

#SALUD#CALIDAD #SOSTENIBILIDAD  
#GARANTIABIENESTARANIMAL#TRADICIÓN  
#COHESIONTERRITORIAL#SOMOSDIETAMEDITERRANEA  
#LADIETAMEDITERRANEAESLALECHE



# CONCLUSIONES

## Foro de la LECHE Y DERIVADOS LÁCTEOS

Madrid. 11 -12 de julio de 2022



Fundación  
Dieta Mediterránea

#alimentosdeespaña





Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



## INTRODUCCIÓN

La Dieta Mediterránea es uno de los estilos de vida más saludables que existen, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) y uno de los más sostenibles, según la Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).

Los lácteos y sus derivados en la Dieta Mediterránea son muy relevantes, dado que son una excelente fuente de proteínas de alto valor biológico, aportando vitaminas y minerales, como el calcio y la vitamina D.

La recomendación del consumo de leche y productos lácteos es de dos veces al día para adultos y de tres o cuatro veces al día para niños y niñas, pudiendo elegir entre las diferentes variedades: leche, yogur y/o queso.

El pasado 11 de julio, en el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, celebramos el Foro de la Leche y Productos Lácteos con el objetivo de poner en valor sus cualidades nutritivas y remarcar las contribuciones económicas, sociales, culturales y mediambientales, a través del conocimiento y la experiencia de voces autorizadas.

La celebración de este foro constatado la importancia de la sostenibilidad integral del sector lácteo es clave para dar valor a toda la cadena alimentaria de la leche y lácteos. Así como la importancia de comunicar a la sociedad, desde la evidencia científica, todos los aspectos beneficiosos del consumo de leche y sus derivados lácteos con el fin de evitar la desinformación de la población y posibles bulos.

La leche y sus derivados lácteos son esenciales en la Dieta Mediterránea.



Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



# METODOLOGÍA

Esta acción se basa en un modelo participativo en el que profesionales de diferentes esferas relacionadas con la cadena de valor del producto ponen en común, a partir del conocimiento científico, las medidas y las soluciones que permitirán generar conciencia respecto a:

- Contenidos saludables de los alimentos
- Valor sociocultural
- Gastronomía
- Desarrollo Sostenible





Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



## PARTICIPANTES

Nombre	Apellidos	Cargo
Núria	Arribas Vera	Directora Gerente INLAC
Luis	Calabozo Morán	Secretario Gral. FENIL
Raúl	Compés López	Director del CIHEAM
Antonio	Elbar Camarena	Director Adjunto Poncelet
Elena	Escobar Sánchez	Dra. Gral Alimentación. Campo y Alma. Castilla La Mancha
Dr. Ramón	Estruch Riba	Presidente Paralelo 40 – Dieta Mediterránea
Marta	Garrido García	Jeja del Área de Coordinación de Calidad Diferenciada, de la Subdirección General de Calidad Diferenciada y producción Ecológica (MAPA)
Purificación	González Camacho	Subdirectora General de Promoción de los Alimentos de España (MAPA)
Oscar	Hernández Prado	Dr. Comunicación y Rel. Institucionales de Grupo Pascual
Dra. Rosa María	Lamuela Raventós	Dept. Nutrición y Ciencias de la Alimentación y Gastronomía de la Universidad de Barcelona
Dra. Ma. Rosaura	Leis Trabazo	Presidenta de la FEN
Jesús	López Colmenarejo	Director Editorial Agrícola
Marta	López García	Jefa de Área de Promoción Comercial. Tierra de Sabor (Consejería de Agricultura, Ganadería y Desarrollo Rural de la Junta de CyL)
Gabriel	Mariscal Ruigómez	Dr. Gral de Llet Nostra
Antonio	Martínez Blasco	Presidente D.O Queso Manchego
Carlota	Martínez Portela	Responsable de Nutrición y Salud. FIAB
Ricardo	Migueláñez Pastor	Director Agrifoods
Fernando	Moner Romero	Presidente CECU
Dra. Rosa María	Ortega Anta	Dpt. Nutrición y ciencias de la alimentación. Fac. Farmacia de la ucm
Laura	Ortega Espinosa	Jefe de Área de Promoción Alimentaria del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación
Isabel María	Pérez Hernández	Health & Sustainability manager DANONE
Blanca	Raidó Quintana	Dietista-Nutricionista de la Fundación Dieta Mediterránea
Juan Luis	Royuela Roldán	CEO La Cabezuela
Lorenzo	Sarratea Azcárraga	Presidente de la D.O Roncal
Dr. Gregorio	Varela Moreiras	Catedrático de Nutrición y Bromatología



Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



# CONCLUSIONES

## Conclusiones Principales

- **La leche y los productos lácteos forman parte del estilo de vida del Mediterráneo.**
- **La gastronomía como vehículo de productos lácteos de calidad.**
- **Hay que valorar y dignificar toda la cadena alimentaria de los productos lácteos.**
- **Alcanzar modelos de granja sostenibles y de bien estar animal.**
- **Fundamental comunicar la sostenibilidad integral de los lácteos desde la evidencia científica**
- **Se requiere más investigación basada en la evidencia para reforzar sus beneficios**

## Conclusiones por áreas de actuación

### Salud

La Dieta Mediterránea, es la evolución de la forma de vivir de los pueblos de la cuenca del Mediterráneo a lo largo de la historia. Este "camino" ha consolidado este estilo de vida, en uno de los más saludables del mundo, tal y como lo demuestran múltiples estudios. Las principales características alimentarias son el consumo elevado de alimentos de origen vegetal, utilización de aceite de oliva virgen para cocinar, aliñar y freír, consumo moderado de productos lácteos, pescado, carne blanca y huevos y un consumo ocasional de carne roja.

El papel de los productos lácteos dentro de la Dieta Mediterránea es muy relevante y fundamental, tanto desde un punto de vista cultural como del de la salud, siendo uno de los alimentos más completos al contener proteínas (de alto valor biológico), ácidos grasos, hidratos de carbono, vitaminas, minerales y probióticos.

De todos los minerales, los productos lácteos destacan por ser una de las fuentes de mejor biodisponibilidad de calcio y también de vitamina D. El calcio tiene una gran importancia en el organismo, ya que forma parte de los huesos y dientes en el cuerpo, desempeñando una función estructural y de reserva en los huesos. También tiene un rol importante en el crecimiento y formación del tejido óseo durante los primeros años de vida y minimizando la pérdida de tejido óseo en la tercera edad, y participa en la contracción y relajación muscular, y en la función nerviosa.



Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



Así mismo los estudios han relacionado que las personas que tiene un consumo adecuado de productos lácteos tienen un mejor índice de la calidad de su alimentación, lo que supone un valor añadido en la prevención de enfermedades de algunas enfermedades como por ejemplo una menor prevalencia de hipertrigliceridemia.

Por todos estos motivos los expertos recomiendan tomar entre dos y cuatro raciones al día, según la etapa de la vida.

## Sociedad/Gastronomía

La leche y los productos lácteos son productos que gracias a su versatilidad tiene un papel protagonista en nuestra alimentación y en nuestra cultura gastronómica. Su naturaleza los hace indispensables para la elaboración de muchas de nuestras recetas tradicionales mediterráneas, tanto saladas como dulces. Se puede decir que estos productos crean sinergias entre el placer de comer algo sabroso y lo saludable, al tratarse de una matriz alimentaria completa.

Poner en valor los productos lácteos es imprescindible, y crear sinergias entre la gastronomía y el confort nutricional, tiene que ser una de las vías para conseguir este objetivo. Así mismo, dar a conocer la riqueza patrimonial de estos productos con la alta calidad de producción es necesario para conseguir este fin.

