

# INTOLERÂNCIA À LACTOSE E ALERGIA A PROTEÍNAS DO LEITE: BUSCA DESORIENTADA E ACESSO FACILITADO A INFORMAÇÕES MAL-FUNDAMENTADAS, AUTODIAGNÓSTICO E TRATAMENTO EQUIVOCADOS

II Congresso Brasileiro Online de Nutrição, Saúde e Bem-estar, 2<sup>a</sup> edição, de 26/07/2021 a 29/07/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-89908-44-9

**PARDO; Renata Bonini<sup>1</sup>, MACHADO; Flávia Maria Vasques Farinazzi<sup>2</sup>, RUIZ; Laisa Cristiana Gonçalves<sup>3</sup>, RUIZ; Cauê Vicentini<sup>4</sup>, PAULA; Henrique Queiroz<sup>5</sup>, MATSUDA; Mariana Tomoko Gohara<sup>6</sup>**

## RESUMO

Alergias e Intolerâncias alimentares caracterizam-se por reações distintas à ingestão de alimentos ou aditivos alimentares de qualquer natureza. Em particular, a carência de discernimento adequado entre os termos Alergia às Proteínas do Leite de vaca (APLV) e Intolerância à Lactose (IL) tem aumentado a frequência de diagnósticos incoerentes diante das manifestações de sintomas e desconfortos que se seguem à ingestão do leite, resultando na falta de orientação e tratamento adequados por parte de alguns profissionais da saúde. Não bastando tais limitações, há também a prática frequente de autodiagnóstico com base em informações incompletas e/ou equivocadas, veiculadas pelas mídias digitais. Como tema de Saúde Pública e considerando as consequências sanitárias de tratamentos arruinados dos quadros de APLV e de IL, assim como a exclusão, muitas vezes desnecessária, de leite e derivados do cardápio humano, o objetivo deste estudo foi delinear a associação que um grupo de entrevistados estabeleceu entre sintomas, autodiagnóstico e adoção de medidas para preveni-los, bem como investigar sobre a origem das informações que usaram para sustentar suas decisões. Estudo, de caráter quantitativo e observacional, teve início após aprovações pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Fatec Marília (pareceres nº 4.358.890 e 4.323.180). Os dados foram coletados usando questionário investigativo (múltipla escolha e discursivo), elaborado como formulário online compartilhado por meio de redes sociais, e-mail, grupos de conversa e grupos escolares, alcançando respondentes de variadas idades e condições socioeconômico-culturais. No ato do envio, a cada destinatário foi apresentado Termos de Consentimento Livre e Esclarecido e de Assentimento, tanto assegurando o caráter voluntário, anonimato da pesquisa e os direitos do participante, quanto informando-os sobre seus aspectos gerais e finalidade. Participaram da pesquisa 418 respondentes de ambos os gêneros, com idade média de  $36,03 \pm 11,03$  anos. O estudo identificou que 27,51% (115) dos sujeitos participantes relataram sentir desconfortos intestinais e sintomas adversos ao consumir leite, fatos que foram apresentados como justificativas para que 38,26% (44) deixassem de consumi-lo e também seus derivados. Quanto aos sintomas, a grande maioria (80%) relatou que estes surgem entre alguns minutos ou até 2-3 horas após a ingestão, sendo aproximadamente 14% aqueles que afirmaram usar medicamentos ao perceberem sua ocorrência, em especial a enzima lactase. Entre os participantes com sintomas, 52,17% (60) autodeclararam-se Intolerantes à Lactose e 7,83% (9) Alérgicos ao Leite, sendo a agressividade de ambos quadros considerada baixa para a maioria do total de respondentes (59,4%). Ainda que 40% sentissem os desconfortos, estes optaram por não se enquadrarem em nenhuma dessas categorias. Observando os parâmetros utilizados para tais diagnósticos encontrou-se que 62,41% preferiram apoiar-se em “leitura de artigos em blogs de saúde ou visualização de vídeos ou palestras” (52,17%); “orientação de amigos e familiares” (5,9%) ou “troca de informações em grupos de discussão ou redes sociais” (4,34%). Apenas 37,68% comprovaram tais distúrbios por meio de “consultas e exames médicos”. Desta forma, percebe-se que o autodiagnóstico e a busca por informações não fundamentadas tendem a ser decisivas no planejamento alimentar de indivíduos acarretando escolhas restritivas que podem comprometer o

<sup>1</sup> Médica Veterinária Professora Doutora - Disciplina Tecnologia de Leite e Derivados FATEC Marília, rbpardoc@gmail.com

<sup>2</sup> Nutricionista Professora Doutora - Disciplina Fundamentos de Nutrição e Dietética FATEC Marília, farinazzimachado@hotmail.com

<sup>3</sup> Estudante Desenvolvimento de Sistemas Integrado ao Ensino Médio - ETEC Antônio Devisate Marília, laisa.ruiz@etec.sp.gov.br

<sup>4</sup> Estudante Desenvolvimento de Sistemas Integrado ao Ensino Médio - ETEC Antônio Devisate Marília, rbpardofatecoutros@gmail.com

<sup>5</sup> Estudante Desenvolvimento de Sistemas Integrado ao Ensino Médio - ETEC Antônio Devisate Marília, rbpardofatecoutros@gmail.com

<sup>6</sup> Estudante Administração Integrado ao Ensino Médio - ETEC Paulo Guerreiro Franco, rbpardofatecoutros@gmail.com

equilíbrio nutricional a longo prazo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alérgicos, Derivados Lácteos, Intolerantes

<sup>1</sup> Médica Veterinária Professora Doutora - Disciplina Tecnologia de Leite e Derivados FATEC Marília, rbpardoc@gmail.com  
<sup>2</sup> Nutricionista Professora Doutora - Disciplina Fundamentos de Nutrição e Dietética FATEC Marília, farinazzimachado@hotmail.com  
<sup>3</sup> Estudante Desenvolvimento de Sistemas Integrado ao Ensino Médio - ETEC Antônio Devisate Marília, laisa.ruiz@etec.sp.gov.br  
<sup>4</sup> Estudante Desenvolvimento de Sistemas Integrado ao Ensino Médio - ETEC Antônio Devisate Marília, rbpardofatecoutros@gmail.com  
<sup>5</sup> Estudante Desenvolvimento de Sistemas Integrado ao Ensino Médio - ETEC Antônio Devisate Marília, rbpardofatecoutros@gmail.com  
<sup>6</sup> Estudante Administração Integrado ao Ensino Médio - ETEC Paulo Guerreiro Franco, rbpardofatecoutros@gmail.com