



Elección de los lácteos por parte del consumidor
Información vs desinformación
MITOS Y REALIDADES

Lic. Nutrición Rafael Cornes
Coordinador Programa Más Leche=Más Salud
Coordinador Campaña ¡Sí a la Leche!
FEPALE





**¿Son importantes los alimentos saludables
en la vida del ser humano sano?**

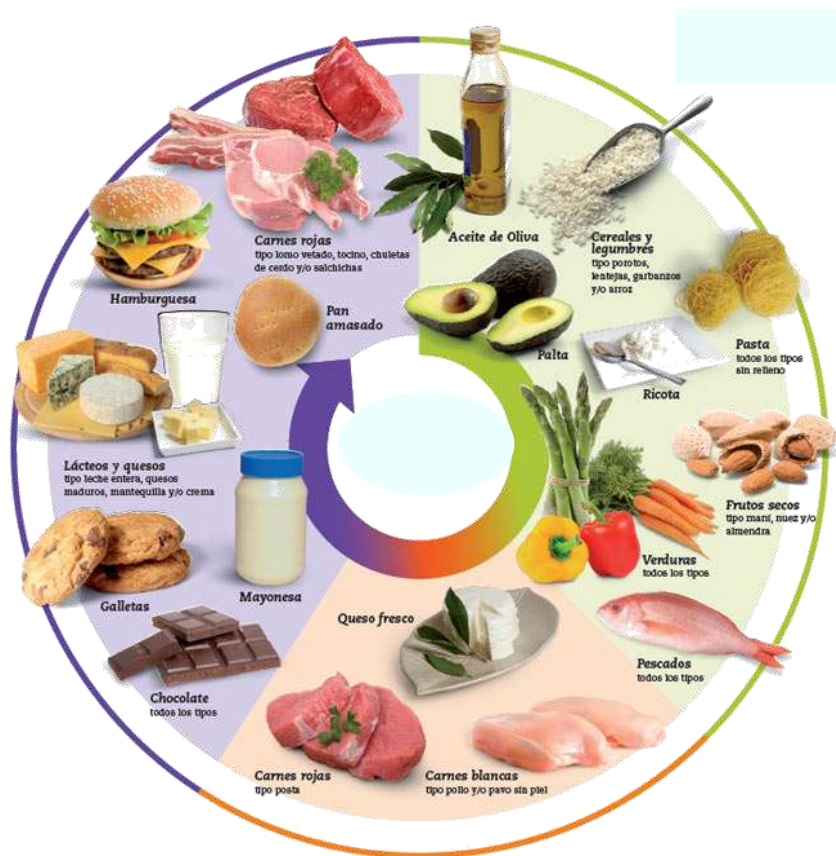


**¡La prevención
es el mejor tratamiento!**



Detrás de grandes bondades, es común encontrar adversidades

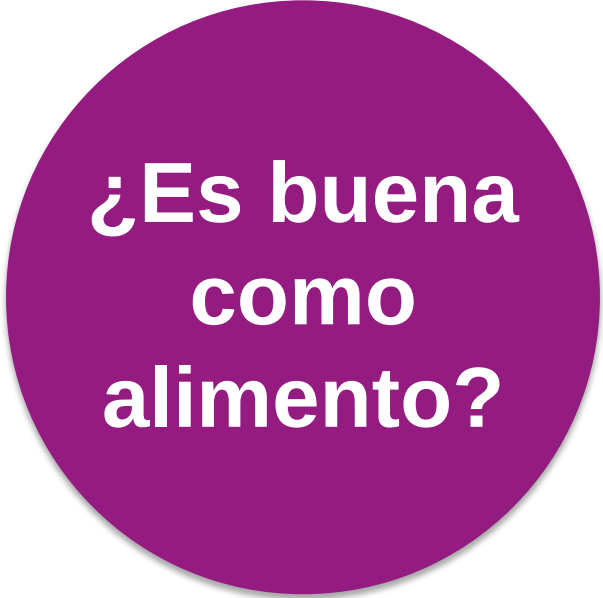
- ✚ Ningún alimento por sí solo satisface todas nuestras necesidades
- ✚ Ningún alimento es malo, pero sí el exceso



Algunos alimentos pueden causar efectos adversos en algunas personas; sin embargo, sería irracional eliminarlos de la dieta de la población general.



