

INFORME DE PRUEBA NÚM.	
Solicitante:	
Nombre y apellido del paciente:	
Fecha de nacimiento del paciente:	
Fecha de recogida de la muestra:	
Fecha de recepción de la muestra:	
Fecha de análisis:	
Código de análisis:	CODE#5

INTOLERANCIA A LA LACTOSA

Se evalúa una variante genética, GTS011, que indica la capacidad del organismo para digerir la lactosa presente en la leche y sus derivados. La variante desfavorable es la C e implica una baja actividad de la enzima Beta-D-Galactosidasa (o lactasa), lo que puede determinar una intolerancia genética más o menos grave a la lactosa.

CÓDIGO DE IDENTIFICACIÓN	Gene	Variantes alélicas	Genotype		Variante	Susceptibilidad
GTS011	Beta-D-Galattos.	T C	T	T	FAVORABLE	NO INTOLERANTE

INTOLERANCIA A LA LACTOSA

Si en el resultado final está presente la variante alélica desfavorable, el sujeto tiene una intolerancia genética a la lactosa que puede tener diferentes manifestaciones entre distintos individuos.

La indicación de intolerancia se basa en evidencia científica que asocia la variante alélica desfavorable detectada por el análisis con la causa genética primaria de la intolerancia a la lactosa. Esta indicación es una medida determinista, pero como no tiene en cuenta el estilo de vida del sujeto sino sólo su composición genética, puede manifestarse de manera diferente en diferentes individuos.

Director científico

DESCRIPCIÓN DE LA INTOLERANCIA A LA LACTOSA

La intolerancia a la lactosa es un trastorno metabólico generalizado causado por la incapacidad de digerir la lactosa debido a una deficiencia de la enzima lactasa (o β -D-galactosidasa). La actividad de la lactasa es alta durante la infancia, cuando la leche es la principal fuente de nutrición, y disminuye después de la etapa de destete en la mayoría de los mamíferos. Aproximadamente el 75% de la población mundial pierde la capacidad de digerir la lactosa después de la niñez. La prevalencia de la intolerancia a la lactosa en adultos varía según el grupo étnico, desde menos del 5% en el noroeste de Europa hasta casi el 100% en algunos países asiáticos. Los síntomas clínicos de la intolerancia a la lactosa suelen comenzar entre 30 minutos y 2 horas después de comer o beber alimentos que contienen lactosa, como los productos lácteos. La aparición de los síntomas está directamente relacionada con la cantidad de lactosa ingerida. La gravedad de los síntomas varía según la cantidad de lactosa que cada individuo pueda tolerar. Es importante, por ejemplo, distinguir la intolerancia a la lactosa de otras afecciones más graves, como el síndrome del intestino irritable, que presentan síntomas muy similares.

Síntomas comunes de intolerancia a la lactosa y afecciones con síntomas similares

Síntomas típicos de INTOLERANCIA A LA LACTOSA después de consumir alimentos o bebidas con lactosa	Patologías con síntomas similares
Calambres en el estómago	Alergia a las proteínas de leche de vaca
Crecimiento bloqueado	Colitis ulcerosa
Dolor abdominal	Enfermedad celíaca
Diarrea	Enfermedad de Crohn
Esteatorrea (exceso de grasa en las heces)	Síndrome del intestino irritable
Flatulencia	
Hinchazón abdominal	
Náuseas	
Vomitir	

RECOMENDACIONES

Las personas intolerantes a la lactosa deben:

- introducir cambios en la dieta para minimizar los síntomas clínicos. Dependiendo de la gravedad de la intolerancia a la lactosa, la dieta puede variar en el grado en que se eliminan los productos lácteos de la dieta.
- considere buscar un consejo de un profesional de la salud o un nutricionista para recibir asesoramiento sobre una dieta específica (dieta baja en lactosa).
- someterse a controles médicos periódicos por parte de un profesional sanitario. Se recomienda consultar con un dietista/nutricionista, ya que las restricciones dietéticas pueden provocar deficiencias de vitaminas (vitaminas A, B12 y D) y minerales (calcio, magnesio y zinc), lo que puede aumentar el riesgo de desarrollar varias afecciones como osteopenia, osteoporosis, desnutrición y pérdida de peso.

TRATAMIENTO

El tratamiento para la intolerancia a la lactosa implica una dieta baja en lactosa. El alcance de los cambios en la dieta.

Depende de cuánta lactosa pueda consumir una persona sin experimentar síntomas. Además, un individuo intolerante a la lactosa se puede utilizar lactasa disponible comercialmente (LactAid, Lactase, DairyEase, etc.), que reduce (al digerir) la lactosa en glucosa y galactosa.