

ASPECTOS GERAIS DA INTOLERÂNCIA À LACTOSE E SUAS CONSEQUÊNCIAS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Pedro Henrique Malta Santos; Kátia Nogueira Pestana de Freitas²

¹Graduando do curso de Bacharelado em Biomedicina da Faculdade Maria Milza (FAMAM), pedromalta919@gmail.com; ²Doutora em Genética e Melhoramento (UFV), FAMAM, katypestana@yahoo.com.br

A intolerância à lactose (IL) é um distúrbio clínico de caráter gastrointestinal, que ocorre em mais de 50% dos adultos no mundo, causada pela total ou parcial deficiência da enzima lactase, no intestino delgado, apresentando potencial de provocar carência nutricional de vitaminas, proteínas e minerais, em ênfase o cálcio. As manifestações clínicas características da IL são: dores abdominais, desconfortos, flatulências, diarreias aquosas, vômitos, distensão abdominal, desidratação e desnutrição. O diagnóstico é realizado por meio da avaliação clínica e demais testes clínicos, sendo os mais comumente utilizados, o teste de tolerância à lactose (TTL), teste de hidrogênio expirado, teste genético e biopsia intestinal. Como linha terapêutica, é indicada principalmente a restrição da ingestão de alimentos à base de lactose, como também, é essencial que o intolerante busque orientação nutricional com o propósito de proceder a ajustes indispensáveis na sua alimentação. Partindo dessa perspectiva, este trabalho tem como objetivo geral, verificar os aspectos gerais da intolerância à lactose e suas consequências e como objetivos específicos: analisar a associação entre a intolerância a lactose e os fatores etiológicos. A metodologia utilizada foi uma revisão sistemática de abordagem qualitativa e caráter descritivo, realizada através de um levantamento bibliográfico nas bases de dados Pubmed, Medline, Lilacs, Scielo e Google Acadêmico. Foram verificados nos estudos analisados, que 40% da população mundial apresentam algum tipo de intolerância alimentar (IA), sendo que dentre essas intolerâncias, a intolerância à lactose (IL), se destaca como uma das mais incidentes a nível internacional. A IL, atinge em cerca de 40% da população brasileira e em média 70% da população mundial, sendo a idade, o sexo e a raça, as condições associadas a ocorrência da patologia. Desse modo, foi compreendido nesse estudo que, a intolerância a lactose é uma patologia em crescimento a nível mundial, sendo a hipolactasia primária a forma mais comum da doença, a qual afeta principalmente adultos, em grau semelhante em homens e mulheres. Em menções, os sintomas mais prevalentes foram, dor abdominal, diarreia, flatulência, e distensão. O teste diagnóstico mais bem avaliado foi o teste de hidrogênio expirado, conceituado como padrão ouro e fidedigno por grande parte dos autores. Já os tratamentos mais utilizados está a redução do consumo de lactose e a adoção de medidas alternativas como uso de probióticos e de enzima lactase exógena.

Palavras-Chave: Intolerância. Lactose. Deficiência de Lactase.