

Nota de Prensa

El consumo de leche en España ha descendido casi un 30% en los últimos años, aunque los expertos recomiendan seguir tomándola si no existe un problema de salud

- El consumo anual de media en España estaba en 72,8 litros frente a los 100 litros que se tomaban en el año 2000.
 - Ante un problema de intolerancia o alergia, los expertos recomiendan acudir al médico y evitar el autodiagnóstico.
 - Con motivo del Día Mundial de la Leche, Bayer ha puesto en marcha una campaña para promover el consumo de este alimento y apoyar al sector del vacuno de leche.
 - El sector del vacuno de leche no deja de innovar para ofrecer tipos de leche que se adapten a las necesidades del consumidor. Entidades como la fundación Diferencia2 promueven la producción de la denominada leche A2, un tipo de leche que según los primeros estudios realizados podría tolerarse mejor debido a las proteínas que contiene.
-

Barcelona, 1 de junio de 2018 – El consumo de leche en España ha descendido casi un 30% desde el año 2000, aunque los expertos recomiendan seguir tomando leche de vaca por sus propiedades nutritivas y los beneficios que aporta si no existe un problema de salud como intolerancia o alergia. Son las conclusiones de los expertos consultados por **Bayer** con motivo del Día Mundial de la Leche, que se celebra cada 1 de junio.

Bárbara Romano, especialista en Nutrición Humana y Dietética del Hospital Clínic de Barcelona, explica que, *“dentro de una dieta saludable y equilibrada es importante mantener el consumo de leche y lácteos porque son una buena fuente de calcio biodisponible, es decir, que el cuerpo humano absorbe muy bien gracias tanto a la lactosa que contiene como a la vitamina D. Cabe destacar que es un alimento muy*

completo porque aporta una gran variedad de nutrientes: hidratos de carbono -en forma de lactosa- grasas, proteínas de buena calidad, minerales (calcio, potasio, fósforo, etc.) y también vitaminas A, B12 y D.

Sobre las raciones necesarias, Romano afirma que “se recomiendan unas 2-3 raciones diarias en forma de leche, yogur, kéfir, queso, etc., y en caso de sufrir alguna alergia o intolerancia grave, es necesario aportar el calcio por otras fuentes, como pescado pequeño que se coma con espinas o vegetales como almendras, sésamo o espinacas. Sin embargo, cabe destacar que en estos casos las raciones necesarias para cubrir este aporte de calcio serán mayores que si lo hacemos a través de la leche o los lácteos”.

Sobre la sustitución de la leche por bebidas vegetales, la nutricionista matiza que “estas bebidas contienen poca cantidad de calcio, por lo que deben estar enriquecidas, y también es importante vigilar el contenido de azúcar que se les añade para mejorar su sabor y aceptación”. No obstante, Romano hace especial hincapié en que “la elección de suplir el consumo de leche con otras alternativas no debe basarse en un autodiagnóstico. Ante cualquier sospecha de intolerancia u otros problemas de salud derivados del consumo de la leche de vaca, siempre hay que acudir al médico para un correcto diagnóstico”.

Asimismo, el [comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría](#), y la [Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica](#) recomiendan que se introduzca la leche entera entre el año y los 2 o 3 años de vida, siempre y cuando no se esté con lactancia materna. Concretamente, *“en la primera infancia lo ideal son dos raciones diarias, unas 2 o 3 en el periodo escolar y entre 3 y 4 para los adolescentes”* concreta el **Dr. José Vicente Arcos, pediatra especialista en Gastroenterología, Hepatología y Nutrición del Hospital Sant Joan de Déu**. El consumo de la leche de vaca en la edad infantil también conlleva beneficios a largo plazo. *“Diversos estudiosⁱ demuestran que el consumo de una cantidad suficiente de productos lácteos durante la infancia podría reducir el riesgo de osteoporosisⁱⁱ al aumentar la adquisición de masa ósea con el crecimiento, disminuir la pérdida ósea con la edad y reducir las fracturas por osteoporosis, sobre todo en mujeres, aunque también es verdad que otros estudios reflejan que es el ejercicio físico el determinante fundamental de la acreción ósea”,* señala el doctor, y afirma que, *“algunos datos apuntan a que puede ser, incluso, protector frente al desarrollo de hipertensión arterialⁱⁱⁱ”. Esto no quiere decir que quien no consuma leche tenga más riesgo de baja mineralización ósea, pero ciertamente, puede ser*

más difícil llegar a ingerir una cantidad suficiente de calcio y vitamina D mediante otro tipo de alimento”.

