

KIT DE PRIMERAS RESPUESTAS

Aquí encontrará las respuestas a las preguntas más comunes que frecuentemente hacen todos aquellos que no están familiarizados con la producción de leche.

PRODUCTOS LÁCTEOS: ¿CUÁLES? ¿CUÁNTO? ¿POR QUÉ?



• ¿Cuánta leche se consume en Argentina?

En Argentina se consumen en promedio 200 litros por persona al año (promedio últimos 10 años). Supera el nivel recomendado por la OMS de entre 150-180 lts/cápita, y casi duplica el promedio mundial, de 117 lts. Sin embargo, existe una gran disparidad en el consumo interno.

• ¿Cuánto queso comemos en Argentina?

El consumo es de 10,1 kilogramos de queso por persona por año. Y ese consumo se distribuye en: Quesos blandos y muy blandos (61%), Semiduros (25%), Duros (6%) y Otros (Ej.: rallados 8%)

• ¿Qué es la leche UHT o UAT?

Para poder ser comercializada y consumida, la leche fresca debe ser sometida a un tratamiento de temperatura para asegurar su inocuidad, este tratamiento es denominado pasteurización. Existen diferentes tipos de pasteurización, uno de ellos es el UHT (Ultra High Temperature) o UAT (Ultra Alta Temperatura), que utiliza altas temperaturas por pocos segundos, lo que permite que la leche pueda ser conservada a temperatura ambiente por más tiempo, manteniendo la misma calidad nutricional.

• ¿Por qué no tomamos la leche cruda?

La pasteurización de la leche cruda asegura que la leche esté libre de posibles microorganismos nocivos para la salud que puedan contaminarla durante su proceso o traslado.

• ¿Qué diferencia a las leches orgánicas de las demás?

En términos de calidad, seguridad y nutrición, no existe una diferencia apreciable entre la leche orgánica y la leche regular, con "orgánico" se hace referencia a las prácticas productivas. Ley 25.127.

• ¿Qué es una bebida láctea?

Son "productos lácteos elaborados a partir de la leche, leche reconstituidas y/o fermentadas, y/u otros derivados de origen lácteo, con o sin el agregado de otras sustancias alimenticias y en los que el contenido de ingredientes de origen lácteo es como mínimo del 51% de la totalidad de los ingredientes del producto listo para consumo".

Al diluirse pierde vitaminas, proteínas, calcio y otros nutrientes: es decir que es menos nutritivo que la leche.

• ¿Qué es la proteína de alto valor biológico?

Muchos alimentos contienen proteínas, pero no todas son iguales. Las proteínas son la fuente de aminoácidos para nuestro organismo. Algunos aminoácidos son esenciales, es decir no pueden ser fabricados en nuestro organismo, por lo tanto, deben ser consumidos a través de los alimentos. Por otro lado, no todos los alimentos que consumimos son igualmente digestibles, algunos se pueden aprovechar más que otros. Las proteínas de alto valor biológico contienen altas concentraciones de aminoácidos esenciales y son altamente digestibles y aprovechables por el organismo. La leche es una de las fuentes de proteína de mayor valor biológico que existen.

• ¿Por qué se recomienda consumir lácteos?

Contiene varios nutrientes que son indispensables: proteínas, calcio, fósforo, magnesio, selenio y vitaminas (B2, B5 y B12) además, la leche entera conserva la energía necesaria y las vitaminas A y D que se encuentran ligadas a la grasa. Algunas funciones que poseen las proteínas del suero de leche son: prevención de cáncer, actividad prebiótica, actividad antimicrobiana y antiviral, entre otros.

KIT DE PRIMERAS RESPUESTAS

Aquí encontrará las respuestas a las preguntas más comunes que frecuentemente hacen todos aquellos que no están familiarizados con la producción de leche.

PRODUCTOS LÁCTEOS: ¿CUÁLES? ¿CUÁNTO? ¿POR QUÉ?



• ¿Es verdad que la leche vencida se re-pasteuriza?

No, está prohibido. La leche sometida a varios procesos de ultrapasteurización sufriría cambios en sus características organolépticas, que serían muy fáciles de distinguir. Si se ha comenzado un proceso de enraciamiento, esterilizar o pasteurizar de nuevo no vuelve atrás el proceso, la leche no recupera sus características originales.

Fuente:



Producido por:

