



La leche es un alimento que los humanos consumen con regularidad durante varias etapas de su vida. Su composición resulta notable, ya que sus elementos brindan beneficios al organismo, pues cuenta con vitaminas D y A, así como las del grupo B y calcio.

Además de mostrar beneficios en la salud como un método de prevención de la osteoporosis, recientemente en Argentina se identificó que su empleo también puede evitar la formación de células tumorales y la aparición de la diabetes.

Investigadores argentinos del Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria (INTA) crearon un tipo de lácteo, nombrado “súper leche”, el cual no está tratado con agregados químicos y se obtiene gracias a una alimentación especial que reciben los vacunos a base de oleaginosas (vegetales de cuya semilla o fruto puede extraerse aceite como el maíz, algodón, cacahuate y alpiste) aceites y derivados de la molienda, como las cáscaras de la soya.

En detalle, la diferencia ante este lácteo es que además de aportar los nutrientes clásicos de la leche común, que son minerales, proteínas, grasas y azúcares esenciales, cuenta con ácido linoleico conjugado (CLA) y ácido vaccénico (AV), los cuales son compuestos que permiten brindar al cuerpo propiedades antitumorales y antidiabéticas.

Es gracias a esta alimentación especial que se les proporciona a las vacas, que la “súper leche” tiene menor contenido graso y fortalece el sistema inmune del ser humano, además de prevenir la formación de tumores como el de mama y próstata, así como la diabetes y la

acumulación de grasa en las paredes internas de las arterias.

La combinación de alimentos que se les da a las vacas hace que produzcan leche con cantidades más altas de ácidos beneficiosos, reduciendo la producción de los que obstruyen las arterias de los seres humanos, es decir, que la leche reduce la grasa saturada desde el punto de vista cardiovascular y evita otras afecciones. Asimismo, la "súperleche" tiene niveles bajos de grasas saturadas y un índice récord de 9 por ciento de ácido linoleico conjugado. En tanto, la leche normal tiene entre 3 por ciento y el 3.4 por ciento de grasas saturadas, nivel contraindicado para las personas con problemas del corazón y colesterol alto.

Cabe mencionar que este producto no es un medicamento, sino un alimento que puede prevenir las enfermedades, siempre y cuando la persona lo combine con una vida saludable.

En tanto, este tipo de investigación para producir una leche más sana se está probando en ratones en Estados Unidos, y un estudio similar se desarrolla en Francia, mientras que en Argentina ya se ha comenzado a vender queso hecho con la "súperleche" en tiendas pequeñas en la provincia de Buenos Aires.

Iván Olvera