

ACÇÃO EDUCATIVA SOBRE INTOLERÂNCIA À LACTOSE E HIPERSENSIBILIDADE À PROTEÍNA DO LEITE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Geisiane Campos da Silva¹, Valdiany Dias Roberto², Joseph Wallace de Castro Silva³.

¹Colegiado de Biomedicina e Farmácia, Faculdade de Tecnologia e Ciências - UniFTC, Juazeiro-BA.

RESUMO

Introdução: As ações educativas na promoção de saúde torna-se necessária sobretudo porque assumem papel fundamental na disseminação de conceitos que proporcionem melhorias para o corpo social. A intolerância à lactose trata-se de uma deficiência ou ausência de uma enzima digestiva chamada lactase, provocando má digestão do leite e seus derivados. Já na hipersensibilidade à proteína do leite se caracteriza por uma resposta imunológica à ingestão do leite e seus laticínios, devido ao não reconhecimento das proteínas presente no mesmo. **Objetivo:** Relatar as experiências da ação educativa realizada com estudantes da área de saúde sobre a diferença entre IL e APLV. **Métodos:** para análise do nível de informação dos estudantes foram utilizados referenciais teóricos e jogo educativo confeccionado (banner, panfleto e tabuleiro) executado em duas datas por meio de uma ação educativa na faculdade. **Resultados:** houve a participação de 36 estudantes, destes, 31 são mulheres e 5 homens. Os participantes demonstraram não saber com clareza a diferença entre IL e APLV quanto aos seus conceitos, porém desconheciam as causas, as classificações, seus sintomas e riscos. **Considerações Finais:** Os objetivos iniciais foram atendidos e resultado alcançado foi surpreendente.

Palavras chave: Intolerância a lactose, hipersensibilidade à proteína do leite, ação educativa.

EDUCATIONAL ACTION ON LACTOSE INTOLERANCE AND MILK PROTEIN HYPERSENSITIVITY: AN EXPERIENCE REPORT

ABSTRACT

Introduction: Educational actions in health promotion become necessary mainly because they play a fundamental role in the dissemination of concepts that provide improvements for the social body. Lactose intolerance is a deficiency or absence of a digestive enzyme called lactase, causing poor digestion of milk and its derivatives. In the case of hypersensitivity to milk protein, it is characterized by an immune response to the ingestion of milk and its dairy products, due to the non-recognition of the proteins present in it. **Objective:** To report the experiences of the educational action carried out with students in the health area on the difference between IL and APLV. **Methods:** theoretical frameworks and an educational game (banner, pamphlet and board) were used to analyze the students' level of information. **Results:** 36 students participated, of these, 31 are women and 5 men. Participants demonstrated that they did not clearly know the difference between IL and CMPA in terms of their concepts, but were unaware of the causes, classifications, symptoms and risks. **Final Considerations:** The initial objectives were met and the result achieved was surprising.

Keywords: Lactose intolerance; hypersensitivity to milk protein; educational actions.

1 INTRODUÇÃO

As ações voltadas para a promoção de saúde com qualidade estão ligadas à ideia de educação. Isso porque a escola assume papel fundamental na disseminação de conceitos que proporcionem melhorias para o corpo social. Desse modo, há consenso sobre o importante papel das ações de promoção de saúde e educação em saúde desenvolvidas nas escolas, com o intuito de garantir a formação integral dos alunos (GAVIDIA, 2003).

Assim, é pertinente observar que as ações em saúde surgiram no ano de 1909, nos Estados Unidos, sendo caracterizada como uma estratégia prática de prevenção às doenças. Atualmente, constitui uma rotina voltada ao cuidado e prevenção, por meio de diversas técnicas. Dessa forma, as ações em saúde visam desenvolver conhecimentos ainda desconhecidos por um determinado grupo, e cabe ao educador a sensibilidade e destreza com assuntos tratados a fim de contribuir para o desenvolvimento dos profissionais (GUIMARÃES et al.2016).

