

## **L'intolleranza alle proteine del latte**

L'intolleranza alle proteine del latte, a differenza dell'intolleranza al lattosio, è un problema tipico dell'infanzia che, in genere, tende a scomparire spontaneamente.

È piuttosto frequente sentire persone che lamentano disturbi intestinali causati dall'ingestione di latte. Nella maggior parte dei casi i problemi sono dovuti all'intolleranza al lattosio, lo zucchero contenuto nel latte. L'intolleranza alle proteine del latte invece è un problema completamente diverso che, difficilmente, si manifesta nelle persone adulte. È infatti un disturbo tipico dell'infanzia che tende a scomparire spontaneamente e solo raramente persiste oltre i 2 - 3 anni di età.

### **Cosa è?**

Si tratta di una vera e propria forma di allergia nei confronti delle proteine del latte vaccino (latte di mucca), soprattutto le lattoglobuline.

Colpisce una piccola percentuale di bambini (1% - 2%) normalmente nei primi tre mesi di vita e solo raramente dopo il 6° - 18° mese. Interessa principalmente i neonati nutriti con latti artificiali o quelli che passano dal latte materno al latte artificiale o al latte di mucca, ma è stata riscontrata, pur se raramente, anche nei bambini allattati al seno, in quanto proteine del latte vaccino possono passare nel latte attraverso l'alimentazione della madre. In questi casi una correzione dell'alimentazione materna dovrebbe risolvere il problema.

### **Come si manifesta**

I sintomi sono diversi, possono coinvolgere diversi organi e apparati e comparire anche per dosi apparentemente insignificanti. Le reazioni possono essere immediate e ritardate. Shock e angioedema sono le reazioni immediate più gravi e pericolose. Altre manifestazioni hanno invece un andamento più subdolo e cronico e sono più difficili da riconoscere e da interpretare. Tra queste sono particolarmente frequenti l'orticaria e la dermatite atopica, i sintomi respiratori quali il sibilo asmatico, la dispnea, i raffreddori ricorrenti, il vomito persistente, le coliche intestinali e la diarrea che può essere anche molto grave, con perdite di sangue che possono portare a forme di anemia e ad un limitato accrescimento del bambino.

### **Trattamento**

Quando il bambino è alimentato ancora esclusivamente con il latte, il trattamento consiste semplicemente nel sostituire il latte artificiale tradizionale o il latte vaccino con un prodotto alternativo.

I prodotti attualmente disponibili per la terapia dell'intolleranza al latte vaccino sono i *latti a base di soia*, che contengono proteine vegetali derivate dalla soia, e i *latti a "idrolisi spinta"* (Hypolac, Pregomin, ecc...), in cui le proteine vengono frammentate in porzioni molto piccole che risultano ben tollerate. In generale il latte di soia rappresenta l'alimento meglio sperimentato e integrato dal punto di vista nutrizionale. Per quanto riguarda i latti idrolizzati non esistono studi a lungo termine, ma generalmente consentono di ottenere un buon risultato terapeutico e un accrescimento soddisfacente. I *latti HA ipoallergenici* contengono proteine frammentate in modo grossolano e potrebbero comunque dare problemi ai bambini già allergici.

Quando il bambino ha già una alimentazione più varia è necessario rivedere la dieta in modo da evitare non solo il latte, ma anche tutti gli alimenti che contengono latte e suoi derivati (ad eccezione del parmigiano con più di 36 mesi di stagionatura) anche in bassissima quantità, utilizzati ad esempio in certi processi produttivi. La difficoltà in questo caso consiste nel fatto che a volte, proprio perché presenti in quantità limitatissima, la loro presenza non viene nemmeno indicata tra gli ingredienti del prodotto stesso (es: prosciutto cotto nel latte, insaccati, alcuni tipi di pane, dadi, caramelle, merendine, vari prodotti dietetici per bambini). Questi alimenti potranno poi, al momento opportuno, essere reinseriti gradualmente secondo le indicazioni del pediatra.