Vigencia de la leche



**¿Es buena
como
alimento?**



Nutrición al servicio de la salud

Somos lo que comemos

Todos queremos vivir más y mejor



TENDENCIA ACTUAL DEL CONSUMIDOR

Búsqueda de productos «sanos» o «saludables»

- Satisfacer sus necesidades nutricionales
- Obtener salud y bienestar
- Extender su expectativa de vida

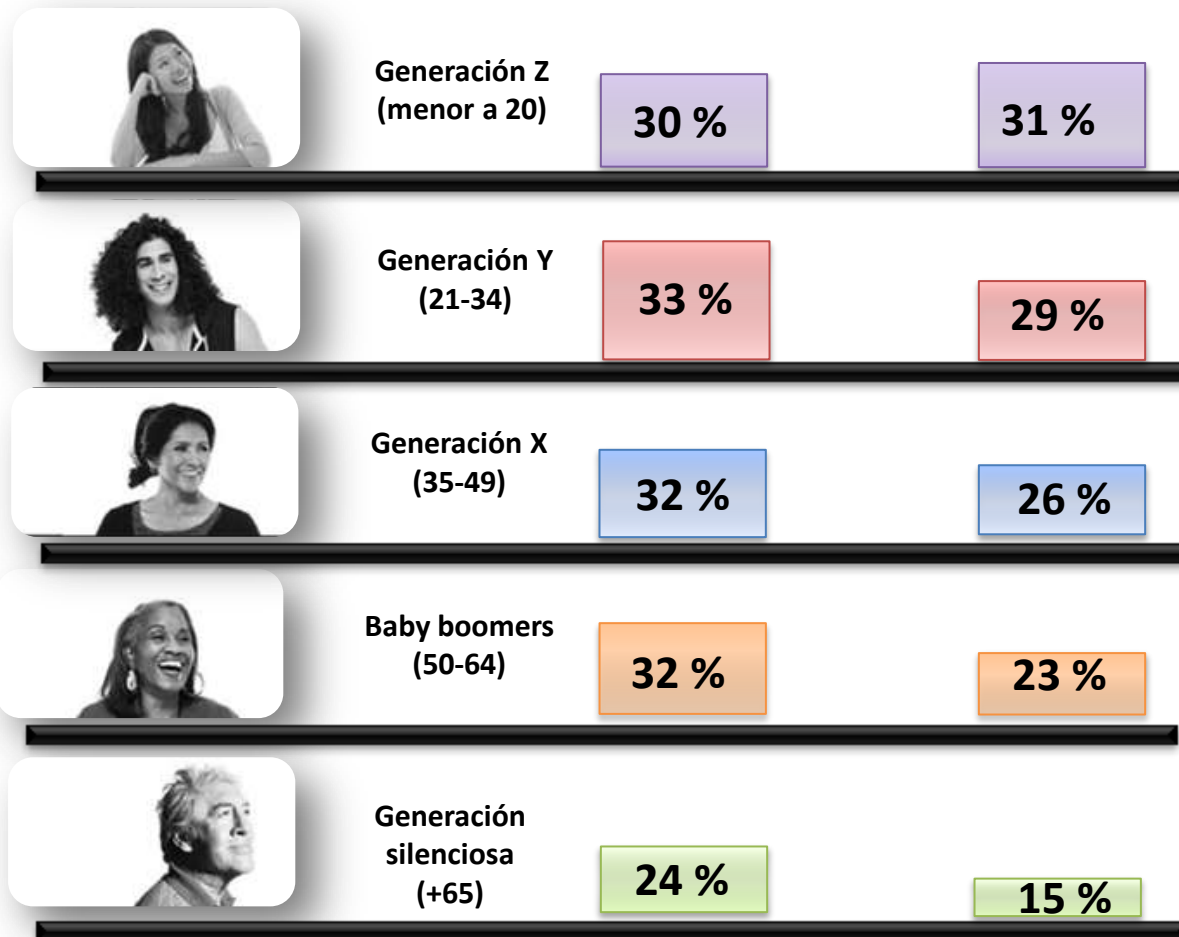
TENDENCIA DEL MERCADO



Interés en la calidad de los alimentos con base en la generación del internauta

Calidad muy importante

Dispuesto a pagar más por mejor calidad



Nielsen Global Survey, 2015



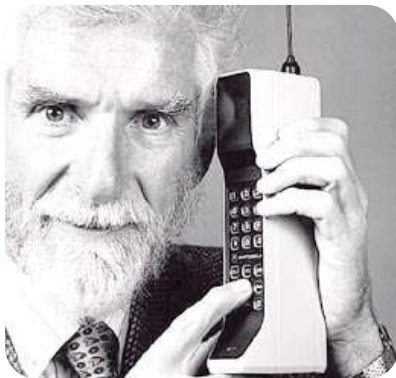
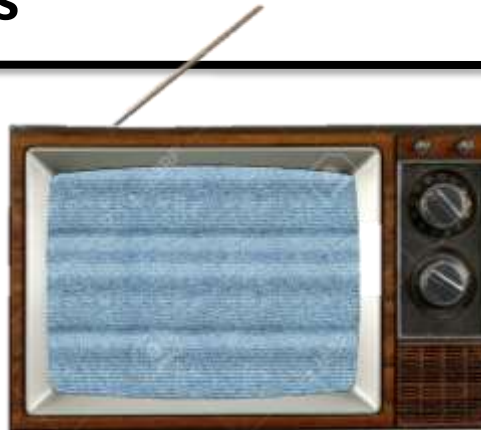
El internet cada vez más al alcance de todos



