

## Sérum lactique

Le sérum lactique est un dérivé du petit-lait. On l'obtient en retirant à celui-ci sa fraction protéique. Comparé au lait, il a donc perdu la matière grasse et la totalité des protéines, perte qui se traduit aussi par une différence de couleur: le sérum est un liquide transparent ne renfermant plus que les constituants solubles du lait tels que le lactose, les sels minéraux, les vitamines hydrosolubles (les vitamines liposolubles A, D et E ont été éliminées avec la matière grasse) et les acides organiques (p. ex. acide lactique).

### Le sérum dans les boissons rafraîchissantes

Les boissons de table à base de sérum lactique remontent à une longue tradition, surtout en Suisse. Pour leur fabrication, on commence par ajouter au sérum de l'acide lactique L (+). Cette acidification confère à la boisson son caractère rafraîchissant. On lui ajoute ensuite des concentrés de fruits, des arômes, des extraits d'herbes aromatiques et du sucre ou des édulcorants. La part du sérum représente à peu près 35 pour cent du produit final, qui sera pasteurisé. Depuis quelque temps, on trouve dans le commerce des boissons composées de 85 pour cent de sérum et contenant encore environ 5 pour cent de protéines du lait.

### Et ceux qui ne tolèrent pas le lait?

#### Intolérance au lactose

L'intolérance au lactose est un phénomène largement répandu et souvent à l'origine d'une intolérance au lait. A noter qu'il s'agit bien ici d'une intolérance, dont l'agent responsable est le lactose, principal glucide du lait, et non d'une allergie. Chez l'intolérant au lactose, les symptômes (diarrhées, maux de ventre) sont tout simplement dus au fait que la personne est incapable de digérer complètement le lactose.

Le sérum lactique contient encore du lactose, il est donc déconseillé aux intolérants au lactose d'en boire. Cependant, les personnes moins sensibles supportent parfois de petites quantités de sérum, par exemple sous forme de boisson de table (100 ml de sérum contiennent 1.5 g de lactose).



L'allergie au lait de vache rencontrée chez le nourrisson et l'enfant en bas âge est l'allergie alimentaire la plus répandue sous nos latitudes. Une allergie aux protéines lactiques (caséines et séroprotéines) se manifeste le plus souvent sous forme de coliques, de diarrhées et d'une inflammation de la peau (névrodermite). Des études ont toutefois montré que passé l'âge de trois ans, la plupart des enfants deviennent «tolérants». Il existe également une allergie aux protéines du lait de vache qui s'acquiert à l'âge adulte, mais elle est plus rare.

Le traitement d'une allergie au lait de vache est logiquement une alimentation exempte de lait de vache. Question: Peut-on remplacer celui-ci par du sérum lactique en tant que source de calcium déprotéinée?

Les fabricants répondent par l'affirmative. L'ultrafiltration permet en effet de séparer du lait toutes les macromolécules, c'est-à-dire aussi les molécules de protéines, ce qui garantit un sérum complètement déprotéiné. Les cliniques pédiatriques recommandent par contre de ne pas administrer ce produit aux allergiques aux protéines du lait de vache. Le sérum lactique doit en effet répondre aux critères qualitatifs de l'industrie des denrées alimentaires, il ne s'agit donc pas d'un produit pharmaceutique. Or, chez certaines personnes, des quantités minimales des protéines en cause suffisent déjà à provoquer des troubles graves.

## Aperçu

Eléments nutri-

Eléments nutritifs essentiels	Lait	Babeurre	Petit-lait	Sérum
Caséines	+	+	-	-
Séroprotéines	+	+	+	-
Matière grasse	+	-	-	-
Lactose ou lactate (en fonction du pH)	+	+	+	+
Coloration (en fonction de la teneur en protéines et en matière grasse)	trouble	trouble	jaune-vert	clair

## Pour de plus amples informations

Fédération des Producteurs Suisses de Lait PSL  
Swissmilk  
Relations publiques /Centre de compétences «lait»  
Susann Wittenberg  
Nutritionniste B.Sc.  
Weststrasse 10  
3000 Berne 6

Téléphone 031 359 57 57  
factsandnews@swissmilk.ch  
www.swissmilk.ch

