

## Dieta de eliminación para tratar la alergia a la leche de vaca

La leche es, sin duda, una de las bebidas más populares desde el momento del nacimiento hasta la edad adulta. A pesar de ser una gran fuente de proteínas completas como el calcio, el magnesio o el fósforo, hay muchas a las que no les sienta bien. Cada vez son más las personas que acuden al médico para ver si se trata de una alergia a la leche de vaca, aunque esta patología es una de las alergias alimentarias más comunes en niños.

La alergia a la leche de vaca está causada por las proteínas que contiene, especialmente la betaloglobulina y la caseína denominadas APLV. Se trata de una respuesta anormal del sistema inmunitario del cuerpo a la leche y sus derivados, el cuerpo reconoce estos elementos como extraños en el organismo e inicia la producción de anticuerpos causando los síntomas de la alergia. Estos síntomas pueden ser digestivos como diarrea, cólico abdominal o sangrado en las heces; cutáneos como urticaria o hinchazón de los labios, lengua y garganta; o respiratorios como dificultades respiratorias o tos. La leche de vaca es la causa principal, pero la leche de oveja, cabra, búfala y otros mamíferos también puede causar una reacción.

Para tratar esta patología desde el servicio de Alergología del Hospital Quirónsalud del Vallès, se recomienda seguir una dieta de eliminación de las proteínas de la leche de vaca (PLV).

¿Cómo seguir una dieta de eliminación?

Esta dieta consiste básicamente en la eliminación completa del consumo de leche de vaca y todos sus derivados lácticos como yogur, queso, crema, cuajada, mantequilla, nata etc. Es importante a la hora de realizar la compra leer con detenimiento las etiquetas de los productos que elegimos ya que dentro de la misma categoría de alimentos no todos contienen proteínas de leche de vaca. Las PLV reciben distintas denominaciones y pueden aparecer como: leche, caseinato de calcio, caseinato potásico, caseinato magnésico, hidrolizado proteico, caseinato, suero láctico, H4511, H4512, lactoalbumina, lactoglobulina, ácido láctico o lactosa. La lactosa es azúcar y no debería causar problemas, aunque podría estar contaminada con PLV si es de origen animal.

El riesgo de ingerir estas proteínas también se encuentra en productos etiquetados como 'no lácticos' o en otro tipo de alimentos como el pan. El caseinato es una sustancia que se utiliza en la elaboración de pan de panadería, pan de molde o pan de Viena por lo que hay que ir con precaución e informarse correctamente de la composición del producto.

## Dieta de eliminación para tratar la alergia a la leche de vaca

### Sobre quirónsalud

Quirónsalud es el grupo hospitalario líder en España y, junto con su matriz Fresenius-Helios, también en Europa. Cuenta con más de 40.000 profesionales en más de 125 centros sanitarios, entre los que se encuentran 50 hospitales que ofrecen cerca de 7.000 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional. Entre sus centros, se encuentran el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitario Dexeus, Policlínica de Gipuzkoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrado Corazón, etc.

El Grupo trabaja en la promoción de la docencia (ocho de sus hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando multitud de proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.

Para más información:  
Comunicación  
Pilar Rosas  
93 587 93 93  
65 681 16 45