

La leche cruda y los quesos de leche cruda tienen importantes beneficios sobre la salud, sobre todo si se consumen en los primeros años de vida

-Los principales expertos europeos en la investigación científica sobre leche cruda se han reunido en Valencia para analizar los beneficios y riesgos de este alimento.

-El desconocimiento y la desinformación son, en opinión de estos investigadores, la principal razón de que las autoridades sanitarias restrinjan en muchos países europeos su consumo.

Valencia, 25 de octubre. Las principales conclusiones de los investigadores reunidos en las Jornadas Científicas Internacionales sobre la Leche Cruda que se han celebrado en Valencia no dejan lugar a dudas: el consumo de leche cruda y productos elaborados con ella tiene beneficios sobre la salud, sobre todo a la hora de evitar enfermedades relacionadas con el sistema inmunológico pero no exclusivamente.

- Una serie de estudios epidemiológicos han demostrado que el consumo de leche cruda actúa como factor de protección ante enfermedades como asma y alergias (Braun-Fahrländer et al., 2010 y Loss et al., 2011).
- Un estudio clínico en niños con alergias múltiples ha demostrado que estos no toleran la leche pasteurizada pero sí la leche cruda (Abbring et al., 2019).
- Los quesos de leche cruda contienen una cantidad significativamente mayor de ácido fólico.
- Una investigación *in vivo* hecha en ratones ha demostrado que ciertos quesos de leche cruda pueden reducir significativamente el colesterol y mejorar la capacidad antioxidante.
- Los quesos de leche cruda son una excelente fórmula para introducir microorganismos funcionales en la dieta.
- El consumo de leche cruda parece contribuir significativamente a la protección infantil ante la dermatitis atópica y las alergias alimentarias.

Los investigadores reunidos en Valencia han concluido que son necesarios más estudios para entender perfectamente cuál es la razón de que la leche cruda y los quesos de leche cruda tengan estos beneficios sobre la salud humana pero han destacado también que es la riqueza de la diversidad microbiana que contienen estos alimentos lo que parece estar detrás de ello. Una riqueza microbiana que, a la vez, sirve como protección ante los patógenos. Se ha demostrado, por ejemplo, la inhibición de microorganismos peligrosos como la listeria en los quesos elaborados con leche cruda.

Otra de las conclusiones de las Jornadas Científicas Internacionales sobre Leche Cruda ha sido, como explicó Dominique Vuitton, la prestigiosa inmunóloga francesa, que “está demostrado que los mayores beneficios del consumo de leche cruda y productos elaborados con ella se produce cuando estos se consumen en los primeros años de vida”.

El hecho de que una información tan importante como esta no llegue a la sociedad y a las autoridades encargadas de aprobar las regulaciones alimentarias es una paradoja, según opinaron varios de los científicos presentes. Y la causa, como señalaron en los coloquios que se celebraron durante las jornadas, parece ser el desconocimiento y la desinformación. Para tratar de paliar este problema, los investigadores asistentes a las Jornadas han decidido crear una red internacional de expertos en investigación sobre leche cruda.

Además de Dominique Vuitton han participado, entre otros científicos, Céline Delbès, investigadora de la Universidad de Clermont-Auvergne (Francia); Hélène Tormo, profesora de la Universidad de Toulouse (Francia); Milena Brasca, responsable del Instituto de Ciencias de la Producción Alimentaria (CNR-ISPA) de Milán (Italia) o Ton Baars, investigador de la Universidad de Utrecht (Holanda). El comité científico de las jornadas ha estado compuesto por: Ana María Molina, catedrática del área de Producción Animal en la Universidad de Castilla La Mancha; Conrado Carrascosa, profesor e investigador del área de Nutrición y Bromatología de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria; Luis Javier Barrón, catedrático de la Universidad del País Vasco en el área de Tecnología de los Alimentos; Odón Sobrino, de Socivesc; María del Rosario Fresno, profesora de Industrias Lácteas en la Universidad de La Laguna; Ton Baars, profesor e investigador de la Universidad de Utrecht (Holanda); Hélène Tormo, profesora de la Universidad de Toulouse (Francia), Dominique Vuitton, profesora emérita de la Universidad Bourgogne Franche-Comté (Francia), Luca Settanni, profesor de Microbiología Agrícola en la Universidad de Palermo (Italia); Céline Delbes, investigadora de la Universidad de Clermont-Auvergne (Francia); Juan Miguel Rodríguez, catedrático del Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos de la Universidad Complutense de Madrid; Milena Brasca, responsable del Instituto de Ciencias de la Producción Alimentaria (CNR-ISPA) de Milán (Italia) y Catharina Berge, epidemióloga y veterinaria, consejera de la Universidad de Ghent (Bélgica).

Las Jornadas Científicas Internacionales sobre Leche Cruda han estado organizadas por QueRed, la Red Española de Queserías de Campo y Artesanas en colaboración con FACEnetwork (Farmhouse and Artisan Cheese & Dairy Producers European Network). La clausura de las jornadas corrió a cargo de Alejandro Ramón Álvarez, concejal de Agricultura, Alimentación Sostenible y Huerta del Ayuntamiento de Valencia.

Y han contado con el patrocinio de las siguientes instituciones y empresas: Grupo Cooperativo Cajamar, La Majada Quesos, Leartiker, Trashumancia y Naturaleza, Fundación Entretantos, Associació Formatgers Comunitat Valenciana, Associació Catalana de Ramaders Elaboradors de Formatge Artesà, Asociación de Queseros Artesanos de Andalucía, Gestión Agroganadera-Quesería La Antigua, quesería artesana de campo Hoya de la Iglesia, INTIA-Idiazábal-El Roncal, Abiasa, Charcuval, CCPV COAG, Cabildo de Gran Canaria, Suministros Químicos Arroyo, DOP Queso palmero, Cortes de Muar, 2C Duecinox, Cremositos del Zújar, Coquard, Integra2, Uretxe, ProquiDeza, Plevnik y Bolaños. Además, las Jornadas cuentan con la colaboración del Ajuntament de València y del Instituto Canario de Investigaciones Agrarias (ICIA) del Gobierno de Canarias.

Si quieres contactar con los organizadores:

Remedios Carrasco: remedios.carrasco@redqueserias.org. Tfn: 676 72 90 11

María Jesús Jiménez. Tfn: 657 91 80 62

María Orzáez. Tfn: 626 98 09 53

Ángel Valeriano. Tfn: 617 37 02 59

Para más información sobre las jornadas, petición de entrevistas, etc:

Victoria Toro. victoratoronyc@gmail.com. Tfn: 670434556