

### 4.1.7.- Leche y sus derivados



La leche y sus derivados pueden producir diversas reacciones adversas en la ingesta del mismo, si bien debemos de distinguir muy estrictamente dos casos de reacciones:

## Reacción a la leche y sus derivados

Alergia a la proteína de la leche

Intolerancia a la lactosa

La alergia a la proteína de la leche es una reacción adversa del organismo al ingerir esta proteína. Existen dos tipos de proteínas que causan estas reacciones alérgicas, las propias de la leche (caseínas) y las del suero (seroproteínas).

CASEINAS: (80% de las proteínas de la leche entera)

- Bos d8: alfa caseína
- Betacaseína
- Kappacaseína

SEROPROTEINAS (2% del total de la leche entera)

- Betalactoglobulina
- Alfalactoalbumina
- Seroalbumina bovina
- Inmunoglobulinas bovinas
- Otras proteínas en menor proporción: lactoferrina, transferrina, lipasa

Hay que tener en cuenta que la alergia a la leche de vaca suele tener una duración de carácter temporal y desaparecer con el tiempo. Por este motivo, cuando se comienza la lactancia artificial a los niños, éstos reciben inicialmente un tipo de leche conocida como leche de inicio, pasando posteriormente a la leche de continuación (fórmula adaptada). Estas fórmulas si bien se fabrican a partir de leche de vaca, se realizan modificaciones para acercarse lo máximo posible a la composición de la leche materna.

Por otra parte, y no debemos de confundirlo, tenemos la intolerancia a la lactosa, que no es una reacción alérgica, sino una deficiencia que no permite al individuo digerir esta lactosa. Esto se produce por la falta de una enzima denominada enzima lactasa.

### **PRODUCTOS EN LOS QUE USUALMENTE SE ENCUENTRA PRESENTE**

Debe prestarse gran observación en los casos de alergia a la leche y sus derivados, debiéndose prestar atención al etiquetado de este alimento, ya que se pueden encontrar, además de en multitud de productos lácteos y derivados, en otros tipos de productos manufacturados como el pan, fiambres, embutidos, pescados congelados, golosinas, conservas, etc...

En este caso, también es significativa la presencia de trazas en alimentos que originalmente no las debiese contener, y todo ello como consecuencia de lo que se denomina como contaminación industrial, debido a la fabricación conjunta de productos de la leche o derivados con otros alimentos en la misma cadena de fabricación. Igualmente, hay que tener en cuenta que son numerosos los aditivos empleados en la industria proceden de la leche.