

SE ENCUENTRA EN UNA ETAPA INICIAL DE DARSE A CONOCER:

# Gremio releva los beneficios de la leche A2 para personas con intolerancia a la lactosa



Se trata de una opción alimenticia que se obtiene a través del manejo genético del ganado y que, por lo mismo, es distinta a la leche sin lactosa.

De acuerdo al Ministerio de Salud, al 2022 cerca del 50% de la población de Chile es intolerante a la lactosa, razón por la cual se han trabajado opciones para ese tipo de consumidores.

Jorge Guzmán B.  
 prensa@latribuna.cl

Según la Federación de Productores de Leche de Chile, una de las opciones en el mercado disponible para consumidores intolerantes a ciertos componentes de la leche de vaca, diferente a la que no tiene lactosa, es la leche A2 que aísla uno de los nutrientes libre de sus efectos adversos.

De acuerdo a datos del año

2022 del Ministerio de Salud, la mitad de la población chilena es intolerante a la lactosa, afección en la cual una persona tiene dificultades para digerir este componente, que es el azúcar natural que está presente en la leche y otros productos lácteos. Esto ocurre debido a una deficiencia de lactasa, la enzima producida en el intestino delgado encargado de descomponer la lactosa en glucosa y galactosa, que luego son absorbidas en el torrente sanguíneo.

Las personas con intoleran-

cia a la lactosa pueden experimentar una serie de síntomas después de consumir productos lácteos, que incluyen hinchazón abdominal, dolor abdominal o calambres, gases, diarrea y náuseas.

Para esos casos está dicho alimento que se produce a través del manejo genético del ganado, obteniendo una leche natural con presencia de los nutrientes esenciales convencionales, como el calcio.

Según información de la Federación de Productores de Leche de Chile, con datos del Instituto de Investigaciones Agropecuarias (INIA), "una de las principales proteínas de la leche de vaca es la beta caseína, que tiene una variante A1 y A2. La variante A2 estaría libre de efectos que podrían afectar a algunos consumidores", explica el investigador de INIA Remehue, Andrés Carvajal.

## CARACTERÍSTICAS DE LA LECHE A2

Fedeleche informa que "la leche A2 se produce exclusivamente a partir de vacas que producen la proteína A2", cuyo origen está en la genética bovina: "Algunas vacas naturalmente producen leche con predominancia de la proteína A2, pero derivado de la selección de otros caracteres productivos, fue perdiendo predominancia en los planteles comerciales".

Desde el gremio se indica que "la leche A2 contiene los mismos nutrientes esenciales que la leche convencional, como calcio, proteínas y vitaminas, lo que la convierte en una opción nutricionalmente rica".

Sobre la diferencia de la leche A2 con aquella sin lactosa, se precisa que son dos productos



LA LECHE A2 ES NATURAL, no lleva ningún producto adicional añadido y cuenta con los mismos porcentajes de calcio y grasa que la leche natural.

distintos: mientras la primera se centra en la variante de la proteína beta-caseína, en la leche sin lactosa se trata de eliminar o reducir la lactosa.

## OPCIÓN DE LECHE PARA INTOLERANTES A LA LACTOSA

El investigador del equipo de alimentos de INIA, Ignacio Subiabre, explica, en el sitio web de Fedeleche, que además de prevenir malestares estomacales, la leche A2 es "natural porque no lleva ningún tipo de producto adicional añadido y tiene los mismos porcentajes de calcio y de grasa".

"Sin embargo, uno de los valores nutricionales del consumo de leche y lácteos es el aporte de calcio al cuerpo y la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda, al menos, medio litro al día", explican.

Al respecto, la directora nacional de INIA, Iris Lobos, señala a en la web de la Federación de Productores de Leche nacional, que "la intolerancia a la lactosa ha ido creciendo en el país y se ha creado una gran gama de leches que se ofrecen en esa línea".

## LECHE A2 AÚN CUENTA CON POTENCIAL DE COMERCIALIZACIÓN

Desde Fedeleche se pone acento en que "si bien la leche A2 viene a dar respuesta a este grupo minoritario y específico de personas que tiene intolerancia a la proteína de la leche y ya se encuentra en el mercado, aún está en una etapa inicial y recién dándose a conocer entre los consumidores".

También oferentes nacionales de este tipo de leche han presentado productos tradicionales como mantequilla con sal tradicional y líneas de queso fresco.

Una revista del sector lechero explica además, la importancia de la genética en esta producción: Infotambo indica que "para que una vaca produzca verdadera leche A2, debe tener dos copias del gen A2 en su ADN. Cada animal recibe una copia del gen de beta caseína de su padre y una copia del gen beta caseína de su madre. Entonces, para tener un 100 por ciento de posibilidades con un animal A2A2, se debe cruzar un toro A2A2 con una vaca A2A2", se precisa.

