



INTOLLERANZE & CO

# Intolleranza al lattosio nei neonati La prima regola è ... **prevenire!**

**L**alltolleranza al lattosio: un malessere sempre più diffuso che limita in maniera sensibile la nostra dieta. Tante le privazioni, tante le preoccupazioni per quello che mangiamo, immaginiamo quale possa essere lo stato d'animo di tutte quelle mamme che vedono tali disturbi colpire i propri bambini, soggetti più fragili, più vulnerabili. La situazione sembra assumere una vera e propria connotazione di gravità quando il bambino, specie se più piccolo, non manifesta espressamente gli effetti correlati alla intolleranza, o, peggio ancora, quando questi ultimi sembrano imputabili ad altri disturbi.

Quando l'intolleranza al lattosio va a colpire i neonati i problemi che ne derivano non sono assolutamente da sottovalutare. Tanti sono i motivi che concorrono a trascurare la possibile insorgenza di tale patologia in capo ai neonati, primo fra tutti la presenza di sintomi del tutto analoghi a quelli che accomunano le più comuni patologie quali coliche, cattiva digestione, che, come accade sin dalla notte dei tempi, sfociano in pianti più o

meno intensi. Per molte mamme l'intolleranza al lattosio nei neonati rappresenta una vera e propria minaccia, proprio perché non è facile individuarla.

I disturbi, infatti, sono quelli più diffusi tra i piccoli: mal di pancia, flatulenza e, molto spesso, diarrea. Solitamente i sintomi dell'intolleranza sono molto più virulenti rispetto ai più comuni disturbi, ma il bilancio non è sempre facile da effettuare. Non tutte le mamme sanno che esiste, i tutti questi casi, un esame di laboratorio semplice e rapido in grado di analizzare il respiro alla ricerca di molecole che indichino, di volta in volta, la difficoltà digestiva.

## Allergie da allattamento... cosa fare?

Se l'intolleranza al lattosio si presenta nei neonati allattati con formule artificiali sarà assolutamente necessario ricorrere all'uso di formule elementari, o a base di soia, nonché a idrolisati proteici spinti.

Si tratta di prodotti facili da reperire ormai ovunque, dai supermercati alle farmacie, in grado di garantire una crescita

ottimale del neonato. Il problema sembra rivelarsi più notevole, allorché i sintomi dell'intolleranza intervengano durante l'allattamento al seno: può sembrare assurdo, perché non esiste al mondo alimento più naturale, è vero, ma questo non esclude che il neonato possa manifestare disturbi, anche gravi, dopo l'allattamento. In questo caso alla mamma non le resterà che eliminare il latte materno completamente dalla dieta del piccolo e optare per latte artificiale privo di lattosio. Anche in questo caso il mercato è molto generoso e offre innumerevoli prodotti ad hoc.

Per tutte le mamme coinvolte in questo problema la regola numero uno è la prevenzione. Ma la seconda, nell'ordine, resta quella di mantenere la calma. Ecco, infatti, una buona notizia: nei neonati l'intolleranza al lattosio nella stragrande maggioranza dei casi è passeggera. Non resta dunque che recare un po' di pazienza. [📄 cod 41653](#)



di Tiziana Colombo