



MICROBIOTA INTESTINAL

Nestlé
HealthScience
MODULife



DIETA DE EXCLUSÃO NA DOENÇA DE CROHN (DEDC) ASSOCIADA A MODULEN®

O protocolo ModuLife consiste em uma dieta balanceada excluindo alimentos que aumentam a inflamação em pacientes com Doença de Crohn, como carne vermelha, derivados lácteos, produtos industrializados com aditivos, maltodextrina e glúten, reduzindo o teor de gordura, além de aumentar a ingestão de fibras associada ao suplemento Modulen®. O protocolo inclui três fases:^{1,3}

FASE 1 (Semana 0 a 6)



NÃO CONTÉM GLÚTEN

50% da energia total da lista de alimentos permitida + **50%** de Modulen®.

FASE 2 (Semana 7 a 12)



NÃO CONTÉM GLÚTEN

75% da energia total da lista expandida de alimentos permitida + **25%** de Modulen®.

FASE 3



NÃO CONTÉM GLÚTEN

75% da energia total da lista expandida de alimentos + **25%** de Modulen®. Você pode incluir de 1 a 2 dias livres por semana.

A Dieta de Exclusão para Doença de Crohn (DEDC) foi desenhada para reduzir a exposição de componentes alimentares que afetam negativamente a microbiota intestinal (disbiose), barreira intestinal e imunidade intestinal. Confira:

DIETA DE EXCLUSÃO DA DOENÇA DE CROHN

FASE 1 (SEMANA 0 A 6)



NÃO CONTÉM GLÚTEN

50% da energia total da lista de alimentos permitida + **50%** de Modulen®

ALIMENTOS OBRIGATÓRIOS

RICOS EM PROTEÍNAS



Frango fresco,
mínimo de 150 a
200g/dia

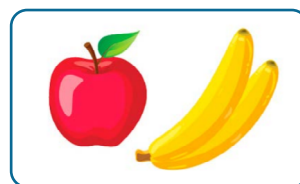
2 ovos

RICOS EM CARBOIDRATOS



2 batatas frescas/dia,
cozidas e resfriadas
antes do consumo

FRUTAS

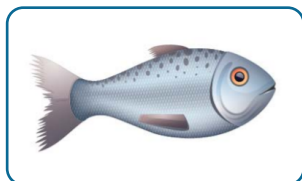


2 bananas/dia

1 maçã/dia
descascada

ALIMENTOS E BEBIDAS PERMITIDOS

RICOS EM PROTEÍNAS



Peixe magro fresco,
100 - 150g/semana
substituindo o frango

RICOS EM CARBOIDRATOS

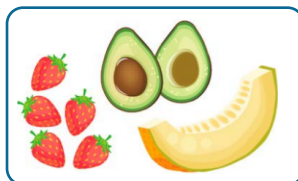


Arroz branco
(ilimitado)

Macarrão de arroz
sem conservantes
(ilimitado)

Farinha de arroz
(ilimitado)

FRUTAS

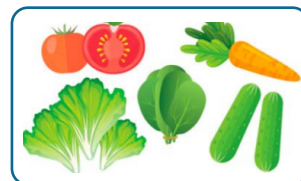


1 abacate/dia Não
mais que 1/2 abacate
por refeição

5 morangos
maduros/dia

1 fatia de melão/dia

VEGETAIS



2 tomates ou 6
tomates cereja/dia.
Tomates adicionais
podem ser usados
para preparar molho
de tomate caseiro

2 pepinos/dia
descascados

1 cenoura/dia

Espinafre fresco
1 xícara de folhas/dia

3 folhas de alface,
uma vez ao dia

BEBIDAS



Água

Água com gás

Chá de ervas

(podem ser adicionadas fatias de limão, laranja ou hortelã a gosto)

1 copo de suco de laranja espremido na hora/dia.

CONDIMENTOS



Óleo

azeite de oliva e óleo de canola.

Outros temperos

cebola (todos os tipos), alho, gengibre e suco de limão fresco.

Ervas frescas

hortelã, orégano, coentro, alecrim, manjerição, tomilho, endro e sálvia.

