



## AL·LÈRGIA A LES PROTEÏNES DE LLET DE VACA I OU

### Dieta d'eliminació de Proteïnes de Llet de Vaca:

- Ha d'eliminar-se de la dieta la llet de vaca i tots els seus derivats làctics: iogur, formatge, flams, crema, quallada, mantega, nata, crema de llet, arròs amb llet, alguns caramels...
- S'ha de llegir amb deteniment les etiquetes dels aliments. Dins d'una mateixa categoria de productes, uns poden contenir proteïnes de llet de vaca (PLV) i altres no.
- Les PLV poden trobar-se sota diferents denominacions: llet com a tal, caseïnat de sodi, caseïnat de calci, caseïnat potàsic, caseïnat magnèsic, hidrolitzat proteic, caseïna, sèrum làctic, H4511, H4512, lactalbúmina, lactoglobulina, lactosa\*, àcid làctic.
- En l'elaboració de pa de fleca, pa de motlle o de "Viena" s'utilitza aquest tipus de substàncies. Cal anar en compte amb aquests productes, i informar-se degudament de la seva composició en el lloc de compra habitual.
- Els productes etiquetats com "no làctis" poden contenir caseïnats.

Informe convenientment de l'al·lèrgia que presenta el vostre fill o filla a totes les persones que puguin intervenir en la seva alimentació, i informeu-los de la conducta que cal seguir per eliminar les PLV de la seva dieta.

\* La lactosa és un sucre i no hauria de causar problemes; però en el cas de que fos d'origen animal, podria estar contaminada amb PLV.

### Aliments que poden conèixer proteïnes d'ou:

- ✓ Salses (maionesa), gelatines
- ✓ Merengue
- ✓ Gelats, batuts, turrans, flams, cremes, caramels, laminadures...
- ✓ Dolços, pasta de full, "empanades"...
- ✓ Cobertura brillant de productes de pastisseria i galetes
- ✓ Productes de pastisseria, paneteria i rebosteria: pa de pessimc, madalenes, galetes, pastissos
- ✓ Alguns cereals emprats per esmorzar.
- ✓ Pasta a l'ou, rebossats...
- ✓ Sucedanis d'ou
- ✓ Embutits, salsitxes, patès
- ✓ Alguns cafès amb crema (capuccino...)
- ✓ Determinats vins

### **Com a component d'altres aliments; pot estar etiquetat com:**

Lecitina (a no ser que sigui de soja) , Liozima (formatges) Albúmina, E-161b: luteïna (pigment groc) , Coagulant Emulsificant ,Globulina , Ovoalbúmina, Livetina ,Ovomucina , Ovomucoide ,Ovovitelina, Vitelina.

Legiu sempre amb deteniment les etiquetes dels productes per conèixer els seus components.