A educação em saúde é necessária para a prevenção de doenças e promoção da saúde. Assim, o conhecimento, cientificamente produzido nessa área pode ser transmitido pelos profissionais ou futuros formandos e/ou as pessoas comuns, atingindo, efetivamente, seu cotidiano (Medeiros, 2021)

Geralmente, as discussões voltadas à diferença de Intolerância à Lactose (IL) e hipersensibilidade à proteína do leite ainda são carentes de aprofundamento conceitual, pois apresentam sinais e sintomas semelhantes, porém mecanismos e manifestações metabólicas diferentes. Os problemas de saúde devem ser prevenidos por meio discussão de temáticas relevantes para a sociedade de modo que haja uma melhor adesão de futuros formandos à inclusão do assunto na prática (ALVES et al, 2011).

Diante deste cenário, torna-se necessário valorizar ações voltadas à educação em saúde sobre os conceitos de Intolerância à Lactose e Alergia à Proteína do Leite da Vaca. É válido elucidar, portanto, que lactose é um dissacarídeo presente em leite de mamíferos e oferece efeitos benéficos ao organismo humano, pois é nomeada como facilitadora de absorção de nutrientes, bem como, o desenvolvimento da microflora intestinal. A sua absorção requer a atividade da enzima lactase, que está presente nas vilosidades intestinais promovendo assim a hidrólise (quebra) da lactose em glicose e galactose (FALCÃO; MANSILHA , 2016).

O surgimento da Intolerância à Lactose (IL) se dá pela má absorção desse açúcar pela enzima lactase, isso acontece por um desequilíbrio entre a quantidade ingerida e a capacidade de hidrólise da enzima, ou seja, os níveis da atividade enzimática da lactase intestinal do indivíduo é diminuído, provocando o que é nomeado intolerância. Suas principais manifestações clínicas são: dor abdominal, diarreia, náuseas e flatulência, após ingestão de alimentos contendo essa substância (FALCÃO; MANSILHA, 2016).

A IL é normalmente diagnosticada quando se nota a deficiência de lactase por base nos sintomas gastrointestinais que aparecem após o consumo de produtos que possuem lactose em sua composição, com teste para níveis anormais de hidrogênio na respiração e um teste de tolerância à lactose anormal. Nesses pacientes deve ser retirado toda ou parcialmente os produtos que possuem essa substância, observando a tolerância individual, é recomendado inicialmente leites com baixo teor de lactose ou fórmulas de soja (SAMPAIO; SOUZA, 2017).

Assim, enquanto a Intolerância à lactose (IL) é reflexo da má digestão da lactose, que é o açúcar do leite, outros indivíduos desenvolvem, no entanto, Alergia à Proteína do Leite de Vaca (APLV), que é uma reação do sistema imunológico às proteínas do leite, principalmente à caseína, à beta-lactoglobulina e à alfa-lactoalbumina.

Desse modo, a alergia alimentar atinge o sistema imunológico mediada ou não por imunoglobulina (IgE), desencadeando mecanismos de ação contra o antígeno causador, gerando sinais e sintomas após a ingestão do alimento. Nessa situação em especial, o agente causador é encontrado principalmente no leite e seus derivados. (GASPARIN; TELES; ARAÚJO, 2010)

De acordo com Gasparin *et al* (2010), o agente responsável por toda essa reação são proteínas do leite de vaca, tais como a caseína, lactoglobulina, lactoalbumina, soroalbumina, imunoglobulinas. Embora sejam alimentos construtores e o organismo tenha a capacidade de digeri-las, as proteínas do leite, por vezes, não são reconhecidas pelo sistema imune, provocando assim o desenvolvimento de alergias. Tal situação passa, então, a ser diagnosticada como alergia à proteína do leite de vaca, acarretando a necessidade de terapia nutricional.

Essa disfunção é comum na infância e, nessa faixa, os sintomas são difíceis de serem identificados. Quando surgem, os mais comuns são gastrointestinais e sinais

cutâneos. O aleitamento materno até o sexto mês é um grande fator de prevenção e/ou o desenvolvimento do uso de fórmulas hipoalergênicas (ARAÚJO et al., 2021).