Una característica importante de estos productos es que se pueden consumir a cualquier hora del día y de una forma fácil y sencilla, lo que les hace ser un producto con muchas posibilidades diferentes de consumo para cualquier colectivo.

## Sector agroalimentario

El sector lácteo es uno de los más importantes a nivel económico en España, pero es importante dar a conocer a la sociedad toda la cadena de producción, con el fin de dar valor al producto.

Por este motivo, habría que empezar por dignificar, en el más amplio significado de la palabra, el trabajo de los ganaderos, ya que son un elemento esencial para la sostenibilidad, entendiéndose en un sentido integral, en su múltiple dimensión ambiental, económica, social e institucional.



Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



La producción de leche y sus derivados, hace que los territorios rurales sean lugares mejor para vivir. En muchos casos, son granjas lecheras familiares, que van pasando de generación en generación, evitando la despoblación rural. El no cuidar ni dignificar al sector, puede llevar al abandono de los territorios rurales, con las consecuencias sociales, medioambientales, alimentarias, etc correspondientes. En el contexto actual, existe el riesgo de que esta situación sea real, con el cierre de muchas de estas granjas y con efectos desastrosos para la sociedad y el territorio.

El sector lácteo ha de ser un elemento del proceso de cambio para configurar el tipo de desarrollo que se dirige hacia un sistema global accesible y duradero, con el perfecto binomio entre lo humano y lo natural.

## Sostenibilidad

Hay que conseguir un modelo de granja sostenible para reducción de emisión de gases de efecto invernadero y menor consumo de agua, a partir de, por ejemplo, la modificación de las dietas, mejor gestión de las purinas o reducción del número de reses por granja.

Este sector también puede ser una opción para proporcionar fuentes alternativas eficientes sostenibles de energía, con una producción de energía limpia (por ejemplo, a partir de las purinas)

La gestión eficiente del pastoreo también es esencial en la prevención de fuegos y en la reducción de la deforestación a través de la agrosilvicultura (combinación de árboles y cultivos o crianza animal, en la misma área física).

También es esencial el cuidado y bienestar animal. El manejo del ganado siempre se realiza desde el respeto, donde se atiende al animal de forma global y donde en ningún momento pasa hambre o sed, tiene dolores, enfermedades o lesiones, pudiendo desarrollar de forma relativamente normal su comportamiento natural.

## Administración Pública

Es necesario realizar un plan de actuación conjunto, donde las líneas de trabajo entre las administraciones públicas (tanto estatales, como regionales y locales) y el sector lácteo (desde la producción a la distribución) se dirijan hacia el bien común, creando alianzas estratégicas para dignificar el sector y sus productos.



Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



La internacionalización de los productos lácteos es importante para ofrecer la visibilidad de los productos españoles, ensalzando la calidad y beneficio de los mismos.

Por todo ello, se deben buscar los canales de comunicación apropiados para cada colectivo para transmitir la sostenibilidad integral de los lácteos, así como poner en valor el sector y la calidad de los productos lácteos.

También es importante la formación y no sólo al consumidor sino también a los profesionales del sector de la hostelería, para proporcionar la visión general del valor global de los productos lácteos. De gran importancia es la formación a la población infantil, futuro de nuestra sociedad.

Las administraciones públicas deben apoyar la investigación basada en la evidencia científica, que es esencial y fundamental, un elemento básico que nos permite conocer más profundamente los aspectos saludables de los lácteos, tanto a nivel individual, poblacional o en la salud del planeta.



Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



# COMUNICADO DE PRENSA

La Fundación Dieta Mediterránea y el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación presentan las conclusiones del foro de la Leche y de los derivados Lácteos

## Los lácteos son esenciales en la Dieta Mediterránea

**José Miguel Herrero, director general de la Industria Alimentaria del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación *"es importante saber cómo consumimos los alimentos, qué nos aportan, dónde y quién los ha producido"***

**La sostenibilidad integral del sector lácteo es clave para dar valor a toda la cadena alimentaria de la leche y lácteos**

**Madrid, 14 de julio.-** La Fundación Dieta Mediterránea en colaboración del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación promoverán diversas líneas de actuación con el objetivo de comunicar la importancia del consumo de lácteos, ya que son parte esencial de la Dieta Mediterránea, considerada uno de los patrones de alimentación más saludables, según la Organización Mundial de la Salud.

