

## ALIMENTAZIONE SENZA PROTEINE DEL LATTE VACCINO

### Escludere

Latte (condensato, acido, in polvere, solido, intero, parzialmente scremato, scremato), formaggi di tutti i tipi, parmigiano, formaggini, yogurt, carne bovina (con alcune concessioni in seguito indicate), biscotti (se non specificati), pastina Plasmon o altre pastine se non specificate, prodotti Plasmon (se non specificati), prodotti della linea Biaglut (oppure controllare attentamente l'etichetta), burro, margarina, besciamella, maionese, cioccolato al latte, cioccolato fondente, caramelle, panna, panna acida, caglio, prosciutto cotto, insaccati vari, hot dogs, salsicce, salame, bresaola, polpette, polpettoni e hamburger preconfezionati, wurstel, carne in scatola, pizza bianca e rossa e preparati base per pizza, dolci, dolciumi, pastella, budini, dessert, creme per dolci, creme vegetali, snacks, purè istantaneo, frappè, gelati, sorbetti, cereali prima colazione, caffè e cappuccino istantanei, alcune gomme da masticare, formaggio di soia (tofu), muesli, ragù, zuppe in scatola, ripieni per arrostiti.

### Alimenti concessi

#### Latti alternativi

Latti di soia: *Isomil, Alsoy, Som, Nutrilon soya, Plasmonsoy, Mellin Soia, Multisoy, Humana sinelac, ProSobee, Miltina Soya.*

Idrolisati di sieroproteine del latte: *Alfaré, Hypolac, Pepti-junior, Similac RA, ecc.*

Idrolisati di caseina: *Nutramigen, Pregestimil, Miltina LB liquido (70% idrolisato caseina, 30% idrolisato di sieroproteine), Polilat Mellin, Alimentum.*

Idrolisati di soia e collagene suino: *Pregomin.*

Prodotti dietetici anallergici a base di aminoacidi: *Nutri-junior, Nutrinaut, Neo-Cate, Pregomin AS.*

Idrolisato di riso: *Risolac.*

#### Carni

Carne fresca di: *agnello, coniglio, cavallo, pollo, tacchino, piccione, suino.*

Liofilizzato di pollo, agnello, coniglio, tacchino *Dieterba,*

liofilizzato di pollo, coniglio, tacchino *Milupa,*

liofilizzato di agnello, coniglio, pollo, tacchino *Plasmon,*

*Liomellin* agnello, coniglio, tacchino, pollo, prosciutto, trota, platessa.

Omogeneizzato di pollo, cavallo, coniglio, agnello, tacchino, salmone con verdure *Dieterba,* omogeneizzato di agnello, tacchino, coniglio *Mellin,* omogeneizzato di tacchino, pollo, filetto di trota *Nipiol,* omogeneizzato di pollo, filetto di trota con verdure *Plasmon.*

#### Crema e farine di cereali

*Mellin:* *Decoriso, Crema di riso Progressi, Crema di mais e tapioca, Crema multicereali, Semolino Progressi, ChiccoRis,*

*Milupa*: Crema di riso Miluris, Crema di riso mais tapioca, **Crema di riso con verdure**, Crema d'orzo, Semolino Miluvit, Crema d'orzo, Crema multicereali, Crema di cereali con frutta mista, **Som pappa senza latte**, Semolino Miluvit,

*Nestlé*: Nestum crema di riso, Crema di riso e mais con tapioca, Crema di cereali al riso e mais con tapioca Nestum, Crema di riso con verdure Nestum, Semolino Nestum, Crema multicereali Nestum, Fiocchi di grano integrale con orzo e avena Nestlé,

*Guigoz*: Crema di riso, Crema di riso con frutta, Florigoz crema di riso con carote, Florigoz prima farina con riso e mais, Florigoz semolino istantaneo, **Florigoz iperproteica**, Florigoz fiocchi 5 cereali,

*Dieterba*: Babyfioc crema di riso, Babyfioc crema di mais e tapioca, Babyfioc crema d'orzo, Babyfioc crema di riso con verdure, Babyfioc crema di frumento con verdure, Babyfioc crema di cereali misti, Babyfioc semolino di grano,

*Humana*: Crema di riso, Crema multicereali con 6 cereali, **Pappa alla soia con cereali**, Semolino di grano,

*Plasmon*: Crema di riso e verdure miste, Crema ai 4 cereali.

### **Biscotti e fette biscottate**

Fette biscottate Buitoni, **Biscotti Cruscoro Saiwa**, **Biscotti Polial**, **Crackers Polial Plasmon**, **Fette tostate Bi-Aglut**, Biscotto Grancereale Mulino Bianco, Biscotto Aproten, Biscotti Privolat Misura, Biscotto dietetico aproteico Aglutella, **Wafers aproteici Aglutella**, Primi raggi corn flakes e miele Mulino Bianco, Essere corn flakes e miele Mulino Bianco, Pavesini Pavesi, Pavesini al cocco Aproten fette tostate, Fette biscottate a ridotto contenuto proteico Aglutella.

