

DIFERENÇA ENTRE ALERGIA E INTOLERÂNCIA A LÁCTEOS

Caroline Maranhão

2022

Resumo

Alergia e intolerância ao leite tem sido um assunto muito abordado tanto na comunidade científica como nos meios de comunicação, tais como televisão, redes sociais e sites. Essas patologias em específico podem atingir qualquer indivíduo da população independente de sexo ou faixa etária. Mesmo sendo um assunto amplamente abordado, muitas pessoas, até mesmo as que sofrem por tais patologias não sabem diferencia-las, apresentando diversas dúvidas que serão sanadas nesse pequeno artigo.

Palavras-chaves: Leite, alergia; lactose; lactase; intolerância; lácteos.

Abstract

Allergy and intolerance to milk has been a subject much discussed both in the scientific community and in the media, such as television, social networks and websites. These specific pathologies can affect any individual in the population regardless of sex or age group. Even though it is a widely discussed subject, many people, even those who suffer from such pathologies do not know how to differentiate them, presenting several doubts that will be resolved in this small article.

Keywords: Milk, allergy; lactose; lactase; intolerance; dairy.

Introdução

Alergia e intolerância ao leite tem sido um assunto bastante abordado tanto na comunidade científica como nos meios de comunicação, tais como televisão, redes sociais e sites na área de saúde e alimentos. Essas patologias

em específico podem atingir qualquer indivíduo da população independente de sua faixa etária.

Mesmo sendo disfunções comuns, as pessoas com esses quadros muitas vezes apresentam dificuldades em compreender e diferenciar essas duas formas de distúrbio, uma vez que ambas se encontram associadas ao consumo de produtos lácteos.

Desenvolvimento

A intolerância a lactose manifesta-se no indivíduo em função da ausência/deficiência do organismo em produzir a enzima β -galactosidase (lactase), que tem como função hidrolisar o açúcar lactose e converte-lo em glicose e galactose.

Com a ausência da lactase, o açúcar do leite não pode ser hidrolisado, assim o organismo não consegue realizar a quebra deste carboidrato, causando diversos sintomas, tais como, dores abdominais, diarreia, gases, inchaço na região abdominal e enjoos.

Esta deficiência pode ser caracterizada de três formas distintas, intolerância primária, secundária e congênita. A intolerância primária, também conhecida como “lactose não persistente” é a forma de intolerância mais comum. Esta surge com o avanço de idade do indivíduo, devido a redução da produção da enzima, podendo até mesmo deixar de existir.

A segunda forma é a intolerância secundária, o indivíduo apresenta alguma doença intestinal que atinge a borda em escova do intestino delgado, onde a enzima lactase encontra-se ligada, fazendo com que a produção/liberação da enzima seja cessada, impossibilitando a hidrólise da lactose.

A terceira forma, intolerância congênita, trata-se da forma mais rara da doença, a mesma vem a ser hereditária, essa deficiência está presente no gene do indivíduo e nesses casos o mesmo já nasce sem a produção da enzima, tratando-se de uma disfunção irreversível.

A alergia ao leite, ao contrário da intolerância, encontra-se relacionada às proteínas presentes no leite (α -lactoalbumina e β -lactoglobulina), sendo muito associada a crianças e tem como característica ser não persistente, sendo pouco relatada em indivíduos adultos.

A causa dessa alergia pode manifesta-se por diversas maneiras, tais como, predisposição genética, cuidados excessivos em relação à higiene, pouco contato com agentes infecciosos, tornando-se pouco imune a contatos externos e até mesmo mudanças bruscas na dieta.

Conclusão

Intolerância e alergia a lácteos são disfunções que mesmo estando presente podem possibilitar aos indivíduos uma vida normal e saudável, desde que evite alimentos que possuam açúcar ou proteínas do leite.

Com o avanço da tecnologia pelas indústrias alimentícias e farmacêuticas, os consumidores podem consumir basicamente todos os produtos à base de leite, sendo que hoje em dia as fabricas conseguem separar essas substancias presente nos lactes, permitindo ao consumidor ingerir produtos à base do mesmo sem sofrer danos à saúde, além de encontrar a enzima lactase (sintética) em drogarias, sendo assim, tendo a oportunidade de ingerir até mesmo produtos contendo lactose sem medo.

Referências

ANDRÉ CASTAGNA WORTMANN.; Análise molecular dos polimorfismos associados à hipolactasia primária do tipo adulto em dispépticos funcionais e controles assintomáticos. **Programa de Pós-Graduação Ciências em Gastroenterologia e Hepatologia da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul para obtenção de título de Doutor**. Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. p. 10-84. 2014.

BEM, F.J.; FORNARI, J.V.; FERRAZ, R.R.N.; BERNABE, A.S.; LEONARDO, M.J.; ARÇARI, D.P. Comparação entre métodos de diagnósticos tradicionais com teste genético para detecção de intolerância a lactose. **Revista saúde em foco**. São Paulo, Brasil. v.4, p 1-5. 2013.

BRASIL. Lei nº 136, 8 de fevereiro de 2017. **Agencia Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA)**, Brasil, Ministério da Saúde – MS.8 de fevereiro. 2017.

Disponível

em:

<http://www.saude.rj.gov.br/comum/code/MostrarArquivo.php?C=NzQ5MA%2C%2C>

MATHIÚS, L.A.; MONTANHOLI, C.H.S.; OLIVEIRA, L.C.N.; BERNARDES, D.N.A.; HERNANDEZ, F.M.O. Aspectos atuais da intolerância a lactose. **Revista odontológica de Araçatuba**. São Paulo. V.37, p 46-52, 2016.

PEREIRA, M. C. S.; BRUMANO, L. P. ; KAMIYAMA, C. M. ; PEREIRA, J. P. F. ; RODARTE, M. P. ; PINTO, M. A. O. Lácteos com baixo teor de lactose: uma necessidade para portadores de má digestão da lactose e um nicho de mercado. **Revista do Instituto de Laticínios Cândido Tostes** , v. 67, p. 57-65, n.389, 2012.