La organización del foro de la Leche y los derivados lácteos ha permitido extraer unas primeras conclusiones sobre los lácteos y su cadena de valor, a través del conocimiento y reflexión de diferentes expertos y profesionales de los ámbitos de la salud, el sector, la sostenibilidad, la administración y la sociedad.

Todos ellos, concluyeron que la evidencia científica y la transparencia deben ser la base de la información.

Existe la necesidad de informar a la sociedad, desde la evidencia científica, de todos los aspectos beneficiosos del consumo de leche y sus derivados lácteos con el fin de evitar la desinformación de la población y posibles bulos.

Los productos lácteos son un alimento completo porque reúnen proteínas de alto valor biológico, grasas, hidratos de carbono, vitaminas, minerales y probióticos. Es la mejor fuente de calcio y también de vitamina D y además, es un índice de calidad de alimentación saludable. Datos que surgen de los estudios científicos existentes, tal



Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



como afirmó el Dr. Ramon Estruch, presidente del comité científico de la Fundación Dieta Mediterránea.

En este sentido, José Miguel Herrero, director general de la Industria Alimentaria del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación alabó la importancia de este tipo de acciones para poner en valor, desde el orgullo, los alimentos de España, *"el objetivo es hablar de forma directa a los ciudadanos que son parte de la Dieta Mediterránea, el mejor pasaporte que tenemos y que hace que seamos uno de los países con mayor calidad y esperanza de vida. Es importante saber cómo consumimos los alimentos, qué nos aportan, dónde y quién los ha producido"*.

Luis Calabozo, director general de FENIL, manifestó que los lácteos pertenecen *"a nuestra vida, están presentes en todos los hogares, y eso implica una responsabilidad del sector hacia la sociedad"*. Actualmente, se recomienda tomar de 2 a 4 raciones al día según la etapa de la vida.

Nuria M<sup>a</sup> Arribas, directora gerente de InLac, explicó que los lácteos ocupan uno de los sectores agroalimentarios más importantes del país, con una facturación de 13.000 millones de facturación y dando empleo a 60.000 personas.

Para Arribas, *"es vital trabajar en la sostenibilidad, queda mucho por hacer y la innovación nos puede ayudar a conseguir los objetivos, ya que es uno de los sectores más innovadores"*.

En este sentido, la sostenibilidad integral del sector (económica, social y medio ambiental) es una de las claves para dar valor a toda la cadena alimentaria, en especial, el trabajo de los ganaderos.

Las conclusiones del foro han sido presentadas en el Instituto Cervantes de Madrid por José Miguel Herrero, director general de la Industria Alimentaria del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, el coordinador científico del Paralelo 40 – Observatorio de la Dieta Mediterránea y miembro del departamento de medicina de la Universidad de Barcelona, dr. Ramón Estruch, el director general de FENIL, Luis Calabozo, la secretaria general de INLAC, Núria Arribas y el director ejecutivo de la Fundación Dieta Mediterránea, Domingo Valiente.



Fundación  
Dieta  
Mediterránea

#alimentosdespaña



Estas puntualizaciones responden al actual declive de los hábitos saludables en la población española, siendo importante promocionar la Dieta Mediterránea en todas las etapas de la vida, pero especialmente en niños, y adolescentes ya que son el futuro de nuestra sociedad.

También es muy importante formar y educa, sobre todo, transmitir la importancia de los lácteos en el marco de la gastronomía, destacando su versatilidad al tratarse de una matriz alimentaria. Son alimentos que se pueden consumir a cualquier hora del día.