### **Paste, pastine e pasti completi**

Pastina e pasta Mellin, pastina e pasta Fior di pasta Milupa, Pastina ai 3 cereali Dieterba, Pasta Aproten, Pasta dietetica Aglutella, Pasta dietetica aproteica Aglutella, Riso dietetico aproteico Aglutella, **Glutafin Nutricia**, Pasta degli Adulti Buitoni o Barilla, **Pasta e pastina Polial**, **Pasta Schar**, **Pasta Loprofin Nutricia**, Pranzetti pastina con pollo Mellin, Pranzetti pastina con manzo Mellin, Primi Menù pasto completo con manzo Milupa, Primi menù pasto completo con pollo Milupa

### **Frutta, omogeneizzati e succhi di frutta**

Frutta fresca di ogni genere, omogeneizzati di frutta (mela, 4 frutti, prugne, pera, albicocca/mela) Plasmon, omogeneizzati di frutta (pere, mele/banane, prugne, mele, frutta mista, albicocca/mela) Dieterba, omogeneizzati di frutta (pera, mela, frutta mista) Progressi Mellin, Nettari di frutta Progressi Mellin, omogeneizzati di frutta (frutta mista, mela, prugna, albicocca/mela) Nipiol, succhi di frutta Bumba Nipiol, succhi di frutta Primi mesi Plasmon, Nettari di frutta Bebifruitt Plasmon, Nettare di frutta Mellin.

### **Verdure e minestrine con verdure**

Verdure di ogni genere, brodi di verdure Mellin e Dieterba, Passato di verdure Dieterba, Ortobaby brodo di verdura, Ortobaby 2 passato di verdura, Le verdure brodo vegetale Milupa, Le verdure passato Milupa, **Le verdure crema di legumi Milupa**, **Minestrina di riso con verdure Milupa**, Le minestrine brodo vegetale con

Sabbiadoro Milupa, Le minestrine passate di verdure con Stellite Milupa, *Le minestrine crema di legumi con anellini*, omogeneizzato di verdure miste, verdure e legumi, fagiolini Plasmon, omogeneizzato 5 verdure, ortaggi e legumi Dieterba, omogeneizzati di verdure miste con carote, verdure miste, carote Nipiol.

### **Merendine e dessert**

Nastrine brioche di pasta sfoglia Mulino Bianco, dolce al limone, dolce alla banana, pandolce con datteri e noci, plum cakes Glutafin Nutricia, *dessert gusto vaniglia*, *dessert gusto creme caramel Polial Plasmon*.

### **Riso**

### **Pane**

### **Altri alimenti**

Nolac, alimento dietetico in polvere Nestlé, *Vitasoya soyadrink Nutricia*.

### **Nota Bene**

- Gli alimenti in corsivo e in grassetto contengono proteine della soia e sono da escludere in bambini con intolleranza o allergia anche alla soia.
- Nei bambini con sospetta o accertata allergia o intolleranza all'uovo sono da escludere l'uovo stesso e i prodotti contenenti uovo. Pazienti allergici all'uovo possono manifestare reazioni anche al pollo, al tacchino, al piccione.
- I latti H.A. non sono da utilizzarsi in soggetti con sospetta o accertata intolleranza o allergia alle PLV. Essi, infatti, possono scatenare la reazione allergica in soggetti sensibilizzati alle proteine del latte.
- E' sconsigliabile l'uso di latti di capra nella terapia dietetica dell'intolleranza/allergia alle PLV. Infatti, i bambini veramente allergici al latte vaccino hanno reazioni al latte di capra in un'elevata percentuale di casi (almeno il 70%; secondo recenti studi anche di più). Inoltre il latte di capra è di per sé altamente allergizzante ed è carente di acido folico (ciò favorisce la comparsa di anemia ipercromica).
- Il latte HN25 e il latte Humana Disanal contengono proteine del latte vaccino e sono pertanto controindicati nel bambino con sospetta od accertata i/APLV. Analogamente il latte Zymil, l'Accadi, il Similac LF e l'O-Lac perché privi di lattosio ma contenenti proteine del latte.
- La maggior parte dei bambini con i-aPLV tollera bene la carne di manzo e di vitello per cui nella maggior parte dei bambini allergici al latte non è necessario eliminare la carne vaccina; tuttavia, essendo la sieralbumina a comune fra latte vaccino e carne alcuni allergologi preferiscono non dare carne di manzo e vitello ai bambini con APLV < 2 anni. Il consiglio potrebbe essere di evitare la carne vaccina nel corso del prova di eliminazione delle proteine del latte vaccino a scopo diagnostico, ma di farla assumere, ben cotta, quando la diagnosi sia stata posta, nella dieta terapeutica. In ogni caso può essere assunta sempre e senza problemi la carne di manzo e vitello di preparazione industriale (omogeneizzati e liofilizzati) per la quale anche nei bambini allergici alla stessa carne bovina stessa non si sono evidenziate

reazioni. Ciò perché i procedimenti di cottura industriale sono più efficaci rispetto alla cottura domestica nel ridurre la reattività alla carne nei bambini sensibilizzati.