Ante esta realidad, y con motivo del **Día Mundial de la Leche**, [Bayer](#) ha puesto en marcha por tercer año consecutivo la **campaña #EsLaLeche** para promover el consumo de este alimento entre la población, dando a conocer sus bondades nutricionales, y apoyar al sector del vacuno de leche. En este sentido distintas entidades, entre ellas la Fundación Diferencia2, promueven la producción de la denominada leche A2, un tipo de leche que por las proteínas que contiene podría tolerarse mejor que la leche A1, que actualmente es la que más producción genera en España.

Según **Gerardo Caja, catedrático de Producción Animal de la Facultad de Veterinària de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB)**, *“aunque la leche A2 no es una novedad a nivel mundial, ya que se conoce desde hace unos 20 años, sí que es un tema relativamente nuevo en España donde se estima que aproximadamente un 30% de las vacas producen leche A2”.*

La leche de vaca es tres veces más rica en proteína que la leche materna. Del total de proteína que contiene la leche de vaca (3 a 3,5%), un 80% son caseínas (capaces de formar queso), de las que cerca de un 50% son α -caseínas, otro 40% son β -caseínas y el resto κ -caseínas. *“Las caseínas son proteínas ricas en calcio y fósforo, muy digestibles y de alto valor nutritivo que, una vez digeridas, usamos para construir nuestras proteínas corporales. Las diferencias entre caseínas se deben a la cadena de aminoácidos que las componen (unos 200) y al orden en que se disponen en ella. Dentro de las β -caseínas existen las variantes A1 y A2”*, matiza Caja.

“En las vacas frisonas holandesas apareció la variante A1, posiblemente por mutación, que se creía asociada a una mayor producción de leche en comparación con las vacas tradicionales de tipo A2. Actualmente se ha visto que no es así y no se diferencian en cantidad o composición de leche, lo que es muy importante para los ganaderos. De las dos variantes, la A1 y A2, sólo se diferencian en un aminoácido (histidina o prolina, respectivamente) lo que produce cambios durante la digestión de la caseína y la posterior absorción de aminoácidos. En este sentido, la digestión de la leche A2 es más parecida a la de la leche humana, lo que hace que en algunas personas sea más digestible y mejor tolerada que la leche A1, lo que puede tener una gran importancia en su alimentación. La

leche de las razas de vacas tradicionales y de otras especies, como la cabra y oveja, son mayoritariamente A2”, afirma Caja.

Por otro lado, los controles de calidad a los que se somete la leche es un tema candente entre la población. **Josep Mallo, veterinario especialista en calidad de la leche en Lleidavet S.L.P.**, explica que *“los procesos de control y revisión tanto de la leche como de las vacas productoras son muy estrictos. Para obtener una buena calidad del producto en primer lugar hay que priorizar el bienestar animal, saber cómo tratarlo, cómo alimentarlo y cómo ordeñarlo. Por ello, además de realizar programas de formación en el personal de las granjas de leche, llevamos a cabo una exhaustiva revisión de las salas de ordeño, analizamos las dinámicas de infecciones que hay en las explotaciones y asesoramos sobre temas de higiene”.*

Una vez obtenida la leche, esta se somete a una serie de pruebas que permiten conocer y controlar su calidad bacteriológica. Posteriormente, la leche sale de las explotaciones y llega a las industrias, donde nuevamente es sometida a unos controles exhaustivos, siguiendo una normativa europea que marca los estándares de calidad para la producción de leche destinada al consumo humano. *“En este sentido, tanto el productor como los que nos encargamos de la revisión de las instalaciones y de la producción de la leche nos preocupamos por ofrecer y mantener siempre la mayor calidad posible”,* concluye el experto.

