

# O DESENVOLVIMENTO DE INTOLERÂNCIA À LACTOSE COM O ENVELHECIMENTO E SUAS COMPLICAÇÕES EXTRAINTESTINAIS EM IDOSOS DE BAIXA RENDA

Nicole Coelho (Acadêmica do Curso de Medicina na FCMPB)  
Carlos Cruz (Acadêmico do Curso de Medicina pela FCMPB)  
Ellen Rocha (Acadêmica do Curso de Medicina pela FCMPB)  
Luiz Rego (Acadêmico do Curso de Medicina pela FCMPB)  
Pedro de Jesus (Acadêmico do Curso de Medicina pela FCMPB)  
Núbia Kelly (Orientadora)

Email: nicolecoelhoncs@gmail.com, carloscruz991107@gmail.com, ellenrocha95@gmail.com, luizzrego@outlook.com, hpedroo26@gmail.com e nubia.ribeiro@cienciasmedicas.com.br

## 1. INTRODUÇÃO

A enzima lactase é a responsável por hidrolisar a lactose e permitir a absorção desse carboidrato no corpo humano. Entretanto, após a infância há uma drástica redução na produção dessa enzima, o que pode levar a um quadro de intolerância à lactose associado ao envelhecimento. A não ingestão de leite e seus derivados ao invés de suplementação de lactase causa implicações, principalmente na saúde de indivíduos senescentes, tendo em vista as adversidades já características da terceira idade. O presente trabalho objetiva discorrer sobre as complicações extraintestinais do desenvolvimento de intolerância à lactose em decorrência do envelhecimento humano.

## 2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura realizada no mês de agosto de 2023 nas bases de dados SciElo, Medline, Lilacs, WPRO e PubMed. A estratégia de busca utilizou os descritores “intolerância à lactose” e “envelhecimento” intercalados pelo operador booleano “AND”. Ao todo, quatro artigos participaram da construção dos resultados e discussão.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Fatores epigenéticos estão envolvidos na regulação dos genes da lactase humana, explicando os diferentes níveis de prevalência de intolerância à lactose no mundo. As implicações extraintestinais incluem redução da densidade óssea, decorrente da menor absorção de cálcio, pois leite e seus derivados são as fontes mais destacáveis desse mineral em grupos desfavorecidos economicamente.

Isso predispõe a fraturas, principalmente em idosos, visto que, juntamente com os intolerantes à lactose, eles representam grupo de risco para a deficiência de cálcio. Ademais, maior consumo de lactose foi significativamente associado com menores chances de depressão incidente, sugerindo que a falta desse carboidrato reduz o fator de proteção demonstrado.

## 4. CONCLUSÃO

Portanto, além dos sintomas clássicos relacionados à intolerância à lactose, outras consequências podem ser identificadas em idosos: prejuízos à saúde óssea, predispondo a fraturas, e quadros depressivos, levando à necessidade de adesão a medidas terapêuticas que não removam leite e seus derivados da dieta humana.

## 5. REFERÊNCIAS

- Beto, J. A. The Role of Calcium in Human Aging. *Clinical Nutrition research*, v. 4, n. 1, 2015. DOI: <https://doi.org/10.7762/cnr.2015.4.1.1> . Acesso em: 23 ago. 2023.
- Cornélio, A. C. O. et al. Intolerância à Lactose: Causas, Tratamentos e Avanços Farmacêuticos. *Revista Saúde em Foco, Teresina*, v. 9, n. 2, art. 4, p. 58-73, mai./ago.2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.12819/rsf.2022.9.2.4> . Acesso em: 20 ago. 2023.
- DANI, Renato; PASSOS, Maria do Carmo F. *Gastroenterologia Essencial*, 4ª edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, Grupo GEN, 2018. E-book. ISBN 978-85-277-1970-4. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/978-85-277-1970-4/> . Acesso em: 19 ago. 2023.
- Gangwisch, J. E. et al. High glycemic index diet as a risk factor for depression: analyses from the Women's Health Initiative. *The American Journal of Clinical Nutrition*, v. 102, n.2, p. 454-463, 2015. DOI: <https://doi.org/10.3945/ajcn.114.103846> . Acesso em: 22 ago. 2023.
- Hodges, J.K.; Cao, S.; Cladis, D.P.; Weaver, C.M. Lactose Intolerance and Bone Health: The Challenge of Ensuring Adequate Calcium Intake. *Nutrients* 2019, 11, 718. <https://doi.org/10.3390/nu11040718> . Acesso em: 22 ago. 2023
- Labriél, V. et al. Lactase nonpersistence is directed by DNA-variation dependent epigenetic aging. *Nature structural & molecular*, v. 23, n. 6, junho de 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1038/nsmb.3227> . Acesso em: 22 ago. 2023.