Especiarias (puras)

sal, pimenta, páprica, canela, cominho e cúrcuma.

Adoçantes

mel (3 colheres de sopa/dia) e açúcar (3 colheres de chá/dia).

ALIMENTOS QUE NÃO CONSTAM NA LISTA NÃO SÃO PERMITIDOS

ALIMENTOS E BEBIDAS NÃO PERMITIDOS

RICOS EM PROTEÍNAS



Carne e peixe processados
pré-cozidos ou defumados

Frutos do mar

Carne vermelha, porco, peru e outras partes do frango

Derivados de soja

Laticínios

Sorvete

Bebidas não lácteas

(leite de soja, leite de arroz, leite de amêndoas)

RICOS EM CARBOIDRATOS



Produtos de trigo

(cereais matinais, pães e assados de qualquer tipo com este ingrediente)

Produtos sem glúten
não listados acima

Derivados de soja

Leguminosas
(lentilha, ervilha grão-de-bico e feijão)

Milho

Batatas congeladas

Outras farinhas

FRUTAS

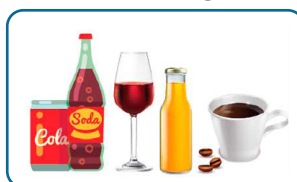


Frutas secas e todas as outras frutas

Frutas nunca permitidas

caqui, romã, maracujá, fruta do cactus

BEBIDAS



Todos os refrigerantes

Sucos de frutas

Outras bebidas açucaradas

Bebidas alcoólicas

Café

Todos tipos de chá
(folhas e sachês)

VEGETAIS



Vegetais congelados

Couve

Alho-Poró

Aspargo

Alcachofra

Todos os outros vegetais não mencionados como permitidos

CONDIMENTOS



Margarina

Molhos

Tempero para salada

Xaropes

(xarope de bordô,
xarope de milho, etc.)

Geleia (qualquer tipo)

Adoçantes artificiais

Especiarias misturadas

Outros óleos (milho,
girassol, soja , etc.) e
sprays de óleo

Outros



Produtos enlatados

Lanches embalados
(batata frita, biscoitos,
pipocas, etc.)

Doces, chocolates,
bolos e biscoitos

Goma de mascar

Castanhas e todos os
tipos de oleaginosas



DIETA DE EXCLUSÃO DA DOENÇA DE CROHN

FASE 2 (SEMANA 7 A 12)

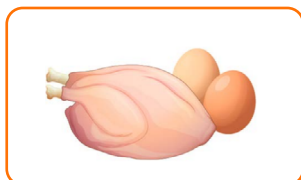


NÃO CONTÉM GLÚTEN

75% da energia total da
lista de alimentos permitida
+ **25%** de Modulen®

ALIMENTOS OBRIGATÓRIOS

RICOS EM
PROTEÍNAS



Frango fresco,
mínimo de 150 a
200g/dia

2 ovos/dia

RICOS EM
CARBOIDRATOS



2 batatas frescas/dia,
cozidas e resfriadas
antes do consumo

FRUTAS



2 bananas/dia

1 maçã/dia
descascada

ALIMENTOS E BEBIDAS PERMITIDOS

RICOS EM PROTEÍNAS



Peixe magro fresco,
100 - 150g/semana
substituindo o frango

1 lata de atum/
semana embalado
em azeite ou óleo de
canola

Carne vermelha não é
recomendada, então,
evitar. Se realmente
desejar, deve-se
limitar a um bife
magro fresco não
processado de 200g
por semana (apenas
uma vez por semana)

CONDIMENTOS



Óleo, azeite de oliva
ou óleo de canola

Especiarias (puras)
sal, pimenta, páprica,
canela, cominho e
cúrcuma

Ervas frescas
hortelã, orégano,
coentro, alecrim,
sálvia, manjeriço,
tomilho, endro e sálvia.

Adoçantes
mel (3 colheres de
sopa/dia) e açúcar (3
colheres de chá/dia).

