

Servicio de Alergología

Octubre de 2011

RECOMENDACIONES PARA PACIENTES CON ALERGIA A LECHE

GENERALIDADES

La leche de vaca ha quedado excluida de la dieta del niño hasta la próxima revisión. Preste atención a los posibles contactos accidentales con la leche. Hay que procurar que la batería de cocina esté esmeradamente limpia, sin contener restos de lácteos, incluidos cubiertos y demás utensilios.

Hable con los profesores y cuidadores del niño, si el niño come en el colegio o al participar en campamentos infantiles, jornadas de convivencia etcétera.

Si su alergólogo le ha indicado y adiestrado en la utilización de adrenalina, recuerde que deberá disponer de la inyección cuando se prevean desplazamientos a lugares donde se puede retrasar la asistencia médica, como por ejemplo en excursiones, lugares apartados, no disponer de transporte etcétera. Su aplicación debe ser inmediata y nunca debe retrasar o sustituir la asistencia a urgencias.

Aunque el niño se encuentre sin síntomas nunca deben reintroducir la leche por su cuenta, consultar siempre al alergólogo y espere a la realización del estudio adecuado.

DIETA DE EVITACIÓN DE LECHE

- Leche de vaca natural o manufacturada así como leches en polvo (incluidas fórmulas infantiles habituales), leches sin lactosa, descremadas, desnatadas, semidesnatada, condensadas, evaporada, malteada, agria, ...
- Derivados lácteos: yogures, queso, flan, natillas, crema, cuajada, mantequilla, nata, helados, batidos, nata agria, requesón, turrón...
- Leche de cabra, oveja, búfala y quesos preparados con estas leches.

- Aquellos productos en los que en los ingredientes contengan: Aroma/sabor de crema, Aroma/sabor de leche, Aroma/sabor artificial/natural de mantequilla, Aroma/sabor de yogur, Caseinatos (de calcio, sodio, potasio, magnesio), Caseína, Concentrado de proteínas séricas, Chocolate, Grasas animales, Hidrolizado proteico, Hidrolizado de suero, Hidrolizado de proteínas de suero, hidrolizado de caseína, Hidrolizado de proteínas lácteas, Lactoalbúmina, Lactoglobulina, proteínas lácteas, proteínas séricas, proteínas de suero, seroalbúmina, Simplese, sólidos lácteos, suero, suero desmineralizado, proteinsuccinato, Recaldent™.

Estos ingredientes y aditivos son comunes en:

- Productos de pastelería y bollería: galletas, madalenas, bizcochos, tostadas, tartas, chocolates...
- Algunos panes
- Cereales de desayuno
- Dulces, caramelos, golosinas...
- Embutidos, ciertas clases de jamón de York, salchichas, algunas conservas
- Alimentos precocinados
- Carnes y pescados empanados
- Tortilla, sustitutos de huevo
- Algunas salsas, sopas y margarinas
- Algunos potitos y cereales
- Complementos alimenticios (complementos hiperproteicos y/o hipercalóricos)
- Algunos antianémicos (Ferplex®, Ferrocur® y Lactoferrina®)
- Recaldent™, producto utilizado en algunos dentríficos, blanqueadores dentales y chicles.