



III MOSTRA IFTEC
CIÊNCIA E TECNOLOGIA
26 e 27 de Setembro de 2014



Ciência da Saúde

Ensino Médio-Técnico

Intolerância a lactose

Marielen Casagrande, Raquel Isoton Pistorello, Bernadete Bisi*.

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul - Campus Caxias do Sul

A intolerância a lactose é uma doença com pouca divulgação e conseqüentemente com diagnóstico tardio. Nesses últimos anos a porcentagem de pessoas que tem esse sintoma desagradável vem aumentando de 10 a 15%, uma porcentagem alta para o número de pessoas, atingindo principalmente crianças. Parece simples, mas esses sintomas incomodam e afetam a vida social da pessoa, se ela não se tratar. Segundo dados brasileiros, 70% dos adultos têm algum desses sintomas após consumir leite de vaca ou derivados. Em países como Japão e alguns do continente africano, praticamente todos os habitantes com mais de 80 anos têm algum grau de intolerância. Vamos pesquisar diagnóstico, opções de leite e derivados para intolerantes, alimentos sem lactose e importância do cálcio através de artigos publicados, sites, livros e outras bibliografias que surgirem com o assunto. Para complementar, iremos elaborar um questionário para pessoas com intolerância a lactose e outro para pessoas que não tem e verificar a porcentagem dos portadores e dos não portadores. Iremos fazer uma discussão sobre os dados das pesquisas. Com todos os dados coletados faremos a conclusão com orientação e sugestões de alimentos que deveram ser consumidos para aliviar os sintomas das pessoas portadoras da Intolerância a lactose.

Palavras-chave: Intolerância. Lactose. Alimentação.

* Orientador