Outros temperos:
cebola (todos os tipos),
alho, gengibre e suco
de limão fresco

RICOS EM CARBOIDRATOS



Arroz branco
(ilimitado)

Macarrão de arroz
sem conservantes
(ilimitado)

Farinha de arroz
para assar (ilimitado)

1/2 batata doce

1 fatia de pão/dia
(de preferência
caseiro)

Lentilha, ervilha,
grão-de-bico ou
feijão cozido 1/2
xícara/dia

Quinoa (ilimitado)

1/2 xícara de aveia
(permitida uma
porção de aveia ou
um biscoito por 1 ou
2 dias)

BEBIDAS



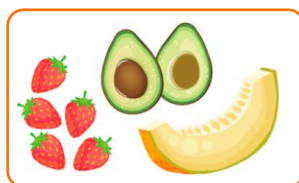
Água

Água com gás

1 suco de laranja
espremido na hora
diariamente

Chá de ervas (podem
ser adicionadas fatias
de limão, laranja ou
hortelã a gosto) e chá
de camomila

FRUTAS



1 abacate/dia Não
mais que 1/2 abacate
por refeição

5 morangos
maduros/dia

1 fatia de melão/dia

Pera, pêssago ou
kiwi/dia podem
ser adicionados
na semana 7-9.

10 mirtilos ou 1/4
de xícara podem
substituir os
morangos permitidos

A partir da semana
10, todas as
frutas podem ser
introduzidas em
pequenas quantidades
(exceto as da lista de
não permitidas). Por
exemplo, cubos
de manga, abacaxi ou
fatias de laranja

CASTANHAS
Amêndoas ou nozes

(sem sal, não
torradas e não
processadas) de
6 a 8 unidades por dia

Tahine cru (livre de
emulsificantes e
sal) - 2 colheres
de sopa/dia

VEGETAIS



2 tomates ou 6
tomates cereja/dia.
Tomates adicionais
podem ser usados
para preparar molho
de tomate caseiro

2 pepinos/dia
descascados

1 cenoura/dia

Espinafre fresco
1 xícara de folhas não
cozidas/dia

3 folhas de alface
1 vez ao dia

Abobrinha (1 grande
ou duas pequenas),
4 a 6 cogumelos
frescos, 2 pedaços de
brócolis ou couve-flor
(mas não todos ao
mesmo tempo)

A partir da semana
10 todos os vegetais
podem ser
introduzidos (exceto
os da lista de não
permitidos)

ALIMENTOS QUE
NÃO CONSTAM NA
LISTA NÃO SÃO
PERMITIDOS

ALIMENTOS E BEBIDAS NÃO PERMITIDOS

RICOS EM PROTEÍNAS



Carne e peixe processados
pré-cozidos ou defumados

Frutos do mar

Carne vermelha, porco, peru e outras partes do frango

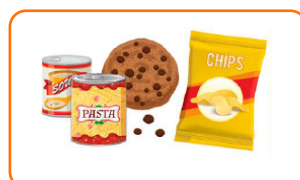
Derivados de soja

Laticínios

Sorvete

Bebidas não lácteas
(leite de soja, leite de arroz, leite de amêndoas)

OUTROS



Produtos enlatados

Lanches embalados
(batata frita, biscoitos, pipocas, etc.)

Doces, chocolates, bolos e biscoitos

Goma de Mascar

RICOS EM CARBOIDRATOS



Produtos de trigo
(cereais matinais, pães e assados de qualquer tipo com este ingrediente)

Produtos sem glúten
não listados acima

Derivados de soja

Milho

Batatas congeladas

Todas as outras farinhas

Fermento

BEBIDAS



Todos os refrigerantes

Sucos de frutas

Outras bebidas açucaradas

Bebidas alcoólicas

Café

Todos tipos de chá
(folhas e sachês)

FRUTAS



Frutas secas

Todas as outras frutas

Frutas nunca permitidas
caqui, romã, maracujá, fruta do cactus.

CONDIMENTOS



Margarina

Molhos

Tempero para salada
Xaropes
(xarope de bordô, xarope de milho, etc.)

