



FICHE D'INFORMATION INTOLÉRANCE AU LACTOSE

- Une personne intolérante au lactose ne peut digérer le lactose, l'une des principales composantes du lait, parce que son organisme ne produit pas suffisamment d'enzymes (lactase) permettant de digérer ce sucre.
- Contrairement aux allergies alimentaires, l'intolérance au lactose ne met pas la vie en danger et ne provoque généralement pas de réactions généralisées, car elle n'implique pas le système immunitaire.*
- Les principaux symptômes chez les personnes intolérantes au lactose sont les douleurs abdominales, les ballonnements, les crampes abdominales, les gaz, la diarrhée et la nausée.
- Les personnes intolérantes au lactose ont tendance à se sentir isolées socialement du fait de leur condition; les crèmes Natrel Sans lactose leur permettent donc de se sentir imprégnées d'un sentiment d'inclusion, en partageant des mets préparés avec de la crème, lors d'une célébration ou d'un regroupement.
- L'intolérance au lactose touche 13 % des foyers au Canada, soit 3,7 millions de Canadiens. Le taux d'incidence en Ontario est de 16 %, soit 1,76 million de personnes et de 10 % au Québec, soit 680 000 personnes.**
- On retrouve une plus forte concentration de personnes intolérantes au lactose dans les grands centres urbains : Toronto (17 %), Ottawa (14 %) et Montréal (13 %).**

*Source : Association québécoise des allergies alimentaires

**Source : Étude d'usages & attitudes, Research & Incite Consultants, Janvier 2010