

Conseils nutritionnels de la mère allaitante avec exclusion stricte des protéines de lait de vache



- > Favoriser une alimentation strictement sans protéine de lait de vache pendant **au moins 4 semaines**
- > Privilégier la **cuisson à l'huile ou à l'eau**
- > Les symptômes de votre bébé doivent **s'améliorer en 2 à 3 semaines**
- > Votre médecin vous proposera un **supplémentation en calcium et en vitamine D. Un suivi diététique est conseillé** pour vous accompagner tout au long du régime

Éviter les produits comportant une des mentions suivantes sur **l'étiquette** :

- > Lait (chèvre, brebis, vache, ânesse)
- > Protéine de lait
- > Protéine de lactosérum de lait
- > Caséine de lait
- > Caséinate de lait
- > Lactalbumine de lait

Toutefois, il est possible de consommer les produits ayant la mention « **trace de...** » sur l'étiquette.



- > Les produits à base de protéines de lait de vache, de chèvre, de brebis, d'ânesse **ne peuvent pas être consommés**
- > Par exemple : beurre, margarine, fromage, lait à boire, yaourt et desserts à base de lait (entremets, flan, crème, glace) ne peuvent pas être consommés.