Em idade adulta, as manifestações clínicas partem da hipersensibilidade intestinal imediata após o consumo dessa proteína que poderá gerar no paciente náuseas, vômitos, dores abdominais e diarreia, causando uma perda da capacidade de desenvolver o ganho de peso nutricional, decorrente de uma má digestão de nutrientes o quadro pode elevar para desnutrição. Em alguns pacientes, as manifestações podem ser mais graves e percebidas como urticária, prurido, angioedema, alergia oral entre outros (GASPARIN et al, 2010).

Dessa forma, fica nítido que ambas as patologias possuem o mesmo método de prevenção de sintomas: a suspensão do consumo de produtos lácteos. Cabe destacar, no entanto, que para a IL, atualmente, existem meios para melhorar a deglutição da lactose, com o consumo de enzimas digestivas que possuem como composto a lactase. A falta de uma correta distinção entre os termos intolerância e alergia é comum, sobretudo entre os profissionais da área de saúde que são responsáveis pelo tratamento de ambas as patologias (COROZOLLA; RODRIGUES, 2016).

Diante desse cenário, vê-se que um dos espaços que detém contexto privilegiado para desenvolvimento de práticas educativas são as instituições de ensino superior, por abrigar amplas possibilidades de iniciativas como atividades de educação e promoção da saúde. Isso porque o ambiente acadêmico busca desenvolver sujeitos capazes de transformar a sociedade em que está inserido, por exercer uma grande influência nas etapas formativas desses sujeitos e, conseqüentemente, também sobre suas famílias e futuros pacientes (CASEMIRO; FONSECA; SECCO, 2014).

Nessa perspectiva, esse trabalho tem por objetivo expor informações em formato de ação educativa no intuito de perceber o nível de conhecimento dos estudantes de diversos cursos da área de saúde, em instituição privada de ensino superior, a fim de identificar o grau de informações obtidas sobre o tema abordado, destacando pontos importantes a serem discutidos para que, como futuros profissionais de saúde, saibam lidar com tais disfunções alimentares evitando erro no diagnóstico.

2 METODOLOGIA

O presente estudo se caracteriza como um relato de experiência que apresenta a descrição das atividades desenvolvidas em uma ação educativa em um contexto multidisciplinar. É por meio da análise dos resultados apresentados que realidades podem ser conhecidas e, muitas vezes, modificadas para melhor (Pellegrini, 1996).

A escolha desse tema partiu de critérios subjetivos e por não ser um assunto presente na literatura no formato de ação educativa. Percebe-se a relevância do tema ao identificar que a falta de conhecimento dos futuros profissionais sobre a IL e a APLV e os fatores que podem causar desnutrição ou outros problemas maiores de saúde.

Para a realização da ação, foi confeccionado material educativo de caráter lúdico e com recursos para apresentação da temática, visando alcançar discentes dos cursos de graduação matriculados na IES. O material foi produzido após levantamento bibliográfico, realizado nas bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), PubMed e Scopus, com o intuito de identificar artigos que fundamentassem a construção do material de exposição e atividades lúdicas (Banner expositivo, Panfleto Informativo e Jogo em formato de tabuleiro).

Após o levantamento de informações necessárias para definição estratégica do local adequado para realização da atividade educativa com os educandos da IES, ficou definido que a recepção seria um local estratégico por apresentar maior fluxo de possíveis participantes.

O início da atividade se deu por meio da apresentação, no formato de palestra, sobre o tema com um momento explicativo para levantamento dos pontos principais sobre o conceito do que é a IL e a APLV, quais os sintomas e seus riscos para a saúde.

Após essa etapa, foram selecionadas duplas de forma espontânea entre os presentes para participar da dinâmica lúdica com o tabuleiro. Para o início do jogo foi apresentado o tabuleiro organizado em 15 números intercalados com imagens. As perguntas estavam planejadas em grau intermediário ou mais avançado. Para se locomover no jogo o dado era arremessado e o número sorteado era a quantidade de

casas a se andar quando houvesse um erro na resposta o mesmo número seria o subtraído.

