

# Quels aliments contiennent des protéines de lait de vache?



## Les aliments et ingrédients suivants sont des sources de protéines de lait de vache à surveiller:

Beurre, et produits dérivés du beurre

Crème glacée

Caséine, caséinate de calcium, caséinate de sodium

Lactalbumine, lactoglobuline

Fromage, fromage râpé, fromage blanc, fromage frais, petits suisses, yaourts, crèmes desserts

Lait fermenté

Margarine

Lait de vache (frais, condensé, en poudre (comme les formules pour nourrissons), UHT, entier, demi-écrémé, écrémé)

Protéines de lait, lait en poudre, lait écrémé en poudre, sucre du lait (lactose)

Lactosérum

Crème, crème fraîche, crème légère, crème allégée, crème fouettée, crème chantilly

Les protéines du lait de vache peuvent se trouver dans des aliments que vous ne soupçonneriez pas comme les biscuits, les pâtisseries et les viandes transformées, **alors n'oubliez pas de lire attentivement la liste des ingrédients.**

Si l'allergie au lait de vache est soupçonnée ou diagnostiquée, **le médecin de votre enfant peut lui recommander une formule contenant un hydrolysât poussé de caséine ou de lactosérum.** Ces préparations sont recommandées pour la prise en charge nutritionnelle des bébés présentant une allergie légère à modérée au lait de vache. N'oubliez pas de toujours suivre les conseils du médecin de votre enfant et de l'interroger si vous vous inquiétez de la santé de votre bébé.

Si vous soupçonnez que votre bébé est allergique au lait de vache, pensez à bien noter ce que vous et votre bébé mangez. Notez toutes les réactions qui se produisent pour vous aider à chercher des liens possibles et à les partager avec votre médecin. Ceci est particulièrement utile si les réactions sont retardées et ne sont pas clairement associées à un aliment particulier.

**Télécharger et remplir notre journal de suivi des symptômes peut vous y aider.**

**INFORMATION IMPORTANTE: Le lait maternel constitue la meilleure d'alimentation du nourrisson.** Une alimentation variée et équilibrée de la mère est importante pour la préparation et la poursuite de l'allaitement. Dans le cadre de l'APLV et sur conseil médical, la simple modification du régime alimentaire de la mère par éviction de certains aliments peut permettre, dans certains cas, la poursuite de l'allaitement. Il est difficile de revenir sur le choix de ne pas allaiter et l'allaitement mixte peut gêner l'allaitement au sein. Les implications socio-économiques doivent être prises en compte avant toute décision d'interruption de l'allaitement.

FR/UNB/16/0028(1) Juin 2018



Est-ce une allergie aux protéines du lait de vache ?