Nuevas tecnologías



Antes



Ahora



Acceso a internet para buscar información



Personas con
acceso a
internet a nivel
mundial

43 %



57 %

Personas sin
acceso a
Internet a nivel
mundial



Baby boomers

7%



Generación
silenciosa



Generación Z

1%

38%



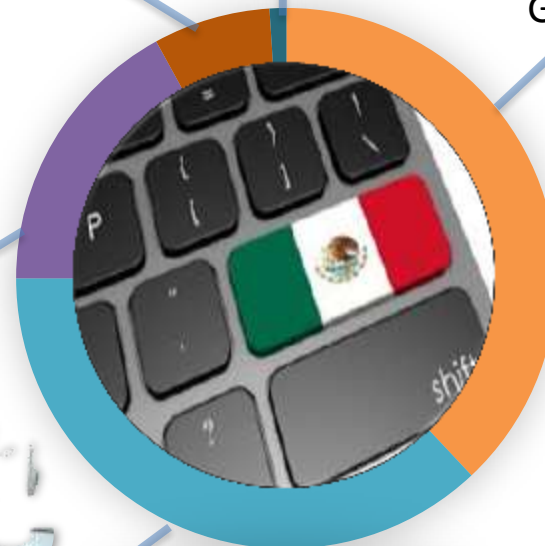
