

A IMPORTÂNCIA DA ENZIMA LACTASE

Autor(res)

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

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

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.