

# Alergias a la leche vs intolerancia a la lactosa y requisitos de CACFP

## Alergia a la leche

- La respuesta inmune del cuerpo a la proteína en la leche o los productos lácteos
- Afecta a numerosas partes del cuerpo
- Puede ser potencialmente mortal

### Síntomas

- Urticaria, picazón
- Sibilancias, tos, dificultad para respirar
- Hormigueo, hinchazón de labios, lengua y garganta
- Vómito
- Diarrea o heces blandas
- Calambres abdominales
- Pérdida del conocimiento
- Anafilaxis

## Intolerancia a la lactosa

- La incapacidad del cuerpo para digerir el azúcar (lactosa) en la leche o los productos lácteos
- Afecta el sistema digestivo
- No suele ser grave

### Síntomas

- Calambres abdominales
- Gas
- Hinchazón
- Náuseas
- Diarrea o heces blandas

**La leche sin lactosa, con lactosa reducida o acidophilus es acreditable en el CACFP**

**Estos sustitutos de la leche líquida no láctea son nutricionalmente equivalentes a la leche de vaca y cumplen con los requisitos de CACFP. No se requiere una declaración médica.**

**Se requiere una declaración médica para un sustituto no lácteo que no es nutricionalmente equivalente a la leche líquida.**

**8th Continent Original Soymilk**



**Pacific All-Natural Ultra Soy Original Unflavored**



**Ripple Pea Protein Milk Unflavored**



**Sunrich Naturals Original Soymilk Unflavored**



**Walmart Great Value Original Soymilk Unflavored**



**Kirkland Organic Soymilk**



**WestSoy Organic Plus Plain Soymilk**



**Silk Original Soymilk Unflavored**



**Kikkoman Pearl Organic Soymilk Smart Original Unflavored**



**TODA la leche, lácteos o sustitutos no lácteos, deben ser sin sabor.**