Generación X

17%



Generación Y

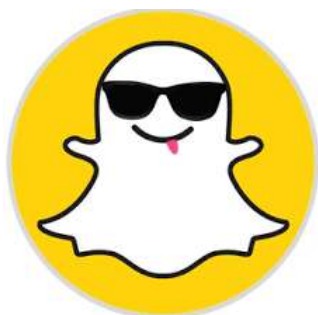
37%



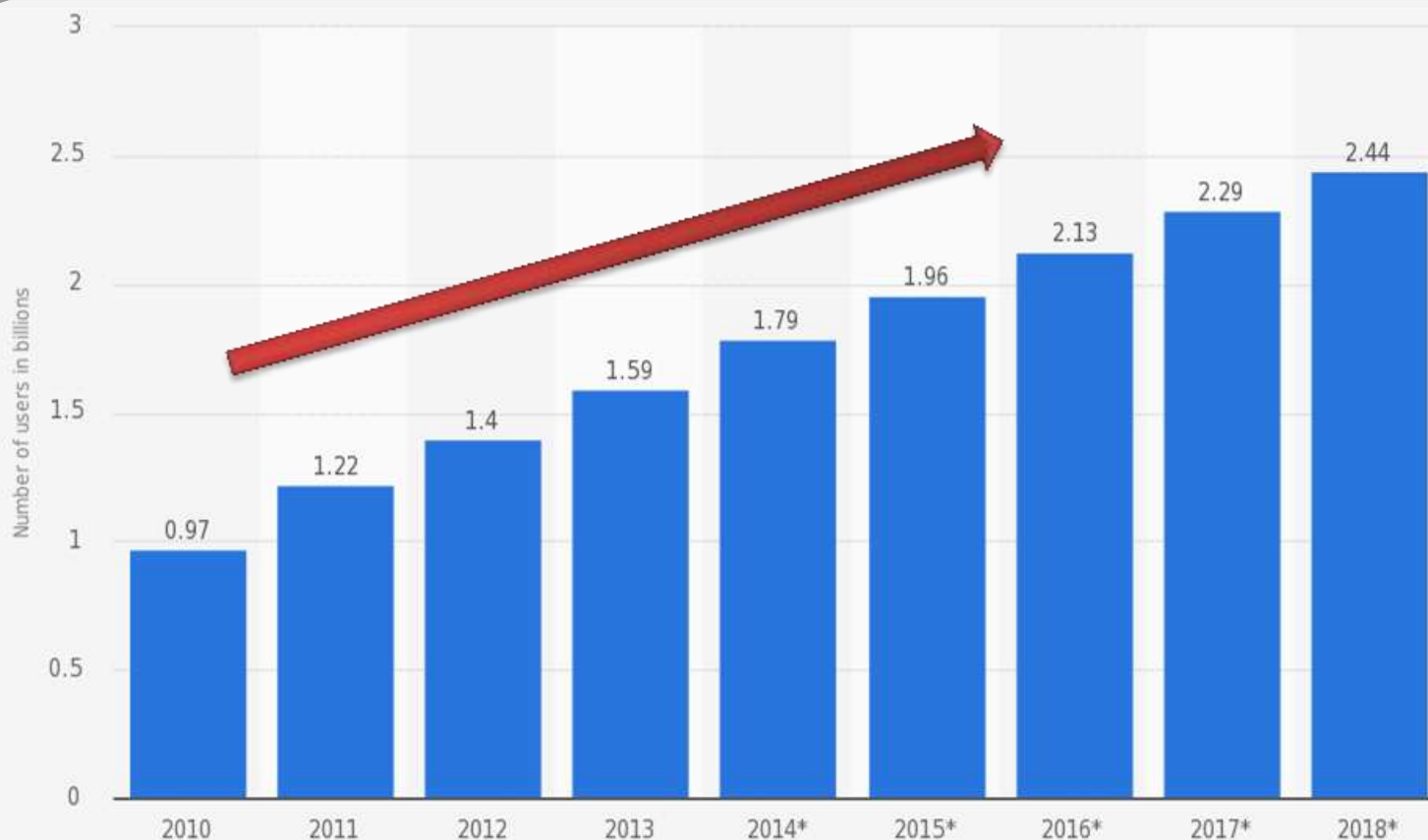
Internautas según
su generación
(Caso de México)



“Información a un click de distancia”



Número de usuarios en redes sociales a nivel mundial de 2010 a 2018 (en miles de millones)

