



## INTOLERÂNCIA A LACTOSE E ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE: O PAPEL DO NUTRICIONISTA

Érica Cristina de Souza Araújo (IESP)  
Alessandra Christiane Moura Farias (IESP)  
[ericaaraujo136@gmail.com](mailto:ericaaraujo136@gmail.com)  
Giselle Medeiros da Costa One (IESP)  
[gisellemedeiroscs@gmail.com](mailto:gisellemedeiroscs@gmail.com)

### RESUMO

A intolerância a lactose pode ser descrita como uma afecção que acomete a mucosa intestinal, causando a incapacidade de digerir a lactose devido a deficiência de uma enzima chamada de lactase, sendo esta enzima responsável pela hidrólise da lactose em glicose e galactose. Objetivou-se analisar o papel do nutricionista na intolerância a lactose e alergia a proteína do leite. É uma patologia que compõe um ou mais sintomas como: dor abdominal, diarreia, náuseas, flatulências e/ou distensão abdominal após a ingestão de lactose, ou de produtos alimentícios que contenham lactose. A intolerância a lactose pode ser classificada como primária, quando há uma anormalidade intrínseca na enzima; ou secundária, quando ocorre um dano na mucosa intestinal com consequente falta da mesma. A alergia a proteína do leite da vaca é uma reação de hipersensibilidade que o organismo reage ao entrar em contato com essa proteína, onde ocorre reações do mecanismo imunológico, podendo incluir reações mediadas pela imunoglobulina e IgE, ou não. Foi realizado levantamento bibliográfico com artigos científicos, Scielo, com os seguintes descritores: Intolerância alimentar. Alergia. Leite de vaca. A alergia a proteína ao leite da vaca é predominante na infância e os sinais e sintomas são difíceis de se observar, entre eles sinais gastrointestinais e cutâneos, o aleitamento materno pode prevenir seu desenvolvimento entre o uso de formulas hipoalérgicas. O principal objetivo entre os cuidados relacionados a essas duas patologias é evitar o desencadeamento dos sinais e sintomas que favorecem o desenvolvimento e a gravidade da reação que o leite pode vir causar, possibilitando a criança um desenvolvimento e crescimento adequado. Conclui-se que é necessário analisar a particularidade individual de cada pessoa, para promover uma disponibilidade de uma ingestão adequada de nutrientes que proporcionam uma disponibilidade de macro e micronutrientes necessários ao bom desenvolvimento e crescimento do indivíduo.

**Palavras-Chaves:** Alergia. Intolerância a lactose. Nutricionista