A ação foi desenvolvida por acadêmicas do curso de Farmácia de uma Instituição de Ensino Superior (IES), localizada no norte da Bahia e desenvolvida com discentes dos cursos de Fisioterapia, Farmácia, Odontologia, Nutrição e Enfermagem entre os dias 03 e 06 de maio de 2022.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir das discussões e experiências científicas vivenciadas em sala de aula a respeito da importância em saber os aspectos patológicos que podem afetar diretamente a vida de pacientes, tornou-se pertinente criar a ação educativa para aprofundar o conhecimento dos alunos nos cursos de saúde já citados anteriormente acerca das diferenças entre intolerância à lactose e hipersensibilidade à proteína do leite.

Como já visto nas referências citadas, poucas décadas atrás a educação em saúde era utilizada para eliminar ou diminuir a ignorância da população sobre as causas biológicas das doenças, desconsiderando-se por completo as culturas das populações ou dos grupos populacionais trabalhados. Assim, as ações educativas limitavam-se às questões de higiene e conscientização sanitária, assumindo, predominantemente, um caráter individualista, autoritário e assistencialista (ALVES, 1993).

A fundamentação das ideias, a partir do referencial teórico, permitiu que a problematização sobre esse assunto fosse possível para esclarecer tais distinções conceituais para os futuros profissionais de saúde. Isso, pois, a educação popular situa-se dentro das teorias sociais, uma vez que acredita que a educação pode contribuir para a transformação social, desempenhando papel fundamental na reconstrução da sociedade (BERTRAND, 2001).

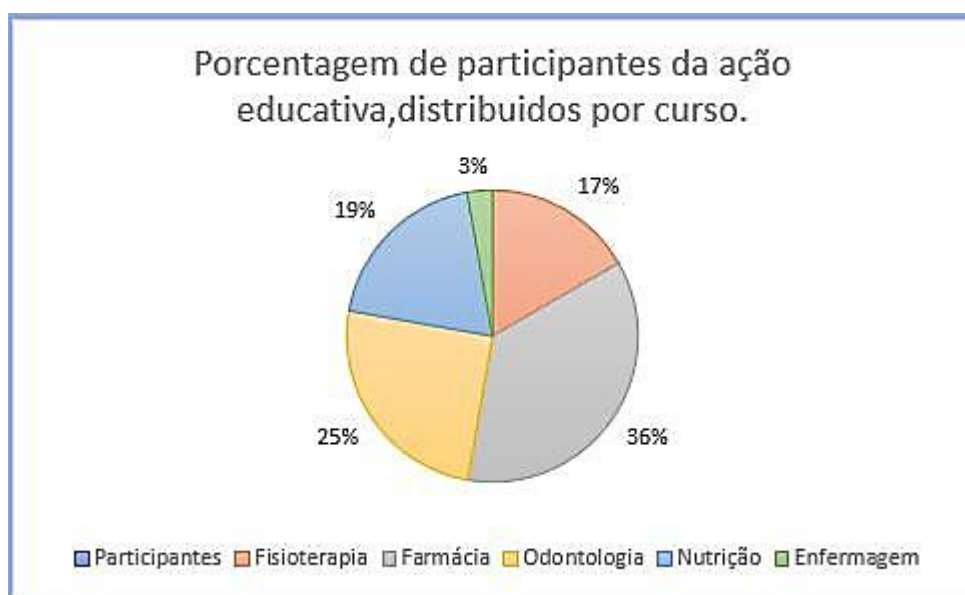
Desse modo, a ação foi pensada de maneira que a educação em saúde ultrapassasse a barreira de meramente responsabilizar os indivíduos pelos seus problemas de saúde; ou que pudesse ampliar a transmissão do conhecimento e a domesticação da população, de modo a seguir as regras impostas pelos trabalhadores

da saúde e pelos grupos dominantes, fazendo com que a população em geral possa ser mais ativa na promoção de saúde (BRASIL, 1996).

