neves Andrade<sup>2</sup>; Naiara Lima dos Santos<sup>3</sup>; Vanessa da Paz da Silva<sup>4</sup>; Iorrana Índira dos Anjos Ribeiro<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Graduanda em Nutrição (FAMAM), FAMAM, keilane.10@hotmail.com; <sup>2</sup>Graduando em Nutrição (FAMAM), FAMAM, lucasbneves97@gmail.com; <sup>3</sup>Graduanda em Nutrição (FAMAM), FAMAM, naylimma1@gmail.com; <sup>4</sup>Graduanda em Nutrição (FAMAM), FAMAM, pazvanessa632@gmail.com; <sup>5</sup>Doutora em Processos Interativos dos Órgãos e Sistemas (UFBA), FAMAM, indiraanjos@gmail.com

A Diabetes mellitus tipo 2 (DM2) é uma associação de alterações metabólicas. Ela é caracterizada por um nível excessivo de glicose no sangue, denominado de hiperglicemia. Este aumento da concentração sérica de glicose é causado por problemas decorrentes na produção ou na ação e secreção da insulina, que por sua vez, pode estar relacionado a predisposições genéticas, e aos maus hábitos no estilo de vida dos indivíduos. Dentre os tratamentos disponíveis para a DM2, o cuidado nutricional tem papel muito relevante. As dietas com baixo teor de carboidratos e baixíssimo teor de carboidratos e alto teor de gorduras (cetogênica) são abordagens dietéticas que têm sido muito utilizadas no tratamento dietoterápico da DM2 pela eficiência no controle da glicose sanguínea. Diante disso, o objetivo deste trabalho foi identificar na literatura os benefícios do uso de uma dieta cetogênica ou de baixo teor de carboidratos em pacientes com DM2. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa, onde foram selecionados e avaliados estudos considerados relevantes, com finalidade de obter dados sobre o tema pré-estabelecido. A coleta de dados foi realizada em setembro de 2021 e por meio das bases de dados: Google Acadêmico e US National Library of Medicine (Pubmed). Os termos dieta baixa em carboidratos, cetogênica e diabetes mellitus 2 foram utilizados para a pesquisa, em inglês e português. Os artigos publicados a 10 anos, em inglês e português foram incluídos na pesquisa. Após a consulta na base de dados e do refinamento das buscas, os artigos incluídos foram analisados por meio de leitura na íntegra para compilar, categorizar e descrever os dados relevantes. A partir dos resultados pôde-se observar que as dietas com baixo teor de carboidrato e cetogênica desempenham uma melhora no controle dos efeitos fisiopatológicos da DM2, como o controle glicêmico. Entretanto, estudos recentes apontam que não existem padrões alimentares específicos para a diabetes, sendo possível a utilização de diversas intervenções dietéticas, e estas devem ser realizadas de forma individualizada. Somado a isto, deve-se levar em consideração a produção de corpos cetônicos promovidos por essas dietas, que se tornam inadequadas para mulheres grávidas ou amamentando, pessoas em risco de distúrbios alimentares ou com doença renal. Por fim, fica claro que o uso de estratégias nutricionais com baixo teor de carboidratos apresenta benefícios no contexto da DM2, mas independente da estratégia uma alimentação saudável e balanceada deve ser prioridade.

**Palavras-chave:** Diabetes mellitus 2. Dieta com baixo teor de carboidratos. Dieta cetogênica.