

O que é Intolerância à Lactose?

- ✓ Não é Alergia Alimentar
- ✓ Não é Alergia à Proteína do Leite (APLV)

É uma “indisposição” ao AÇÚCAR DO LEITE (LACTOSE), decorrente da diminuição ou ausência da lactase, enzima que a digere.

Ilustração: Josué Bitencourt (Josuko)



Causas:

- ✓ Doenças Pré-existentes (Chron, doença Celíaca, Colite / Enteropatia);
- ✓ Quadro Prolongado de diarreia por virose ou intoxicação alimentar;
- ✓ Reação adversa à medicamentos;
- ✓ Avançar da Idade

Sintomas

- Má Digestão
- Gases
- Diarreia logo após ingestão
- Assadura
- Distensão e dor abdominal



Tratamento

- Substituição do leite por similar com baixa lactose
- Substituição por produtos à base de soja
- Cápsulas de lactase