Após autorização por parte da instituição para a realização da ação educativa, optou-se pela realização da mesma na recepção da IES, no período noturno, tendo em vista se tratar de um ambiente de considerável fluxo de discentes. A ação foi realizada em dois momentos (duas noites), a fim de alcançar maior quantidade de participantes.

A partir disso, dois dias foram selecionados para o desenvolvimento das atividades (03 e 06 de maio de 2022), intitulada “Ação Educativa em Saúde”. Mesmo com o formato de aulas predominantemente híbrido, foi possível alcançar uma quantidade significativa de participantes. Foi contabilizado (via assinatura de lista de participação) a participação de aproximadamente 40 discentes na ação educativa realizada, sendo eles dos cursos de fisioterapia, farmácia, odontologia, nutrição e enfermagem, contribuíram com a pesquisa como listado na figura 1.

Figura 1 – Quantidade de participantes por curso



Pode-se perceber que o tema definido para a exposição apresenta extrema relevância social devido à sua complexidade e baixo conhecimento por parte da população em geral sobre o assunto, incluindo acadêmicos dos cursos de saúde, que por vezes não possuem espaços de discussões sobre a temática. Além disso, sabe-se que no Brasil não existem registros oficiais do número de pessoas que apresentam diagnóstico para IL e APLV. Segundo a Associação Brasileira de Alergia e Imunologia

(ASBAI), “a prevalência parece se assemelhar à literatura internacional, que mostra cerca de 8% das crianças com até dois anos de idade e 2% dos adultos sofrendo algum tipo de alergia alimentar”. Até o momento, não há grandes estudos nacionais ou regionais que tenham avaliado com clareza a prevalência de alergia alimentar (BOYE, 2012).

Assim, essa carência de pesquisas específicas podem colaborar para a desinformação da população acerca dessas disfunções alimentares. Desse modo, surgiu a necessidade de personalizar o material utilizado nesta pesquisa, a fim de que pudesse ser específico para a situação de sondagem entre os participantes.

O material utilizado (Banner, tapete e panfleto) foi confeccionado pelas pesquisadoras a partir da coleta de dados de bases acadêmicas como Pubmed, Scielo, BVS (Biblioteca virtual de saúde) e revistas. Ao iniciar a ação, informações introdutórias foram repassadas aos participantes da ação educativa visando um nívelamento inicial sobre o assunto abordado. Nessa abordagem inicial, foi possível observar que alguns discentes não sabiam as diferenças entre IL e APLV, confirmando assim a relevância de tal abordagem dentro da instituição, promovendo formação complementar aos futuros profissionais da área de saúde.

Nos encontros, os alunos foram questionados sobre o conhecimento a respeito da IL e da APLV e, em seguida, foi apresentado um breve resumo do que se tratavam as disfunções. O intuito aqui foi perceber o nível de conhecimento prévio dos voluntários sobre o tema.

Após a exposição inicial, foram distribuídos panfletos informativos acerca das diferenças entre IL e APLV, que abordavam informações como: reações, diagnósticos e diferenças principais entre hipersensibilidade à proteína do leite e intolerância à lactose. Além disso, no banner exposto na recepção da IES (ver imagem 1), mostrava informações adicionais sobre as características principais da IL e APLV. Foi possível observar um grande interesse por parte dos estudantes, que de forma descontraída participavam fazendo perguntas sobre o tema e relatando casos vivenciados em diversos ambientes.

Com a exposição do tema, dúvidas sanadas e material informativo distribuído, os participantes eram desafiados a participar do jogo do tabuleiro que foi confeccionado com base no levantamento bibliográfico realizado. Organizados em duplas, os participantes deveriam competir avançando nas etapas para chegar ao final

do tabuleiro jogando o dado para sortear a casa em que responderiam perguntas específicas sobre a temática. Foi possível observar que a participação dos discentes no jogo de tabuleiro ajudou na consolidação das informações repassadas durante a exposição.