*E' indispensabile leggere sempre e attentamente le etichette di ogni cibo acquistato per essere sicuri che non contenga l'allergene o suoi derivati o che non siano avvenute variazioni di ingredienti nel corso della produzione e confezionamento.*

Se si segue una dieta di esclusione del latte bisogna evitare anche gli alimenti che contengono ciascuno dei seguenti ingredienti:

- aromi artificiali del burro
- grassi del burro o grassi animali
- caseina
- caseinati di ammonio, calcio, magnesio, potassio e sodio
- lattealbumina e lattealbumina fosfato
- lattoglobulina
- siero (proteine, concentrato, demineralizzato, delattosato)
- aromi naturali
- colorante e aroma caramello, E150 (caramello)

Attenti inoltre a

- alcuni sciroppi ricostituenti (es. Betotal)
- saponi e creme per l'igiene del corpo

ALIMENTI PER L'INFANZIA CHE CONTENGONO **OCCULTAMENTE** PROTEINE DEL LATTE E/O UOVO **E QUINDI DA NON SOMMINISTRARE**

(Assumere come regola che i biscotti contengono latte e/o uovo)

## LATTE

## UOVO

### Farine di cereali e pappe

Crema di riso Plasmon  
biscotto

Pappa lattea Dieterba con

Babex pollo Nestlé  
Dieterba

Farine lattea Erba

Babex vitello Nestlé

Babex manzo Nestlé

Babex pollo e vitello Nestlé

Crema di cereali con verdure Nestum Nestlé

Pappa di verdure Milupa

Crema di riso con carote e parmigiano Babyfioc Dieterba

Minestrina rossa Dieterba

Minestrina verde Dieterba

### Farine e pappe lattee il cui nome non indica il contenuto in latte

Prima pappa Dieterba con riso  
Prima pappa Dieterba con riso e mele  
Prima pappa Dieterba con riso e banane  
Prima pappa Dieterba con riso e frutta mista

### Dolcificanti

Glucilat Mellin

### Omogeneizzati

Omogeneizzati Gerber\*  
Merendina Plasmon pesca con biscotti e miele  
Merendina Plasmon banana e mela con biscotti e miele

### Pastine

Pastina Primi mesi Plasmon  
Plasmon  
Pastina Bi-Aglut Plasmon  
Pastina Plasmon  
Pastina Junior Plasmon  
Pastina Gerber  
Pastina Bi-Aglut

### Semolini

Semolino di grano Plasmon  
Semolino di riso Plasmon  
Gluteno dott.Schàr

### Vari

MTC alimento Trufood  
Orbolact dott. Schàr

\*Ad eccezione dell'omogeneizzato di vitello e di manzo per l'inizio dello svezzamento.

Per quanto riguarda il **latte di capra** bisogna rilevare che esso viene equivocamente considerato un valido sostituto del latte nel bambino con allergia o intolleranza alle

proteine del latte vaccino. Si tratta di un errore. Il bambino con vera allergia-intolleranza alle proteine del latte ha elevatissime probabilità di essere intollerante anche al latte di capra.

Paradossalmente si potrebbe affermare che se un bambino tollera bene il latte di capra non ha una vera intolleranza-allergia al latte vaccino anche se i test sul sangue o sulla cute fossero positivi. La positività dei test esprime, infatti, una vera allergia solo se è intensa (es. classe terza per i RAST) e corrisponde a dei sintomi clinici evidenti.

Uno studio ha dimostrato che il 100% (*tutti*) i bambini con vera (quindi non soltanto basata su test cutanei e sierologici ma anche apprezzabile sul piano reale, in base ai sintomi) allergia al latte vaccino ha reazioni anche all'assunzione di latte di capra, concludendo con la proposta di imporre sulla etichetta del latte di capra l'avvertenza di non usare nei bambini allergici al latte vaccino in quanto potenzialmente responsabile di reazioni anche gravi.

Un documento congiunto dell'ESPACI (European Society of Pediatric Allergy and Clinical Immunology) e dell'ESPGHAN (European Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition) del luglio 1999 sconsiglia non solo l'uso di latte di capra ma anche del latte di altri mammiferi nella dietoterapia dell'APLV.