Geleia (qualquer tipo)

Adoçantes artificiais

Especiarias misturadas

Outros óleos (milho, girassol, soja, etc.) e sprays de óleo

VEGETAIS



Vegetais congelados

Couve

Alho-Poró

Aspargo

Alcachofra

Todos os outros vegetais não mencionados como permitidos

DIETA DE EXCLUSÃO DA DOENÇA DE CROHN

FASE 3 (SEMANA A PARTIR DA SEMANA 13)



NÃO CONTÉM GLÚTEN

75% da energia total da lista de alimentos permitida
+ **25%** de Modulen®

A dieta em fase de manutenção (a partir da semana 13) permite que todos os alimentos da fase 2 e novos alimentos da lista abaixo possam ser adicionados. Não há alimentos obrigatórios, mas alguns alimentos ainda devem ser restringidos ou evitados. Os dias de semana são mais rigorosos e durante os dias de fim de semana (sábado e domingo), alguns dos alimentos permitidos podem ser consumidos em maiores quantidades e alguns alimentos que preferencialmente devem ser evitados também podem ser consumidos. É importante evitar a ingestão excessiva de alimentos não recomendados, como sobremesas, sorvetes, lanches, bebidas alcoólicas, etc.

DIAS DE SEMANA (SEG - SEX)

A fase 2 da dieta continuará por 5 dias durante a semana com as seguintes adições:

RICOS EM PROTEÍNAS



Permitido consumir outras partes do frango, mas evitar: pele, asas e órgãos internos

Frutos do mar frescos, peixe ou salmão uma vez por semana. Evitar: frutos do mar e peixe Pré-embalados ou congelados

Uma porção de iogurte natural integral sem aditivos 1x/dia

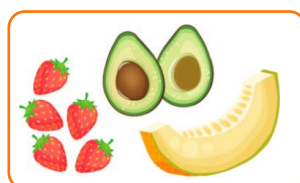
RICOS EM CARBOIDRATOS



2 fatias de pão, de preferência caseiro/dia

Pequena porção de macarrão pode ser consumida em substituição ao pão (1 xícara, cozido)

FRUTAS



Todas as frutas, incluindo frutas secas sem sulfito, exceto as mencionadas como não permitidas

BEBIDAS



Uma xícara por dia de café preto ou chá (não permitido café instantâneo ou cápsulas)

VEGETAIS



Todos os vegetais, exceto os mencionados como não permitidos

MESMAS RESTRIÇÕES PARA OUTROS ALIMENTOS, BEBIDAS E CONDIMENTOS DA FASE 2

ALIMENTOS E BEBIDAS NÃO PERMITIDOS

RICOS EM PROTEÍNAS



Congelados (tortas ou pizza)

Carnes processadas como salsichas, bacon, etc.

Refeições prontas (congeladas ou frescas)

Refrigerantes

FRUTAS



Caqui

Romã

Maracujá

Fruta do Cactus

VEGETAIS



Alho-Poró

Aipo

Grandes quantidades de couve

FINAIS DE SEMANA (SÁB - DOM)

- Permitido consumir alimentos não compatíveis com a DEDC
- É importante não beliscar os alimentos não compatíveis

- Tentar variar os alimentos também durante as refeições "livres" no fim de semana
- Preferir refeições preparadas em casa que as congeladas ou processadas

Um café da manhã caseiro livre e uma refeição caseira livre (almoço ou jantar) por dia nos sábados e domingos (incluindo carnes, lácteos, peixes e outros tipos de carne)

ALIMENTOS E BEBIDAS PERMITIDOS

CAFÉ DA MANHÃ



Pode incluir:

Pão

Queijo

Leite

Ovos

Panquecas

Geleia

Uma tigela de cereal matinal com leite

ALMOÇO OU JANTAR



Pode incluir:

Carne, hambúrguer, porco, frutos do mar, salmão ou atum

Macarrão de qualquer tipo

Lácteos incluindo queijo

Uma porção de sobremesa de qualquer bolo caseiro, cookies ou uma colher de sorvete

Cacau em pó e chocolate podem ser usados para cozinhar

Uma garrafa de cerveja ou uma taça de vinho

COMENDO FORA

Nessa fase, uma refeição por semana pode ser feita em um restaurante, mas substitui um dia inteiro de refeições livres

UMA REFEIÇÃO
EM RESTAURANTE

=

UM DIA INTEIRO DE REFEIÇÕES
LIVRES DO FIM DE SEMANA

Um café da manhã e um almoço ou jantar livres), significa que a dieta no sábado ou domingo deve ser igual a um dia de semana. Fast food e comida chinesa devem ser evitados.