Durante o jogo, as duplas se formaram aleatoriamente, de acordo com o desejo dos participantes. O tabuleiro foi organizado em 15 números. Nas casas com imagens, as perguntas, de grau intermediário, poderiam estar relacionadas a um dos dois temas; já nas casas com numeração, era necessário ler a pergunta da carta correspondente. Estas, possuíam grau mais avançado no nível dos questionamentos. Para se locomover no tabuleiro, jogava-se o dado e o número sorteado era a quantidade de casas a avançar. Quando houvesse um erro na resposta, o mesmo número seria a quantidade de casas a retornar. Para estimular a participação, o discente que completasse o jogo primeiro, era premiado com doces caseiros e sem lactose na formulação.

Figura 1 – Tabuleiro educativo



Ao serem questionados no jogo, observou-se que alguns participantes respondiam com propriedade as questões, demonstrando certo domínio do conteúdo analisado. Outros, no entanto, por não saberem a resposta correta, respondiam aleatoriamente à questão.

Além disso, notou-se durante a atividade lúdica, que apesar de alguns não conhecerem totalmente a diferença entre as duas disfunções, os participantes compreendiam que se tratava de alergia e de uma perda funcional da enzima lactase no organismo. Então, vê-se que há uma deficiência no nível de conhecimento dos estudantes, pois trata-se de um problema de saúde pública muito recorrente na atualidade sendo esse um fator que impossibilita a qualidade de vida de crianças e adultos.

Assim, vê-se que a educação em saúde não é mera passagem de informações sobre patologias e de recomendações quanto a prevenção de doenças, mas é encontrar alternativas através de dinâmicas e diálogo para compartilhamento de ideias, construindo metodologias mais ativas e participativas (BONFIM et al., 2012).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As ações educativas em saúde são de extrema relevância para buscar um nível de entendimento da população sobre questões cotidianas e que podem contribuir para o bem-estar social. O trabalho desenvolvido proporcionou às pesquisadoras a percepção mais aproximada do nível de conhecimento dos grupos de estudantes da instituição escolhida acerca dos conceitos de Intolerância Alimentar e APLV.

Essa experiência permitiu o aprofundamento sobre essa temática, já que, a partir dela, foi possível desenvolver habilidades na interação com demais áreas de conhecimento da saúde. Além disso, os discentes externaram a satisfação em participar da ação educativa, relatando que o lúdico favorece o aprendizado.

Com isso, percebemos que o objetivo pretendido com o uso do material confeccionado foi atingido. Muitos estudantes demonstraram interesse em obter informações novas com a troca de experiências por meio dos jogos. Com a ação realizada, observa-se a importância da promoção de ações educativas em saúde no ambiente acadêmico, abordando temas que por vezes não são discutidos com profundidade durante a formação dos profissionais de saúde, mesmo sabendo a importância da temática para a atuação profissional. As dinâmicas se fortalecem, portanto, como ferramentas de ensino que auxiliam a fazer com que haja desenvolvimento de habilidades e competências no âmbito educacional e que pode ser estendido à área de saúde.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Alexandra Pimenta *et al.* **PRESENÇA DE LACTOSE EM MEDICAMENTOS COM INDICAÇÃO PARA DOENÇAS CARDIOVASCULARES: II Congresso Online Nacional de Ciências Farmacêuticas. ISBN dos Anais: 978-65-89908-34-0**, Universidade Salgado de Oliveira - Campus Goiânia, ed. 2ª, 1 jun 2021.

ALVES G. O cotidiano dos trabalhadores de saúde em uma unidade sanitária. [dissertação]. Porto Alegre: Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul; 1993.

ARAÚJO, Érica Cristina *et al.* INTOLERÂNCIA A LACTOSE E ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE: O PAPEL DO NUTRICIONIST. **Revista Campo do Saber**, Cabedelo - PB, ano 17, v. 3, n. 3, 30 nov 2018. Periódicos de livre acesso, p. 10.

BERTRAND Y. Teorias sociais. In: Bertrand Y. Teorias contemporâneas da educação. Lisboa: Instituto Piaget; 2001.p. 151-197.

