

Dieta d'eliminació per a tractar l'al·lèrgia a la llet de vaca

La llet és, sens dubte, una de les begudes més comuns des del moment del naixement fins a l'edat adulta. Malgrat ser una gran font de proteïnes completes com el calci, el magnesi o el fòsfor, hi ha molta gent a qui no els senta bé. Cada vegada són més les persones que acudeixen al metge per a veure si es tracta d'una al·lèrgia a la llet de vaca, encara que aquesta patologia és una de les al·lèrgies alimentàries més comunes en nens.

L'al·lèrgia a la llet de vaca és causada per les proteïnes que conté, especialment la betaloglobulina i la caseïna anomenades APLV. Es tracta d'una resposta anormal del sistema immunitari del cos a la llet i els seus derivats, el cos reconeix aquests elements com a estranys en l'organisme i inicia la producció d'anticossos causant els símptomes de l'al·lèrgia. Aquests símptomes poden ser digestius com diarrea, còlics abdominals o sagnat en la femta; cutanis com urticària o inflor dels llavis, llengua i gola; o respiratoris com dificultats respiratòries o tos. La llet de vaca és la causa principal, però la llet d'ovella, cabra, búfala i altres mamífers també pot causar una reacció.

Per a tractar aquesta patologia des del servei d'Al·lèrgologia de l'Hospital Quirónsalud del Vallès, es recomana seguir una dieta d'eliminació de les proteïnes de la llet de vaca (PLV).

Com seguir una dieta d'eliminació?

Aquesta dieta consisteix bàsicament en l'eliminació completa del consum de llet de vaca i tots els seus derivats làctics com el iogurt, formatge, crema, quallada, mantega, nata, etc. És important a l'hora de realitzar la compra llegir amb deteniment les etiquetes dels productes que triem, ja que dins de la mateixa categoria d'aliments no tots contenen proteïnes de llet de vaca. Les PLV reben diferents denominacions i poden aparèixer com: llet, caseïnat de calci, caseïnat potàssic, caseïnat magnèsic, hidrolitzat proteic, caseïnat, sèrum làctic, H4511, H4512, lactalbúmina, lactoglobulina, àcid làctic o lactosa. La lactosa és sucre i no hauria de causar problemes, encara que podria estar contaminada amb PLV si és d'origen animal.

El risc d'ingerir aquestes proteïnes també es troba en productes etiquetats com 'no làctics' o en una altra mena d'aliments com el pa. El caseïnat és una substància que s'utilitza en l'elaboració de pa de fleca, pa de motlle o pa de viena pel que cal anar amb precaució i informar-se correctament de la composició del producte.

Dieta d'eliminació per a tractar l'al·lèrgia a la llet de vaca

Sobre Quirónsalud

Quirónsalud és el grup hospitalari líder a Espanya i, juntament amb la seva matriu Fresenius-Helios, també a Europa. Compta amb més de 40.000 professionals en més de 125 centres sanitaris, entre els quals es troben 50 hospitals que ofereixen prop de 7.000 llits hospitalaris. Disposa de la tecnologia més avançada i d'un gran equip de professionals altament especialitzats i de prestigi internacional. Entre els seus centres, es troben a l'Hospital Universitari Fundació Jiménez Díaz, Centre Mèdic Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitari Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitari Dexeus, Policlínica de Guipúscoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrat Cor, etc.

El Grup treballa en la promoció de la docència (vuit dels seus hospitals són universitaris) i la investigació mèdic-científica (compta amb l'Institut d'Investigació Sanitària de la FJD, acreditat per la Secretaria d'Estat d'Investigació, Desenvolupament i Innovació).

Així mateix, el seu servei assistencial està organitzat en unitats i xarxes transversals que permeten optimitzar l'experiència acumulada en els diferents centres i la translació clínica de les seves investigacions. Actualment, Quirónsalud està desenvolupant multitud de projectes d'investigació a tot Espanya i molts dels seus centres realitzen en aquest àmbit una feina puntera, sent pioners en diferents especialitats com oncologia, cardiologia, endocrinologia, ginecologia i neurologia, entre d'altres.

Per més informació:
Comunicació
Pilar Rosas
93 587 93 93
65 681 16 45