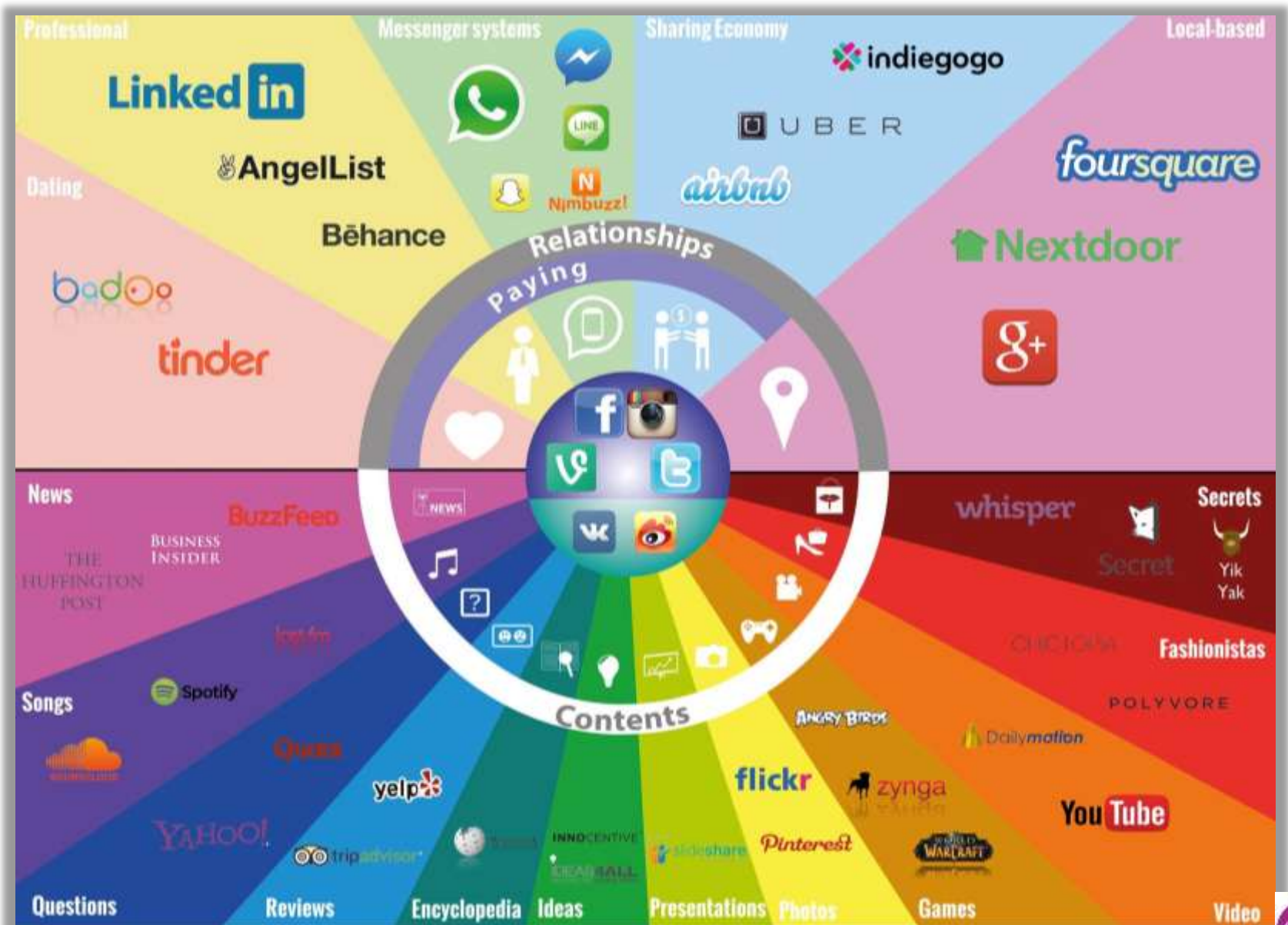


Source:
eMarketer, American Marketing Association
© Statista 2015

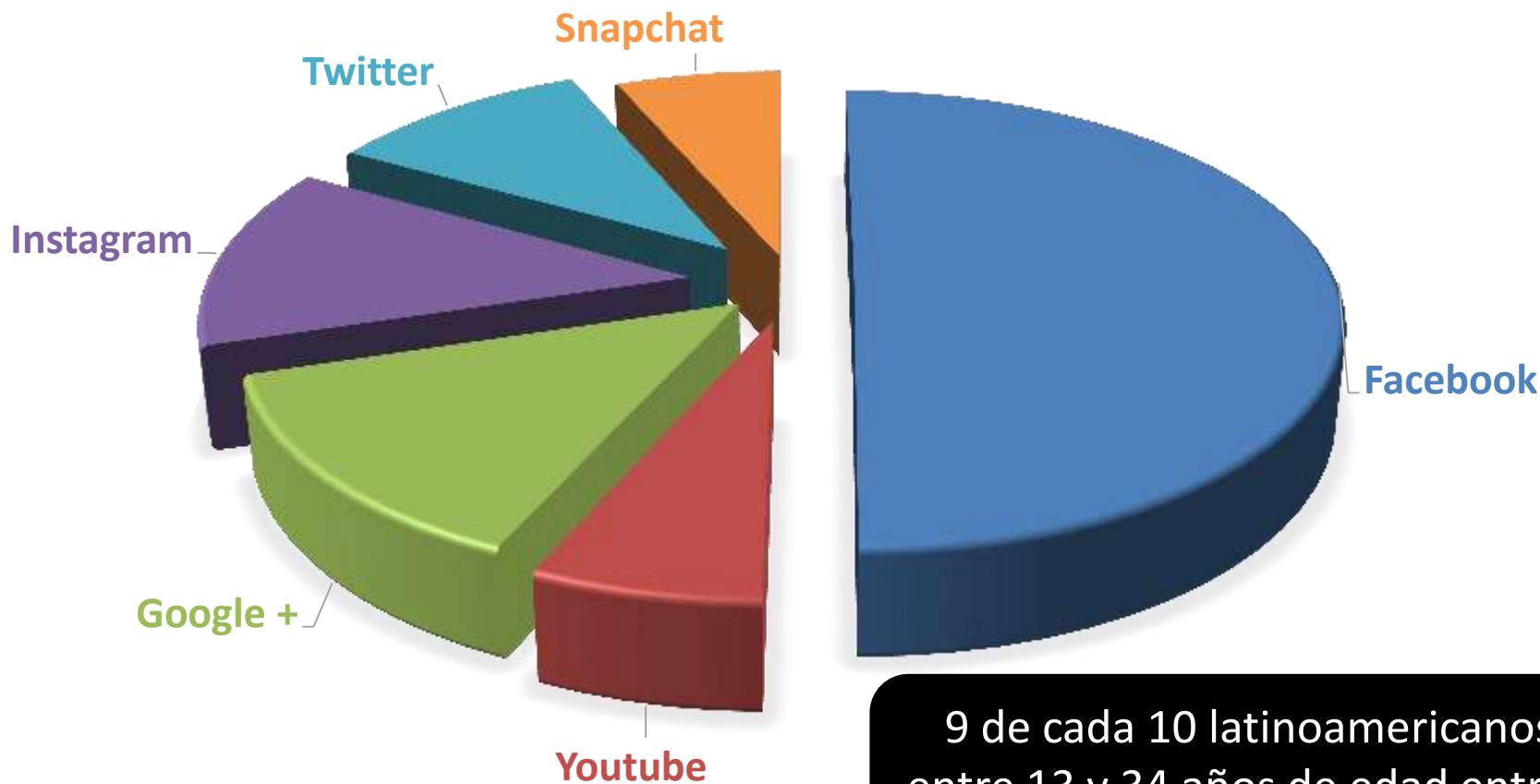
Additional Information:
Worldwide; eMarketer, 2010 to 2014

statista

Mapa de principales redes sociales en 2015



Redes sociales más usadas en 2016 (millones de usuarios)



9 de cada 10 latinoamericanos entre 13 y 34 años de edad entran todos los días a Facebook

Facebook es la “segunda pantalla” (después de la televisión) preferida por la generación de personas entre los 13 y 34 años de edad.

Dentro de las redes sociales existen grupos de personas y Profesionales de la salud que promueven hábitos alimenticios específicos



De pronto, los ideales de cada grupo se vuelven fanatismo

**IMPACTANTES IMÁGENES DE UN
MATADERO VEGANO**



VS

**LA LECHE ES IGUAL
A VENENO**



“HÁBITOS SOCIALES”

2016

¿Qué es lo primero que hacemos hoy cuándo nos despertamos?