BONFIM, Patricia Fidali *et al.* Ações educativas em programa de agentes comunitários de saúde. **Revista Brasileira de enfermagem - REBEN**, Brasília, ano 2012, ed. 65, 19 jul. 2012.

BOYE, J. I. **Food allergies in developing and emerging economies: need for comprehensive data on prevalence rates.** *Clinical and translational allergy*, v. 2, n. 1, p. 25, jan 2012a.

BRASIL. X Conferência Nacional de Saúde [relatório final]. Brasília; set. 1996.

COROZOLLA, Welington; RODRIGUES, Aline Gritti. **Intolerância à Lactose e Alergia à Proteína do Leite de Vaca.** E o desafio de como diferenciá-las. **Saúde em foco**, [S. l.], ano 2016, n. 8, p. 219-228, 1 jan. 2016

FALCÃO, Inês; MANSILHA, Helena Ferreira. **Alergia às Proteínas do Leite de Vaca e Intolerância à Lactose: Cow's Milk Protein Allergy and Lactose Intolerance.** **Acta Pediátrica Portuguesa**, Serviço de Pediatria, Centro Materno-Infância I do Norte, Centro Hospitalar do Porto, Porto, Portugal, p. 53-59, 10 out. 2016.

GASPARIN, Fabiana Silva Rodrigues; TELES, Jéssica Margato; ARAÚJO, Sabrina Calaresi. ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA VERSUS INTOLERÂNCIA À LACTOSE: AS DIFERENÇAS E SEMELHANÇAS. **Revista saúde e pesquisa**, Maringá, v. 3, n. 1, p. 107 - 114, 19 fev. 2010.

GAVIDIA, V. **La educación para la salud em los manuales escolares españoles.** *Rev. Esp. Salud Publica*, v. 77, n. 2, p. 275-285, 2003.

GUIMARÃES, Edilson Misael *et al.* **Modelos educacionais aplicados às atividades de educação em saúde na atenção primária.** *Revista Brasileira de Educação e Saúde*, Pombal, PB, ano 2016, v. 6, n. 2, 20 abr. 2016. *Revista Brasileira de Educação e Saúde*, p. 13-20. DOI <http://dx.doi.org/10.18378/rebes.v6i2.3784>. Disponível em: <https://www.gvaa.com.br/revista/index.php/REBES>. Acesso em: 23 mar. 2022.

MORAIS, Willian v; MALAGUTTI, Fernanda Tomé; GIANA, Enrique Héctor; BELTRAME, Nadia. **Estudo sobre intolerância à Lactose entre homens e mulheres de 20 a 60 anos:** Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Paulista-UNIP, como requisito

para obtenção do título de bacharel em Farmácia. **Fundação Oswaldo Cruz**, São José dos Campos – SP, p. 1-6, 1 jan. 2013.

PELLEGRINI, A. D. (1996). **Observing children in their natural worlds. A methodological primer**. New Jersey: Erlbaum.

Revista oficial da Associação Brasileira de Alergia e Imunologia ASBAI, São Paulo, vol. 3, nº1, pág 16, abril, 2019.

SAMPAIO, Rita de Cássia Silva; SOUZA, Jimi Hendrex Medeiros. Intolerância a lactose vs. alergia a proteína do leite de vaca: a importância dos sinais e sintomas. **Nutrição Brasil**, Belmonte BA, p. 111 - 116, 10 maio 2017.

SOLÉ, Dirceu. Consenso Brasileiro sobre Alergia Alimentar: 2018 - Parte 1 - Etiopatogenia, clínica e diagnóstico. Documento conjunto elaborado pela Sociedade Brasileira de Pediatria e Associação Brasileira de Alergia e Imunologia. **Arquivos de asma, alergia e imunologia**, [S. l.], ano 2018, v. 2, n. 1, p. 7-38, 28 fev. 2018.

STEFANI, Germana P *et al.* Presença de corantes e lactose em medicamentos: avaliação de 181 produtos. **Rev. bras. alerg. imunopatol**, São Paulo - SP, ano 2009, v. 32, n. 1, p. 18 - 26, 2 jan. 2009.