

DIETA CHETOGENICA DIMAGRANTE NELL'EMICRANIA: STUDIO SUI PREDITTORI CLINICI DI PERSISTENZA DEL BENEFICIO

Angela Lo Presti - Domenico Centofanti - Cherubino Di Lorenzo

OBIETTIVI

Dal 1928 si valuta l'efficacia della dieta chetogenica nel trattamento delle cefalee (1). Recentemente si è diffusa l'indicazione della dieta chetogenica nel campo del dimagrimento. Diverse evidenze dimostrano come tale tipologia di dieta possa dare un beneficio sul mal di testa durante il percorso di perdita di peso (2). Scopo dello studio è analizzare se, alla sospensione della dieta chetogenica dimagrante, sia possibile osservare una persistenza dell'effetto terapeutico esercitato dalla chetosi indotta dall'alimentazione in una popolazione di pazienti sovrappeso/obesi affetti da emicrania episodica ad alta frequenza di crisi, aventi tutti avuto in precedenza una riduzione notevole degli attacchi di cefalea durante la fase chetogenica del loro percorso dietoterapico. Inoltre, in caso di presenza del fenomeno dell'after-effect, ovvero la persistenza del beneficio del trattamento al termine dello stesso, individuare quali possano essere i singoli predittori clinici in grado di influenzare tale risultato.

MATERIALI E METODI

Si tratta di uno studio osservazionale prospettico nel quale ai pazienti era stata prescritta un'iniziale VLCKD per poi transitare verso una dieta chetogenica normocalorica per una durata di chetosi di almeno 6 mesi consecutivi.

RISULTATI

Sono stati arruolati 40 pazienti, al termine del periodo di osservazione post dieta chetogenica, 18 pazienti hanno avuto un aumento della frequenza delle crisi di cefalea >50% rispetto alla frequenza basale: non-Responders, i restanti 22 conservavano una frequenza ≤50% rispetto al basale: Responders.

CONCLUSIONI

Il risultato del nostro studio è che la variazione di BMI sia l'unico parametro clinico in grado di predire la persistenza del beneficio della dieta chetogenica protratta per 6 mesi, anche dopo un trimestre dal termine del trattamento dietoterapico, in una popolazione di pazienti sovrappeso/obesi affetti da emicrania episodica ad alta frequenza di crisi. Si conferma pertanto la centralità di un organismo sano, con un corretto contenuto di tessuto adiposo, nel tentativo di contenere l'entità della cefalea nei soggetti emicranici.

KETOGENIC SLIMMING DIET IN PATIENTS WITH MIGRAINES: STUDY ON CLINICAL PREDICTORS OF PERSISTENCE AND BENEFIT

BACKGROUND

Since 1928, the effectiveness of the ketogenic diet in the treatment of headaches has been evaluated. Recently, the indication of the ketogenic diet in the field of weight loss has become widespread. Several evidences show how this type of diet can give a headache benefit during the weight loss process. The main aim of the study is to analyze the effectiveness and the durability of the therapeutic effect exerted by food-induced ketosis in a population of overweight / obese patients upon discontinuation of the ketogenic slimming diet. Furthermore, we aim to identify which individual clinical predictors may be able to influence the after-effect phenomenon.

METHODS

This is a prospective observational study in which patients were prescribed an initial VLCKD and then transitioned to a normocaloric ketogenic diet for duration of ketosis of at least 6 consecutive months.

RESULTS

A total of 40 patients were enrolled. At the end of the post-ketogenic diet observation period, 18 patients had an increase in the frequency of headache attacks >50% compared to the baseline frequency: non-Responders. The remaining 22 maintained a frequency ≤50% compared to at baseline: Responders.

DISCUSSION

This study demonstrated that the change in BMI is the only clinical parameter capable of predicting the persistence of the benefit of the ketogenic diet protracted for longer than 6 months, even one quarter after the end of the diet therapy treatment, in a population of overweight patients / obese suffering from episodic migraine with high frequency of crises.

The centrality of a healthy organism, with a correct content of adipose tissue, is therefore paramount in attempting to contain the severity of the headache attacks in migraine sufferers.

1. Effectiveness of ketogenic diet in treatment of patients with refractory chronic migraine. Bongiovanni. Neurological Sciences 2021.
2. Ketogenic diet in migraine: rationale, findings and perspectives. Barbanti, Fofi, Aurilia, Egeo, Caprio. Neurol Sci 2017.
3. Association of diet and headache. Headache Pain. Jahromi. Published online 2019 Nov 14.
4. Headache Currents Diet and Headache: Part 1 Vincent T. Martin, 2016.
5. Martin VT, Vij B (2016) Diet and headache: part 2.
6. Jahromi SR, Abolhassani M, Meysamie A, Togha M (2013) The effect body fat mass and fat free mass on migraine headache. Iran J Neural.
7. Di Lorenzo. A Randomized Double-Blind, Cross-Over Trial of very Low-Calorie Diet in Overweight Migraine Patients: A Possible Role for Ketones? Nutrients 2019.
8. Body mass index, abdominal obesity, body fat and migraine features in women. De Oliveira, Nutricion Hospitalaria, 2013.
9. Schnabel, T.G. An Experience with a Ketogenic Dietary in Migraine. Ann. Intern. Med. 1928.