- Leer Correo - 34%
- Ver el Celular - 20%
- Poner alarma - 20%
- Leer las noticias - 20%
- Ver los programas de la televisión - 20%



1980

¿Que era lo primero que hacíamos cuando nos despertábamos ?

- Pipi - 97%



ADÓNDE LOS ENCONTRAMOS?
CUALQUIER SITIO WEB Y REDES SOCIALES



MITOS

- **Arraigados y repetidos**
- **Sin base científica sólida**





HARVARD

MITO

HARVARD ELIMINA LA LECHE DE LA GUÍA DE ALIMENTOS SALUDABLES

...”De acuerdo a la información presentada por la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Harvard, la leche fue eliminada de la guía de alimentación saludable, la cual según su guía llamada Healthy Eating Plate, la leche debería ser sustituida preferentemente por agua”...

CIENTÍFICOS DE HARVARD DICEN QUE PARES DE TOMAR LECHE !!!!

...”Un investigador de Harvard y pediatra afirma que la leche convencional y los productos lácteos causan daño– gracias a la adhesión de endulzantes que comprometen la salud”...

Como lo mencionó David Ludwig en una investigación, publicada en el Diario de la Asociación Médica de Pediatras Americana, existe información que concluye sobre los efectos enfermizos de las bebidas endulzadas con azúcar.



HARVARD

REALIDAD

HEALTHY EATING PLATE

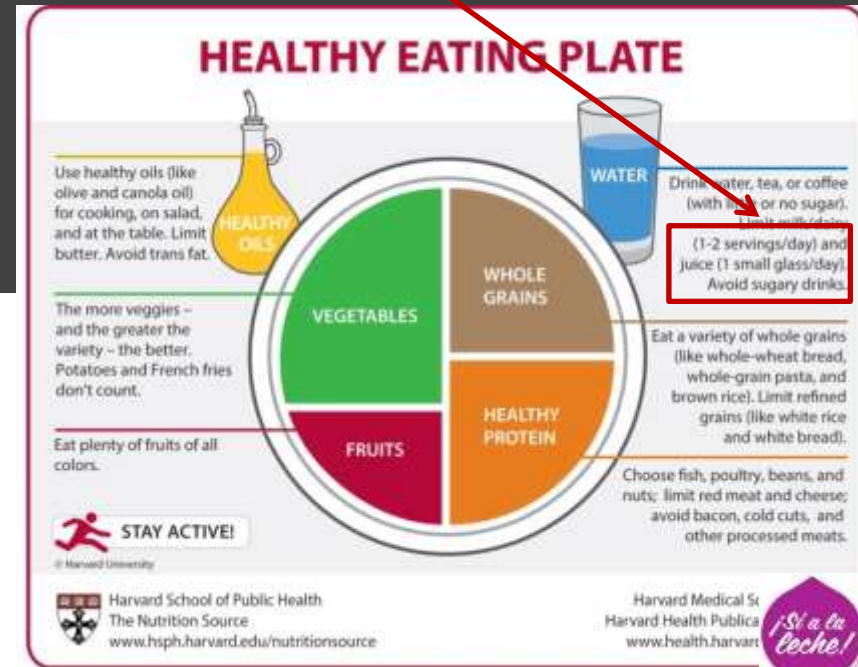
Harvard's New Guide to Healthy Eating

... "It recommends limiting milk and dairy to one to two servings per day,

DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE
LOS ESTADOS UNIDOS



ESCUELA DE SALUD PÚBLICA DE LA
UNIVERSIDAD DE HARVARD



Campañas Anti - Leche

Ataques a la leche y productos lácteos

- Artículos en medios de comunicación y redes sociales
 - Mensajes erróneos y malintencionados
 - Profesionales de la Salud que «desinformamos»
- Intriga, Controversia y Angustia en el consumidor final



**¿Dónde podemos encontrar
información sobre las
“maldades” de la leche para la
salud humana, medio ambiente,
bienestar animal?**

