



17º CONGRESSO BRASILEIRO DE GASTROENTEROLOGIA PEDIÁTRICA

Construindo pontes entre a ciência e o cuidado

PORTO DE GALINHAS - PERNAMBUCO

Trabalhos Científicos

Título: Ingestão De Leite Por Universitários Brasileiros: Mudança De Hábitos

Autores: MARIA RAYANE LIMA DE SOUZA 1, LILIAN HELENA POLAK MASSABKI 1, ELIZETE APARECIDA LOMAZI 1

Resumo: Resumo Objetivo(s) Descrever o consumo de leite e o hábito intestinal em universitários. Método Questionário online enviado a estudantes de medicina. Foram incluídos os seguintes dados: gênero, idade, ingestão de leite (sim ou não e, se sim, com ou sem lactose), quantidade de leite ingerida, frequência da ingestão de leite e derivados e hábito intestinal (frequência das evacuações e características das fezes – Escala de Bristol). Resultados 312 indivíduos responderam ao questionário, 57% mulheres e 80,5% = 24 anos. 72% relataram consumo de leite com lactose (55% sexo feminino e cerca de 50% com consumo de 1 ou mais copos/dia), 11% consumo apenas de leite sem lactose e 17% não ingerir leite. Entre os não consumidores, 32% ingeriam derivados lácteos diariamente, 35% ingeriam esporadicamente (=1x/semana) e 17% não ingeriam nem derivados. Frequência de evacuações: 70% hábito intestinal diário, 24% 1x/2 dias e 6% =3x/semana (68% mulheres). Quanto ao aspecto das fezes, 50% dos indivíduos consideraram aspecto normal, sendo que destes, 72% consumia leite com lactose. 11% descreveram suas fezes como Bristol 4 ou 5 (fezes amolecidas a diarreicas), sendo que 46% desses indivíduos não ingeriam ou ingeriam leite sem lactose. 40% indicaram aspecto das fezes compatível com constipação (Bristol 1 ou 2). Conclusão Nas últimas décadas, o consumo mundial de leite apresentou drástica redução. No Brasil, nos últimos cinco anos, o consumo por pessoa diminuiu de 60 para 46 litros/ano. Uma das razões para esse declínio parece ser a percepção de que o leite faz mal à saúde e que pode desencadear universalmente sintomas de intolerância à lactose. 30% dos entrevistados optaram por consumir leite sem lactose ou cessaram o consumo. As mulheres consumiam menor quantidade de leite que os homens e, entre os que não consumiam leite ou ingeriam leite sem lactose, o sexo feminino também predominou. Entre os não consumidores de leite nem derivado lácteo, a maioria era mulheres = 24 anos, justamente a população com maior risco de osteoporose em idades avançadas. 40% dos indivíduos descreveram suas fezes com características de constipação e 46% dos que optaram por não consumir ou consumir leite sem lactose tinham fezes menos consistentes, indicando que esse sintoma pode estar associado à mudança dos seus hábitos alimentares. Entretanto, mesmo assim, esses indivíduos mantiveram o padrão de evacuação, sugerindo a possibilidade de outras doenças funcionais.