



# ¡úmate a la Generación Láctea

## Comunicado de prensa

### **El autobús lácteo de InLac anima a los murcianos a consumir al menos 3 lácteos al día y desmiente bulos y fakenews sobre estos saludables alimentos**

*Generación Láctea cuenta con apoyo de la Unión Europea (UE) y un presupuesto de 1,5 millones de euros para divulgar estos saludables alimentos. El autobús lácteo recorre 15.000 kilómetros acercando los lácteos a la población de Andalucía, Extremadura, Castilla-La Mancha, Murcia y Comunidad Valenciana*

*Tanto en niños como en adultos y personas de edad avanzada, se recomienda el consumo de 3 lácteos al día, cantidad que aumenta hasta las 4 raciones en el caso de los adolescentes y las embarazadas, ha explicado la doctora Manuela Juárez.*

Murcia, 6 marzo 2020- La Organización Interprofesional Láctea (InLac) ha presentado en Murcia la campaña “Generación Láctea”, en su recorrido por 30 ciudades repartidas por toda la geografía española acercando al público los beneficios de los productos lácteos y el deporte entre 2019 y 2020. La campaña también quiere contrarrestar bulos y fakenews sobre el sector.

Los murcianos han podido visitar entre ayer y hoy el “autobús lácteo” de la campaña para recibir atención nutricional personalizada, recomendaciones de actividad física y degustaciones de productos lácteos en su zona de showcooking. En este punto de información se animó a los consumidores a descubrir la actividad y a consumir al menos 3 lácteos al día, cantidad recomendada por la comunidad médica.

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 expertos. El programa grabado se subirá después a redes sociales y a un microsite en forma de podcast. Han participado la directora gerente de InLac, **Nuria María Arribas**; la doctora en Químicas, profesora de Investigación “ad honorem” del CSIC, experta en Tecnología de los Alimentos y miembro del Comité Científico que respalda la campaña “Generación Láctea”, **Manuela Juárez**, y la directora de calidad y de I+D de Postres Reina, **Isabel Puerta Lozano**.

La directora gerente de InLac, **Nuria M. Arribas**, ha destacado ante los medios de comunicación de la Región de Murcia el compromiso del sector lácteo por promover campañas de divulgación entre los más jóvenes, como Generación Láctea. Tras recorrer varias comunidades autónomas del norte peninsular en 2019, **Málaga** fue la primera ciudad con parada de este “Roadshow” en 2020 (12 al 16 de febrero), antes de recalar en **Granada** (18 y 19 de febrero), **Córdoba** (20-21 febrero), **Sevilla** (22-23 febrero), **Cáceres** (25-26 febrero), **Badajoz** (27 y 28 de febrero), **Albacete** (29 de febrero y 1 de marzo); **Almería** (3-4 marzo) y ahora **Murcia** (5-6 marzo). A continuación se dirigirá **Alicante** (7-8 marzo); **Valencia** (10-11 marzo); **Ciudad Real** (12-13 marzo); **Toledo** (14-15 marzo); **Guadalajara** (17-18 marzo) y **Madrid** (19 y 20 de marzo).



## ¡úmate a la Generación Láctea

### Evidencia científica frente a bulos y fakenews

Los lácteos aportan proteínas de alto valor biológico e hidratos de carbono, fundamentalmente en forma de lactosa, además de calcio, magnesio, fósforo, zinc y otros minerales, así como vitamina B12 y A, todos ellos con importantes funciones en el organismo. A pesar del valor indiscutible de la leche y de sus derivados en la nutrición humana, los lácteos están siendo objeto de debate, cada vez más en los últimos años, en el ámbito científico, pero sobre todo en ámbitos ciudadanos o en el ámbito pseudocientífico, tal y como han advertido desde la Interprofesional.

Cada vez con más frecuencia se difunden en Internet y redes sociales mensajes alarmistas sobre los lácteos y sus efectos en la salud, que en su mayoría tienen muy poca base científica o que han hecho una interpretación sesgada o, al menos, no del todo correcta de algunos estudios publicados, de acuerdo con InLac.

**Juárez** ha valorado que “los macronutrientes lácteos como proteínas, carbohidratos y grasa, se encuentran en una proporción equilibrada y su aporte nutricional se considera elevado en relación con el contenido calórico, lo que resulta particularmente interesante para el control de peso. Además, los lácteos contienen un conjunto de componentes en concentraciones menores como minerales y vitaminas, con elevada actividad biológica y de gran interés para la salud”.

“Los distintos productos lácteos disponibles comercialmente, presentan amplios intervalos de composición, por lo que permiten cubrir tanto los diferentes gustos y hábitos de consumo, como las distintas utilizaciones de interés nutricional dirigidas a estados fisiológicos específicos”, ha añadido esta experta de referencia.

Según ha recordado, existe un elevado consenso entre los profesionales de la salud sobre la importancia de incorporar lácteos como parte de una dieta variada y equilibrada. “Debido a la elevada presencia en los productos lácteos de nutrientes de interés para la salud, las guías internacionales de referencia alimentaria, comunidad científica y médica, recomiendan consumir de 2 a 4 raciones diarias, dependiendo de la edad, actividad física, estado fisiológico, y en el marco de una dieta variada y equilibrada”, concreta la doctora Juárez.

### Sobre InLac

**InLac es la organización interprofesional que engloba a todo el sector lácteo de España. Sus miembros representan tanto a la producción –ASAJA, COAG, UPA y Cooperativas Agro-Alimentarias de España- como a la transformación –FENIL y Cooperativas Agro-Alimentarias de España.**

**InLac es el instrumento fundamental de interlocución y vertebración entre los agentes de la cadena láctea y se constituye como el foro estable de discusión entre sus miembros, respetando los ámbitos de actuación propios de las organizaciones que la componen.**