

MECANISMOS FISIOLÓGICOS DA INTOLERÂNCIA A LACTOSE

Bianca Bedin¹

Fernanda Pilatti ²

¹Graduando em Nutrição da Unidade central de Educação FAI Faculdades -UCEFF/CHAPECÓ, SC, Brasil

² Docente do curso de Biomedicina da unidade central de Educação FAI Faculdades- UCEFF /CHAPECÓ, SC, Brasil

INTRODUÇÃO: A intolerância à lactose é uma condição comum caracterizada pela incapacidade parcial ou total de digerir a lactose, o açúcar predominante no leite e seus derivados. Essa condição resulta da deficiência ou ausência da enzima lactase, responsável pela hidrólise da lactose em glicose e galactose, monossacarídeos que podem ser absorvidos pelo intestino delgado. A prevalência da intolerância à lactose varia significativamente entre diferentes populações e faixas etárias, sendo influenciada por fatores genéticos, étnicos e ambientais. A compreensão dos mecanismos fisiológicos subjacentes à intolerância à lactose é fundamental para o diagnóstico, manejo e tratamento adequados dessa condição. Estudos como o de Branco et al. (2017) oferecem uma visão abrangente sobre as causas e tratamentos da intolerância à lactose, destacando suas classificações em primária, secundária e congênita.¹ Além disso, fontes como o Portal Drauzio Varella fornecem informações detalhadas sobre os sintomas e abordagens terapêuticas relacionadas a essa condição.² **OBJETIVO:** explorar os mecanismos fisiológicos da intolerância à lactose, abordando a função da enzima lactase, os processos de digestão e absorção da lactose, as diferentes classificações da intolerância e as implicações clínicas associadas. **METODOLOGIA:** Para compreender os mecanismos fisiológicos da intolerância à lactose, foi realizada uma revisão narrativa da literatura científica. A pesquisa bibliográfica concentrou-se em artigos publicados entre 2010 e 2024, utilizando as bases de dados, SciELO e Google Acadêmico. Os descritores empregados incluíram "intolerância à lactose",

"mecanismos fisiológicos", "deficiência de lactase" e "digestão da lactose". A seleção dos artigos seguiu as etapas de leitura de títulos, resumos e, posteriormente, do texto completo, visando identificar informações relevantes sobre a função da enzima lactase, processos de digestão e absorção da lactose, classificações da intolerância e suas implicações clínicas. Entre as fontes consultadas, destaca-se o estudo de Mattar e Mazo (2010), que discute as mudanças de paradigmas na intolerância à lactose devido aos avanços da biologia molecular. ³ Além disso, a revisão de Branco et al. (2017) oferece uma visão abrangente sobre as causas e tratamentos da intolerância à lactose ⁴

RESULTADO E DISCUSSÃO: Quando a atividade da lactase é insuficiente, a lactose não digerida transita para o cólon, onde é fermentada pela microbiota intestinal, resultando em sintomas como distensão abdominal, flatulência, dor abdominal e diarreia.³ A intolerância à lactose pode ser classificada em três tipos principais: Intolerância Primária (Hipolactasia do Adulto) É a forma mais comum, caracterizada pela redução progressiva da atividade da lactase após o desmame. Essa diminuição é geneticamente programada e varia entre diferentes populações.³ Intolerância Secundária: Resulta de lesões ou doenças que afetam a mucosa do intestino delgado, como enterites infecciosas, doença celíaca ou doença de Crohn. Nesses casos, a deficiência de lactase é temporária e reversível com o tratamento da condição subjacente. ⁴Intolerância Congênita: É uma condição rara, de origem genética, na qual há ausência completa de lactase desde o nascimento. Recém-nascidos afetados apresentam sintomas graves ao ingerir leite, necessitando de fórmulas especiais isentas de lactose.¹

CONCLUSÃO:A intolerância à lactose é uma condição prevalente, resultante da deficiência ou ausência da enzima lactase, essencial para a digestão da lactose presente no leite e seus derivados. Os mecanismos fisiológicos subjacentes envolvem a incapacidade de hidrolisar a lactose em glicose e galactose, levando à sua fermentação no cólon e ao surgimento de sintomas gastrointestinais como distensão abdominal, flatulência e diarreia. A classificação da intolerância à lactose em primária, secundária e congênita permite uma compreensão mais precisa das suas causas e orienta abordagens adequadas.^{1 3}

Palavras-chave: Intolerância à lactose, Deficiência de lactase, Digestão da lactose, Enzima lactase.

REFERÊNCIAS

¹ BRANCO, Maiara de Souza Castelo et al. Classificação da intolerância à lactose: uma visão geral sobre causas e tratamentos. Revista de Ciências Médicas, v. 26, n. 3, p. 117-125, 2017.

² BRUNA, Maria Helena Varella. Intolerância à lactose. 2020. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/intolerancia-a-lactose/>. Acesso em: 02 nov. 2024.

³ MATTAR, Rejane; MAZO, Daniel Ferraz de Campos. Intolerância à lactose: mudança de paradigmas com a biologia molecular. Revista da Associação Médica Brasileira, v. 56, p. 230-236, 2010. ⁴ DECKER, Diogo Galindo et al. Intolerância à lactose: uma revisão bibliográfica. Revista Higei@-Revista Científica de Saúde, v. 4, n. 8, 2022