

Latte ad alta digeribilità

Scritto da Emanuela Orsi
Sabato 15 Maggio 2010 11:19

D:

E' vero che il latte ad alta digeribilità (tipo Zymil) non sia idoneo ai diabetici in quanto più "dolce" ?

Cordiali saluti.

R. G.

R:

Caro R.,
direi che è una falsa credenza, la quantità di carboidrati è sovrapponibile. Infatti, leggendo la composizione per 100 ml di latte intero o ps abbiamo 4.8-5 gr di carboidrati e per il latte ad alta digeribilità 4.9 gr. Quest'ultimo ha una quantità ridotta di lattosio (disaccaride composto da galattosio e glucosio), ma contiene i suoi due componenti in quantità equivalente, quindi è più digeribile per chi può avere intolleranza al lattosio

Cordiali saluti

Dr Emanuela Orsi
Responsabile del Servizio di Diabetologia ed Obesità presso l'U.O. di Endocrinologia e Diabetologia della Fondazione Policlinico IRCCS di Milano