

A IMPORTÂNCIA DA ENZIMA LACTASE

Autor(res)

Camilla Oliveira
Rosimeire Da Silva
Livya Da Silva Rodrigues
Bianca Ferreira Dos Santos
Samara Santos De Oliveira

Categoria do Trabalho

1

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Resumo

A enzima lactase é fundamental na digestão da lactose (um açúcar presente no leite e seus derivados). A lactase é produzida naturalmente pelo organismo humano. Para que o organismo consiga absorver a lactose ela precisa ser quebrada em glicose e galactose.

Algumas pessoas apresentam deficiência de lactase, o organismo não produz quantidade suficiente dessa enzima para digerir normalmente a lactose, resultando em distúrbio conhecido como intolerância à lactose. Os sintomas podem ser: desconforto abdominal, gases, diarreia e inchaço após o consumo de produtos lácteos. Nesses casos, a suplementação com a enzima lactase ou o consumo de produtos industrializados sem lactose podem ser uma alternativa para o consumo de produtos lácteos sem dor ou desconforto.