

Publicado en *Mom & me Centroamérica* | 1000 Primeros Días del Bebé (<https://www.momandme.nestle.com>)

[Inicio](#) > ¿Cómo sé si mi hijo es intolerante a la lactosa?

Comparte esto
X



¿Cómo sé si mi hijo es intolerante a la lactosa?

Si tienes sospechas de que tu bebé es intolerante o alérgico a la lactosa, debes conocer bien los alimentos que la contienen.

<https://www.momandme.nestle.com/como-se-si-mi-hijo-es-intolerante-la-lac...> [1]

_ [2] _ [3] _ [4]



¿Cómo sé si mi hijo es intolerante a la lactosa?

Si tienes sospechas de que tu bebé es intolerante o alérgico a la lactosa, debes conocer bien los alimentos que la contienen.

Jueves, Abril 20th, 2017

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

Es importante que sepas que cuando a un bebé no le sienta bien la lechita, puede ser debido a una incapacidad para digerir el carbohidrato clave de la leche: la lactosa. Esta condición se conoce popularmente como intolerancia a la lactosa.

¡Ojo a las señales!

Una madre y padre atentos es la mejor prevención para las complicaciones de salud de los más pequeños. Si miras alguno de estos síntomas, empieza a sospechar:

- Diarrea
- Gases
- Heces de mal olor
- Inflamación del abdomen
- Dolor de pancita
- Cólicos
- Náuseas
- Entre otros.

Debes consultar con un profesional de la salud de tu confianza si estos síntomas persisten. Recuerda que los niños menores de tres años se deshidratan rápidamente y una diarrea puede desencadenar otras complicaciones si no se trata a tiempo.

En muchos casos, la intolerancia a la lactosa puede evolucionar satisfactoriamente conforme el bebé crece, por eso es tan importante que lo consultes y sepas que no tiene que ser una condición permanente. Si tu bebé es intolerante es importante que conozcas los alimentos que contienen lactosa. Así te ahorrarás futuros inconvenientes y sorpresas. [Mira una lista completa de estos alimentos aquí](#) ^[6].

[Leer más](#) ^[7]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/como-se-si-mi-hijo-es-intolerante-la-lactosa>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/como-se-si-mi-hijo-es-intolerante-la-lactosa>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/como-se-si-mi-hijo-es-intolerante-la-lactosa&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/untitled-4.png&description=¿Cómo sé si mi hijo es intolerante a la lactosa?>

[3]

<https://twitter.com/share?text=%C2%BFC%C3%B3mo%20s%C3%A9%20si%20mi%20hijo%20es%20intolerante%20a%20se-si-mi-hijo-es-intolerante-la-lactosa>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/como-se-si-mi-hijo-es-intolerante-la-lactosa>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/28231>

[6] <https://www.comienzosano.nestle.com/alimentos-que-contienen-lactosa#>

[7] <https://www.momandme.nestle.com/javascript%3A%3B>