



El sector lácteo pone en marcha una campaña para incentivar el consumo de sus productos

21-06-2017

Bajo el *slogan* ‘Di que sí a al menos 3 lácteos al día’, el sector lácteo español con el apoyo de la UE y del Mapama, ha puesto en marcha una campaña con el objetivo de fomentar la presencia de la leche y los productos lácteos en la alimentación de los españoles de todas las edades y ante la tendencia descendente que se ha dado en los últimos años.

La Unión Europea apoya campañas que promueven un estilo de vida saludable. Con esta filosofía, ha respaldado una iniciativa puesta en marcha desde [Inlac](#), la interprofesional que engloba a todo el sector lácteo español, tanto a la rama de producción como de industria, con el objetivo de fomentar la presencia de la leche y los productos lácteos en la alimentación de los españoles, siempre dentro del marco de unas prácticas dietéticas adecuadas.

El presidente de Inlac, **José Armando Tellado**, presentó el pasado 14 de junio esta iniciativa puesta en marcha gracias a la participación de todas las organizaciones miembro de Inlac. A lo largo de los próximos dos años, bajo el *Programa de promoción de la leche y los productos lácteos en el marco de unas prácticas dietéticas adecuadas* se van a poner en marcha una serie de actuaciones que persiguen alcanzar el objetivo principal de la campaña, ‘Di que sí a al menos 3 lácteos al día’, dentro de una vida activa y una dieta sana y equilibrada.

Recuperar unos productos indispensables

A pesar de ser uno de los alimentos esenciales en una dieta equilibrada, el consumo actual de leche y productos lácteos no alcanza las cantidades necesarias para una correcta alimentación. Éste y otros cambios en los hábitos de consumo tienen una relación directa con la salud pública europea. Tal y como ha reflejado la UE en su Libro Blanco, *“en las tres últimas décadas se ha producido un acusado aumento del sobrepeso y la obesidad en la población de la UE, especialmente en los niños, cuya prevalencia estimada de sobrepeso alcanzó el 30% en 2006. Esta situación delata el deterioro paulatino de la calidad de la alimentación y la escasa actividad física de la población de la UE en su conjunto, cabe esperar un futuro aumento de enfermedades crónicas (...). A largo plazo, esta tendencia reducirá la esperanza de vida y, en muchos casos, la calidad de vida en la UE”*.

Según datos de Inlac, el consumo de leche y lácteos ha mostrado en España una tendencia descendente a lo largo de los últimos años *“aunque se aprecia un ligero repunte en el consumo de derivados lácteos”*. En el caso de la leche, en 2015 se consumieron 3.271 millones de litros, un 0,5% menos que en el año anterior. En el caso de los derivados lácteos, se consumieron 1.597 millones de kilos, lo que muestra un ligero ascenso del 1% con respecto al año anterior.

Ante esta situación, Inlac y la Comisión Europea han unido sus esfuerzos para mejorar el conocimiento que tenemos de la leche y los productos lácteos, poniendo en marcha una campaña que apuesta por mejorar la percepción que los consumidores tienen de la leche y los productos lácteos, apoyándose en mensajes científicamente avalados y explicando que hay un lácteo adecuado para cada edad y cada persona.

Valores nutricionales de los productos lácteos

La leche y los productos lácteos son uno de los pilares nutricionales de nuestra alimentación en todas las edades porque:

– **Contienen una elevada proporción de nutrientes.**

Los productos lácteos son alimentos muy completos. Presentan una gran variedad de nutrientes y un buen balance de grasa, proteínas y carbohidratos. Su variada composición los convierte en una oportunidad para cubrir las necesidades nutricionales de los distintos grupos de población por su contenido en proteínas, lípidos, hidratos de carbono, vitaminas y minerales (calcio, potasio, magnesio, zinc y fósforo).

– **Estos nutrientes presentan una densidad idónea.**

Los productos lácteos garantizan un correcto desarrollo del individuo porque aportan gran variedad de macro y micronutrientes en relación con su contenido en calorías. Son alimentos especialmente ricos en proteínas y en calcio de fácil asimilación. También son una fuente importante de vitaminas.

– **Son fácilmente adaptables.**

La composición variable en agua, lactosa, grasa, proteínas, vitaminas y minerales que tienen los productos lácteos hace que se adapten muy bien a todo tipo de dietas y de personas con distintos requerimientos nutricionales.

Información científica y contrastada

Una de las vías con las que este programa busca la recuperación de un consumo adecuado de leche y productos lácteos es mediante el traslado a los consumidores de información contrastada sobre sus propiedades, siempre dentro de unos hábitos de vida saludables y acompañados de un incremento del ejercicio físico. Para ello, se ha formado un comité científico específico, integrado por expertos de las disciplinas en las que la leche y los productos lácteos tienen mucho que aportar:

- **Ángel Gil** (presidente del Comité y catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II en la Universidad de Granada).
- **Rosa María Ortega** (doctora en Farmacia y catedrática de Nutrición en la Universidad Complutense de Madrid).
- **Manuela Juárez** (doctora en Química, profesora *ad honorem* del CSIC).
- **Nancy Babio Sánchez** (Dietista, profesora de Nutrición y Metabolismo en la Universidad Rovira i Virgili).
- **Rosaura Leis** (coordinadora de la Unidad de Gastroenterología y Nutrición Pediátrica del Hospital Clínico de Santiago (CHUS); profesora titular de Pediatría de la USC).
- **Federico Cuesta** (especialista en Geriátrica en Hospital Clínico San Carlos; profesor en la Universidad Complutense de Madrid).
- **Pilar Matía** (doctora especialista en Endocrinología y Nutrición en Hospital Clínico San Carlos).
- **Marisa López** (doctora en Medicina, especialista en Medicina Familiar y Comunitaria y experta en Nutrición y Planificación Dietética).

Apuesta por la información

Este programa nace para servir de punto de encuentro informativo entre la leche y los productos lácteos y los consumidores. El trabajo y la experiencia de este Comité Científico es la base sobre la que se construye la comunicación, que se desarrolla en torno a tres áreas argumentales principales: propiedades de la leche y los productos lácteos; beneficios de la leche y los productos lácteos para colectivos que los necesitan especialmente (deportistas, niños, personas mayores...); y recuperación de momentos de consumo tradicionalmente asociados a la leche y los productos lácteos (desayuno, deporte, merienda).

– [Descárgate el libro blanco de los lácteos](#)