

## Alimentos industrializados:

### RÓTULOS

**NÃO PERMITIDOS:** Caseína, caseína hidrolisado, caseinato de cálcio ou de potássio ou de sódio, lactalbumina, lactoferrina, lactulose, lactoglobulina, lactose, galactose, proteínas do soro do leite, soro do leite ("whey"), proteína de leite hidrolisada, gordura do leite, "milk", pó com alto teor de proteína.

Outros termos que podem conter proteína do LV: sabor natural, aroma artificial de baunilha e caramelo, "ghee", creme de coco, creme Bavária, sabor artificial de manteiga, ou qualquer derivado.

**PERMITIDOS:** Albumina, lecitina de soja, lactato de cálcio ou de soja, estearoil lactato de sódio ou de cálcio, cremor de tártaro, manteiga de coco, tahine.

## Alergia Alimentar e Nutrição

O objetivo do tratamento nutricional na alergia à proteína do leite de vaca (APLV) é evitar os sintomas, a progressão da doença e a piora das manifestações alérgicas, proporcionando à criança crescimento e desenvolvimento adequados.

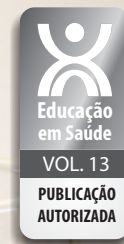
A terapia nutricional na APLV e à carne de gado, quando recomendada, baseia-se em:

- Excluir o leite de vaca, a carne de gado e seus derivados em todos os alimentos, além de excluir também aqueles que possam ter sido contaminados, ou seja, produzidos em equipamentos e utensílios utilizados na produção de alimentos não permitidos.
- Utilizar fórmulas ou dietas hipoalergênicas, adequadas para a idade.
- Promover o crescimento e o desenvolvimento adequado da criança, mesmo com dieta de exclusão.
- A retirada dos alimentos alergênicos da alimentação da criança é, ainda, a única forma disponível comprovadamente eficaz no tratamento da alergia alimentar.



SERVIÇO DE NUTRIÇÃO E DIETÉTICA

Rua Ramiro Barcelos, 2350  
Largo Eduardo Z. Faraco  
Porto Alegre/RS 90035-903  
Fone 51 3359 8000  
[www.hcpa.edu.br](http://www.hcpa.edu.br)



# Alergia à Proteína do Leite de Vaca e Carne de Gado



TIPO DE ALIMENTO

PERMITIDO

NÃO PERMITIDO 



LEITES

( ) **Fórmula a base de aminoácidos**  
 ( ) **Fórmula com proteína extensamente hidrolisada**  
 ( ) **Fórmulas de soja\***:  
 - Fórmula com proteína isolada de soja  
 - Fórmula com extrato de soja  
 - Bebidas vegetais\*: soja, coco, arroz, aveia, castanha  
 - Leite condensado de soja\*, creme de leite de soja\*, iogurte de soja\*.  
 \* Quando liberados pelo nutricionista ou equipe médica.

Leite integral, semidesnatado, desnatado, in natura ou em pó, achocolatados e todos os alimentos que contenham leite, como: iogurte, queijo, requeijão, ricota, flans, coalhada, *petit suisse*, pudins, leite condensado, leite de cabra ou ovelha.



CARNES E OVOS

Galinha, porco, peixe, coelho, rã, chester, peru, miúdos como: fígado, moela e coração de galinha, ovos (todos para crianças acima de 1 ano).

Carne de gado ou ovelha, vísceras (dobradinha, rins, fígado), embutidos (salsicha, linguiça, presunto e mortadela).



GORDURAS

Óleos vegetais (soja, arroz, canola, girassol, milho), tahine.

Margarinas, manteiga, nata, creme de leite, margarina com leite, requeijão, molhos à base de leite, maionese industrializada.



HORTALIÇAS

Hortaliças frescas ou preparações com leites permitidos.

Qualquer preparação com leite e derivados, creme de leite, requeijão, manteiga, queijo ou molho branco.



CEREAIS E LEGUMINOSAS

Arroz, massa, milho, aveia, feijão, lentilha, ervilha.

Quando preparados com leite e derivados ou carnes não permitidos.



FRUTAS

Frutas frescas, compotas e passas.



SOBREMESAS

Mingau de maisena com suco de uva ou de laranja, doce de fruta, picolé de fruta, pudim de laranja, goiabada, sobremesas preparadas com fórmulas permitidas.

Sorvete, pudim, manjar, leite condensado, chocolate ou qualquer outra preparação contendo leite de vaca e derivados, gelatina.



BOLOS, PÃES, BOLACHAS, BISCOITOS E FARINHAS

Pães, bolachas, biscoitos, cucas, bolos sem leite e derivados, preferencialmente caseiros, e farináceos sem leite.

Qualquer item de produtos contendo leite: pães, bolachas, bolo, biscoitos, pastéis, massas, farináceos que contenham leite.



AÇÚCAR, GELEIAS E ADOÇANTES

Açúcares em geral, geleias, chimias, maltodextrina.

Chocolates, balas, bala de goma e todas as preparações contendo leite e derivados.



SOPAS

Sopas de galinha ou miúdos, sopa de vegetais.

Todas as sopas com leite, sopas enlatadas, sopas de pacote, sopas de carne de gado.



CONDIMENTOS

Sal, louro, orégano, sálvia, manjerona, alho, cebola.

Temperos prontos, massas de tomate que contenham leite.



BEBIDAS

Chás, café, refrigerantes, sucos naturais e artificiais sem leite.

Lácteos e achocolatados com leite e/ou derivados.

**ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS:**

- Leia, **SEMPRE**, o rótulo dos alimentos com muita atenção antes de comprar ou consumir, mesmo daqueles alimentos industrializados permitidos, pois os fabricantes podem alterar a composição dos produtos.
- Evite produtos que não contenham a composição nutricional ou rótulo com os ingredientes contidos, como alimentos produzidos em padarias e confeitarias.
- **NÃO PERMITIDOS** medicamentos, cosméticos e produtos de higiene (xampus, sabonetes, comprimidos, cremes, loções, pomadas, talcos em geral) e suplementos de cálcio podem conter traços de leite.