Resultados da DEDC associada a NEP ^{1,3 e 4}

Induz remissão precoce da DC* leve a moderada com diminuição da inflamação ¹

A remissão foi atingida, em até 6 semanas, por:

69% do total de
pacientes

63,6% dos pacientes
com recidivas

Intervenção nutricional com 50% de NEP e uma dieta estruturada que exclui determinados alimentos, **pode induzir remissão clínica com redução nos marcadores inflamatórios.**¹

A TERAPIA DEDC + NEP: ¹

- ✓ Melhora a palatabilidade e tolerância
- ✓ É uma alternativa à indução de remissão por meio de esteróides e medicaentos biológicos em doenças leves a moderadas para alguns pacientes
- ✓ Induziu remissão sustentada em uma proporção significativamente maior de pacientes**
- ✓ Produziu alterações no microbioma fecal associado à remissão

REDUZ A INFLAMAÇÃO E RECUPERA O ESTADO NUTRICIONAL



- 100% caseinato de potássio
Proteína de alto valor biológico⁵
- 27% TCM
Fonte rápida de energia,
facilitando a absorção ^{6,7}
- TGF - β 2
Citocina anti-inflamatória com ação
reparadora sobre a mucosa intestinal ^{8,9}
- Zero lactose e não contém glúten

* Doença de Crohn

** quando comparado ao grupo de pacientes em NEE

O tratamento do paciente envolve tanto o acompanhamento nutricional quanto um conjunto de procedimentos terapêuticos que fazem parte da avaliação de uma equipe multidisciplinar.

Referências: 1. Sigall-Boneh R et al. Partial Enteral Nutrition with a Crohn's Disease Exclusion Diet Is Effective for Induction of Remission in Children and Young Adults with Crohn's Disease. *Inflamm Bowel Dis*, 2014;20(8):1353-60. 2. Herrador-López M et al. EEN Yesterday and Today...CDED Today and Tomorrow. *Nutrients*, 2020;12:3793. 3. Levine A et al. Crohn's Disease Exclusion Diet Plus Partial Enteral Nutrition Induces Sustained Remission in a Randomized Controlled Trial. *Gastroenterology*. 2019;157(2):440-450. 4. Sigall Boneh RD et al. Dietary Therapy With the Crohn's Disease Exclusion Diet is a Successful Strategy for Induction of Remission in Children and Adults Failing Biological Therapy. *Journal of Crohn's and Colitis*, 2017;11(10):1205-1212. 5. Who: Protein Quality Evaluation, Report of the Joint FAO/WHO Expert Consultation. Rome: FAO Food and Nutrition paper nº 57, 1989. 6. Nosaka N, Kasai M, Nakamura M et al. Effects of dietary medium-chain triacylglycerols on serum lipoproteins and biochemical parameters in healthy men. *Biochim Biophys Acta*. 2002; 66(8):1713-8. 7. Babayan VK. Medium Chain Triglycerides and structured lipids. *Lipids*, 1978; 22:417-420. 8. Oz HS, Ray M, Chen TS et al. Efficacy of a transforming growth factor B2 containing nutritional support formula in a murine model of inflammatory bowel disease. *J Am Coll Nutr*. 2004;23(3):220-6. 9. Donnet-Hughes A, Shiffrin EJ, Huggett AC. Expression of MHC antigens by intestinal epithelial cells. Effect of transforming growth factor-beta 2 (TGF-b2). *Clin Exp Immunol*, 1995; 99:240-244.

NHS000728



Loja virtual da Nestlé:
www.nutricaoatevoce.com.br

Para mais informações, acesse: www.nestlehealthscience.com.br
Serviço de atendimento ao profissional de saúde 08007702461-SMS 25770.
Para solucionar dúvidas, entre em contato com seu representante.



Material destinado exclusivamente a profissionais de saúde. Proibida a distribuição aos consumidores.