

## PROJETO INTEGRADOR VOLTADO A INTOLERÂNCIA A LACTOSE

Maria Gabriela Osti SILVA<sup>1</sup>  
Rosane Amaraes RODRIGUES<sup>1</sup>  
Roseane Amaraes RODRIGUES<sup>1</sup>  
Isabella Czarnobay de oliveira MARIGO<sup>1</sup>  
Rafaella Czarnobay de oliveira MARIGO<sup>1</sup>  
Jackeline Corrêa França de Arruda Bodnar Massad <sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). <sup>2</sup>Mestre em Saúde Coletiva. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: [jackelinecfa@gmail.com](mailto:jackelinecfa@gmail.com)

### RESUMO

**Introdução:** A intolerância a lactose é causada pela falta ou deficiência da produção da enzima lactase, que serve para digerir a lactose (açúcar do leite). Como em outras doenças causadas pelos alimentos, na intolerância a lactose, tem que haver a restrição do causador da doença, sendo assim necessária uma dieta isenta da lactose. Com isso as pessoas que convivem com a doença precisam ficar atentos aos alimentos consumidos por ele, com isso pensamos nessas pessoas e realizamos a criação do nosso produto. **Objetivo:** Auxiliar pessoas com intolerância a lactose, afins de ajudar e/ ou sanar dúvidas referente a dificuldade de cada pessoa, alertando o paciente dos efeitos negativos que a lactose possa causar no dia-a-dia. **Metodologia:** Trata-se de um aplicativo, que nele o paciente terá que colocar tudo o que está sendo consumindo por ele, para que o aplicativo possa informar-lhe quais destes alimentos que contém a lactose, como por exemplo caso ele coloque que seu almoço foi strogonoff, o aplicativo ira informar a ele que pode conter lactose, pelo creme de leite que possivelmente foi utilizado em seu preparo. **Resultados Esperados:** Trazer um conhecimento para o público de intolerantes a lactose, para fazer as mudanças alimentares necessárias, onde possa ajudar esse público na sua rotina diária, podendo ficar mais facilmente livre dos sintomas.

**Palavras-chave:** Lactose. Alimentos. Dieta.