



Comunicado de Prensa

El autobús de la “Generación Láctea” hace parada en Oviedo en su recorrido nacional para promocionar el consumo de tres raciones al día

- El “roadshow” visitará 30 ciudades españolas durante los dos próximos años para acercar al público los beneficios saludables de los lácteos
- Generación Láctea cuenta con un presupuesto de 1,5 millones de euros
- La Dra. Rosa María Ortega despejó dudas sobre el valor nutricional de los lácteos y la cantidad recomendada al día para garantizar una buena calidad de vida

La **Organización Interprofesional Láctea (INLAC)** presentó hoy jueves 17 de octubre en la Universidad de Oviedo la campaña “**Generación Láctea**”, que está recorriendo 30 ciudades repartidas por toda la geografía española durante los dos próximos años acercando al público los beneficios de los productos lácteos. Participó la directora gerente de INLAC, **Nuria M. Arribas**, así como **Rosa María Ortega**, doctora en Farmacia y catedrática de Nutrición en la Universidad Complutense de Madrid y miembro del Comité Científico de INLAC, entre otros, mientras que la temática escogida para esta ocasión fue “el valor nutricional y la cantidad diaria de lácteos”.

Los medios de comunicación han podido visitar el espectacular “**autobús lácteo**” de la campaña en el campus universitario de la capital gallega, que ofrece atención nutricional personalizada, recomendaciones de actividad física y realiza degustaciones de productos lácteos en la zona de showcooking. En este punto de información se anima, además, a los consumidores a descubrir la actividad y a consumir 3 lácteos al día. Tras su parada en Oviedo, el bus lácteo seguirá su recorrido hacia otras ciudades del norte peninsular.

Tanto en niños como en adultos y personas de edad avanzada, se recomienda el consumo de 3 lácteos al día, una cantidad que aumenta hasta las 4 raciones en el caso de los adolescentes y las embarazadas, ha recordado la directora gerente de INLAC, **Nuria M. Arribas**, durante la presentación.

De esta forma, el “autobús” lácteo centró hoy todas las miradas de los medios de comunicación. Este “Roadshow” es uno de los puntos fuertes de esta campaña, que recalará en las próximas semanas también en ciudades de otras comunidades autónomas como **Barcelona, Zaragoza, Pamplona, Bilbao o Santander**.

Radio Láctea

Entre las particularidades de este bus, destaca su “**Radio Láctea**”, un espacio en el que se ejecuta un programa de radio de aproximadamente 1 hora de duración a modo de charla informal con **Nuria María Arribas** (directora gerente de INLAC), **Rosa María Ortega**, del Comité Científico de



INLAC, y otros expertos. El programa grabado se subirá después a redes sociales y a un microsite en forma de podcast.

“La leche y los productos lácteos contienen calcio de alta biodisponibilidad, es decir, que es fácil de absorber, gracias a la presencia en estos alimentos de promotores de la absorción, como la caseína y la lactosa. En otros alimentos con calcio, como algunos vegetales y cereales, nos encontramos con inhibidores de la absorción, como los ácidos fítico y oxálico, que hacen que su calcio sea de menor biodisponibilidad”, ha remarcado **Ortega**.

Las cantidades de calcio que el organismo necesita varían en función de muchos factores. Según indica la Dra. Rosa María Ortega, “a lo largo de la vida las ingestas recomendadas para este mineral oscilan entre 800 y 2.000 miligramos al día, dependiendo, entre otros factores, de la edad, sexo, actividad o estado fisiológico”. Cuando nuestro cuerpo no puede disponer de él en las cantidades adecuadas, según indica esta catedrática, “se podrían plantear diversos riesgos para la salud que pueden ser una menor adquisición de masa ósea en infancia, adolescencia y juventud, y una mayor pérdida de masa ósea en la edad avanzada. Además, otros riesgos del aporte insuficiente de calcio pueden ser el peor control de la presión arterial, peor control de peso y otros problemas metabólicos”.

La campaña incluye el patrocinio de la Minicopa Endesa de la ACB

La **Organización Interprofesional Láctea (Inlac)** y la **Comisión Europea** coinciden en la necesidad de fomentar la presencia de la leche y los productos lácteos en el día a día de los españoles, además de fomentar la actividad física como estrategia frente a los problemas de salud relacionados con la alimentación, el sobrepeso y la obesidad.

Por otra parte, la leche y los productos lácteos no podían faltar en un evento deportivo tan representativo de la gente fuerte, sana y activa como la **Minicopa Endesa de la ACB**. En este sentido, la campaña estará presente patrocinando el torneo, apoyando a los jóvenes talentos y fomentando el consumo de leche y productos lácteos entre las nuevas generaciones.