

Especialistas explicam as diferenças entre as duas condições, que, juntas, atingem até 75% da população mundial. Também esclarecem quais são os principais tratamentos e cuidados

POR AMANDA SILVA*

De acordo com o Instituto Datafolha, existem mais de 53 milhões de intolerantes à proteína do leite no Brasil e, ano após ano, essa quantidade aumenta. A intolerância à lactose é a incapacidade do corpo de digerir o carboidrato presente no leite e em seus derivados.

Daniela Louro, gastroenterologista da clínica Gastrocentro, explica que essa condição se desenvolve quando o paciente tem deficiência de uma enzima presente no intestino, a lactase. “Ela é responsável pela quebra da lactose em moléculas menores, como a glicose e a galactose, possibilitando sua absorção”, afirma.

Leandro Marques, nutrólogo do Hospital Águas Claras, frisa que a lactose é um tipo de “açúcar” presente no leite e nos produtos lácteos em geral. E algumas pessoas não conseguem digerir e absorver — parcial ou totalmente — esse açúcar no intestino. “Por isso, a lactose não absorvida sofre um processo de fermentação, causando os sintomas de intolerância”, conceitua.

O nutrólogo explica que não existe alergia à lactose, mas alergia à proteína presente no leite de vaca. “Diferentemente da intolerância à lactose, que é um açúcar (um carboidrato), a alergia à proteína do leite de vaca (APLV) é uma reação alérgica do próprio organismo, do sistema imunológico à proteína do leite de vaca e derivados”, ressalta Leandro Marques.

É mais comum que crianças e bebês tenham APLV. Por isso, o diagnóstico costuma ser realizado ainda nessa fase. Para Daniela Louro, primeiro, a doença se manifesta com quadros alérgicos. “Esses sintomas, geralmente, são precoces, logo após a ingestão do leite. Alguns sinais podem ser mais tardios, aparecendo alguns dias após a ingestão do leite, como fezes com sangue, déficit de crescimento, alteração do ritmo intestinal e refluxo esofágico”, alerta a gastroenterologista.

Além dos sintomas alérgicos, Leandro ressalta outra reação do organismo: “Os sintomas da APLV podem aparecer não apenas pela ingestão do leite, mas também pelo contato ou cheiro do alimento”.

*Estagiária sob a supervisão de Sibele Negromonte

Intolerância

DIFERENÇAS ENTRE AS DUAS CONDIÇÕES

- O nutrólogo Leandro Marques explica que, na intolerância à lactose, o organismo não produz uma enzima que se chama lactase, a qual é responsável pela digestão da lactose. “Já a APLV é uma reação do sistema imunológico contra a proteína do leite de vaca.”
- A intolerância à lactose e a alergia à proteína do leite de vaca são usados com frequência como sinônimos, mas são condições diferentes. A gastroenterologista Daniela Louro conta que a pessoa com APLV tem uma reação adversa à proteína do leite. “O que desencadeia fenômenos imunológicos no organismo”, adverte.
- A intolerância é uma deficiência à enzima lactase no intestino. Por isso, o organismo não consegue absorver a proteína.
- Na APLV, especificamente, além de não comer nenhum item com leite ou derivados, Leandro recomenda não compartilhar itens pessoais, como talheres, copos e pratos.
- Ao sentir algum dos sintomas, o mais recomendado é procurar um profissional. Para crianças, a melhor opção para o diagnóstico são os pediatras. Já para os adultos, é recomendado se consultar com um gastroenterologista ou nutrólogo.

