

LA ALERGIA A LA LECHE DE VACA

*Redactado por la Dra. Laura Pérez Pastor,
Especialista en ALERGOLOGÍA y en PEDIATRÍA.*

¿Qué es la alergia a las proteínas de la leche de vaca?

Es un conjunto de síntomas que se desencadenan por una respuesta exagerada del sistema inmune frente a las proteínas de la leche. Estos síntomas van desde un cuadro de urticaria y/o diarrea, hasta una reacción anafiláctica potencialmente grave. Es esencial evitar el contacto repetido con estas proteínas para evitar éstas últimas.

La alergia a la leche de vaca es más frecuente en los niños, y sólo con la correcta dieta de evitación se puede conseguir la tolerancia en muchos casos.

¿Qué implica una “dieta de evitación de la leche de vaca”?

Hay que evitar la ingesta de leche de vaca, pero también de todos aquellos productos alimenticios que contienen proteína derivada de la misma. Por tanto, será esencial que en el entorno del niño, se revise el etiquetado de todos los productos alimenticios.

La leche de vaca, se sustituirá por fórmulas especiales a base de proteínas hidrolizadas (Fórmulas Hidrolizadas o Elementales), o bien leche de soja o de arroz. Siempre bajo indicación médica.

Tampoco podrá tomar leche de otros mamíferos, como cabra, oveja, camella, por el alto riesgo de reacciones cruzadas.

Si el niño recibe lactancia materna, la madre debe realizar una dieta exenta de proteínas de leche de vaca y derivados.

La leche puede producir también síntomas por contacto. Los familiares deben lavarse las manos tras la manipulación, o evitar besar al niño tras su ingesta.

También es posible que el niño tenga síntomas por inhalación. Por tanto debe evitarse la entrada del niño en la cocina hervir leche.

En general, estos niños toleran y pueden tomar la carne de ternera.

Detallamos los DERIVADOS LÁCTEOS más frecuentes

- Pan y productos de bollería, repostería o pastelería: Dulces, turrones, bizcochos, magdalenas, galletas, pastelitos, merengue, cremas
- Quesos, mantequillas
- Algunos preparados de cereales
- Fiambres embutidos, salchichas, patés
- Yogur y similares, helados, batidos, mousses, natillas, flanes
- Salsas
- Preparados de pasta
- Precocinados

NOMENCLATURAS ESPECIALES EN ETIQUETADOS

Caseinatos (de calcio, magnesio, sodio...) , hidrolizado proteico, caseína, suero láctico, lactoalbúmina, lactoglobulina, globulinas lácteas, H4511, H4512.

¿Se cura la alergia a la leche de vaca?

La alergia es una alteración del sistema inmune determinada por diversos factores. No se cura. Pero se puede llegar alcanzar una situación de tolerancia a un determinado alimento. En el caso de los niños con alergia a leche de vaca, un alto porcentaje alcanza esta tolerancia, en un tiempo de evitación que es muy variable según cada caso de meses a años.