En este sentido, **Mireia Campàs, Brand Manager del área de Animales de Granja de Bayer y responsable del Servicio Técnico**, afirma que el objetivo de la campaña es *“difundir la gran labor que hacen ganaderos y veterinarios para que cada día podamos tener en nuestros hogares leche de calidad”,* e indica los diferentes retos a los que se enfrenta el sector del vacuno de leche en España. *“Por un lado, tienen que satisfacer la demanda de la sociedad de producir distintos tipos de leche en función de las necesidades de cada individuo y, por otro, mejorar el bienestar animal en las explotaciones y el uso racional de antibióticos. En Bayer queremos estar al lado de veterinarios y ganaderos y, por eso, estamos trabajando en diferentes proyectos basados en la mejora de la sanidad y el bienestar animal en las granjas de vacuno de leche”,* concluye.

Sobre el Día Mundial de la Leche

El Día Mundial de la Leche, que se celebra desde 2001, es una fecha elegida por la FAO, la organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, para darle a la leche un valor universal y conmemorar el mismo día todas las actividades que se realizan en torno al sector lechero en diferentes países.

Sobre Bayer

Bayer es una empresa multinacional con competencias clave en el ámbito de ciencias de la vida relacionadas con la salud y la agricultura. Con sus productos y servicios, la empresa quiere ser útil a la humanidad y contribuir a mejorar la calidad de vida. Al mismo tiempo, el Grupo aspira a crear valor a través de la innovación, el crecimiento y una elevada rentabilidad. Bayer se adhiere a los principios de la sostenibilidad y, como empresa cívica, actúa de manera social y éticamente responsable. En el ejercicio 2017, el Grupo, con alrededor de 99.800 empleados, obtuvo una facturación de 35.000 millones de euros, realizó inversiones por valor de 2.400 millones de euros y destinó 4.500 millones de euros a investigación y desarrollo. Para más información, www.bayer.com.

Contacto Dpto. Comunicación Bayer

Isabel López

Telf.: 93 495 6769

isabel.lopez@bayer.com

Más información en:

www.bayer.es

<http://blog.bayer.es>

Twitter: [@BayerEspana](https://twitter.com/BayerEspana)

Instagram : [@bayerespanaoficial](https://www.instagram.com/bayerespanaoficial)

Linkedin : [linkedin.com/company/bayer](https://www.linkedin.com/company/bayer)

LLORENTE & CUENCA

Carmen de la Llave

Telf.: 93 217 22 17

carmendelallave@llorenteycuenca.com

Afirmaciones prospectivas

El presente comunicado de prensa puede contener determinadas afirmaciones de carácter prospectivo basadas en supuestos y pronósticos actuales de la dirección del grupo Bayer o sus sociedades operativas. Existen diversos riesgos, incertidumbres y otros factores, algunos conocidos y otros no, que pueden provocar que los resultados, la situación económica, la evolución y el rendimiento reales de la compañía en el futuro difieran sustancialmente de las

estimaciones que aquí se realizan. Dichos factores incluyen los descritos por Bayer en informes publicados por la empresa, que pueden consultarse en el sitio web de Bayer www.bayer.com. La compañía no se compromete a actualizar dichas afirmaciones de carácter prospectivo ni a adaptarlas a sucesos o acontecimientos posteriores.

ⁱWeinsier RL, Krumdieck CL. Dairy foods and bone health: examination of the evidence. *Am J Clin Nutr*. 2000; 72: 681-9.

Rizzoli R. Nutrition: its role in bone health. *Best Pract Res Clin Endocrinol Metab*. 2008; 22: 813-29.

ⁱⁱLloyd T, Chinchilli VM, Johnson-Rollings N, Kieselhorst K, Eggli DF, Marcus R. Adult female hip bone density reflects teenage sports. Exercise patterns but not teenage calcium intake. *Pediatrics*. 2000; 106: 40-4.

ⁱⁱⁱRalston RA, Lee JH, Truby H, Palermo CE, Walker KZ. A systematic review and meta-analysis of elevated blood pressure and consumption of dairy foods. *J Hum Hypertens*. 2012; 26(1): 3-13.