

Intolerância à lactose

*Claudia Campos de Vasconcelos, *Rafaela Ap^a de Assis.

**Élida Paula Dini de Franco, **Manoel Araújo.

*Acadêmicos de Enfermagem 2º período.

** Docentes das Faculdades Integradas Asmec.

kakau_cv@hotmail.com, raassis55@hotmail.com

Faculdades Integradas ASMEC, UNISEPE União das Instituições de Serviços, Ensinos e Pesquisas Ltda. Departamento de Enfermagem.

Palavras Chave: Lactose.

Introdução

A intolerância à lactose é a dificuldade do organismo para digerir e absorver o açúcar do leite (lactose). O diagnóstico é feito através da observação de sinais e sintomas, tais como: diarreia, alterações abdominais, cólicas e náuseas, que podem ocorrer nas primeiras horas após o consumo.

Desenvolvimento

A Lactase é uma enzima digestiva produzida na mucosa do intestino delgado que é responsável pela digestão da lactose. A má absorção da lactose passa a ser fermentada pela flora intestinal, causando desconforto abdominal e resultando em diarreia, com grande perda de líquidos orgânicos. Alguns pacientes relatam de ardência anal e assadura devido à acidez fecal ser intensa (pH 6,0). O tratamento mais comum é a exclusão do leite e seus derivados da dieta do paciente.

Considerações Finais

Em primeiro lugar é muito importante ressaltar que existem níveis de

intolerância, pois a quantidade de enzima lactase produzida pelo corpo varia de pessoa para pessoa. Algumas pessoas não a produzem e outras possuem uma deficiência mínima na produção da enzima. Uma preocupação para as pessoas com intolerância a lactose é adotar uma dieta que suplemente os nutrientes encontrados no leite principalmente no cálcio. Para quem é intolerante ou alérgico a um ou mais alimentos, a leitura de rótulos dos alimentos passa a ser parte de sua rotina.

ESCOTT- STUMP, MAHANS. Alimentos Nutrição e Dietoterapia. 5ª edição. Editora ROCA 2005.

ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV). Disponível em: www.alergiaaoleitedevaca.com.br. Acesso em: 24/09/2011.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ALERGIA E IMUNOPATOLOGIA (ASBAI)- Alergia a Proteína do Leite de Vaca. Disponível em: <http://www.sbai.org.br/secao.asp?s=81&id=308>.