Campañas Anti - Leche

Publicaciones sensacionalistas, subjetivas y tendenciosas

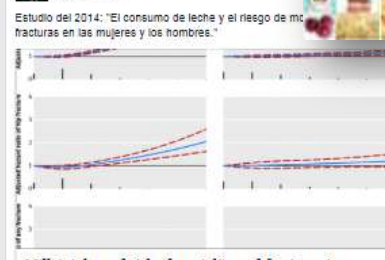
Despierta

Vivimos en una mentira



Científico de Harvard suplica que paremos el consumo de leche

154 COMENTARIOS



Videos sugerentes y accesibles a la mayoría de la población



La gran mentira sobre la leche

de makoke43

Hace 3 años. • 546,034 vistas

Leche y lácteos ¿perjudiciales para la salud? ¡Imposible! Todos sabemos que la leche y los lácteos no sólo son sanos sino que ...

1:30:15



LECHE DE VACA NO ALIMENTA AL SER HUMANO

de Master Red

Hace 3 años. • 186,730 vistas

A pesar de la creencia general, en realidad la **leche** animal NO es adecuada para el consumo humano. Puede provocar ...

HD



No a la leche - Alternativa

de EatAlkalineFoods

Hace 2 años. • 2,907 vistas

Tatiana Barrera (<http://TatianaBarrera.com>) habla sobre las leches vegetales como una alternativa saludable a la **leche** de vaca.

4:50



La verdad sobre la "LECHE": Estudio revela que podría ser DAÑINA para la Salud

de MrSaludTV

Hace 7 meses. • 3,740 vistas

El componente de la **leche** que parece causar daño es el azúcar llamado galactosa. La **leche** entera, **leche** descremada y otros ...

3:56



La otra cara de la leche - Lucia Redondo

de Isai Ocana

Hace 2 años. • 25,829 vistas

La otra cara de la **leche**. Lucía Redondo, diplomada en dietética y nutrición, nos habla de la **leche** de vaca y sus inconvenientes, ...

57:06



7 Alimentos con más calcio que la leche.

de El Arrecife

Hace 8 meses. • 112,482 vistas

A pesar de la publicidad, La **leche** no es el alimento con más calcio, te presentamos 7 alimentos que doblan a la **leche** en calcio.

HD

7 Alimentos con más calcio que la leche

4:27



Imágenes en la web que promueven el rechazo al consumo de la leche

Yo no Tomo



PORQUE LA LECHE DE MAMA VACA ES PARA SU BEBE TERNERO



MILK IS A NATURAL ?

¡Sí a la leche!



No pueden faltar los blogs o publicaciones tendenciosas en Google

La leche, ese producto pernicioso para los seres humanos ...

www.animanaturalis.org/p/1106 ▼

La leche, ese producto pernicioso para los seres humanos. El ser humano es el único mamífero que ingiere leche procedente de otro animal pasado el pe

La leche y sus derivados tienen consecuencias graves para ...

cnnespanol.cnn.com/.../la-leche-y-sus-derivados-tienen-consecuencias-gr... ▼

19 jun. 2013 - OPINIÓN: La leche y sus derivados tienen consecuencias graves para tu salud. Comparte en Facebook (Se abre en una ventana nueva) ...

Leche de vaca, Veneno letal - Despertando Salu

despertandosalud.com/salud-fisica/.../62-leche-de-vaca-veneno-letal.html ▼

Leche de vaca, Veneno letal. Parte 1. ¿Qué tipo de leche es mejor doctor? ¿Entera?

¿Light? ¿Extra calcio? ¿Tapón azul, verde, rosita? ¿En galón? ¿Tetr

Dumbo: POR QUÉ NO ES BUENO TOMAR LECHE - Overblog

finanzasysredes.overblog.com/dumbo-por-quÉ-no-es-bueno-tomar-leche ▼

1 jul. 2013 - Dumbo: POR QUÉ NO ES BUENO TOMAR LECHE: <http://t.co/ddlkOYIHRq> via @pearltrees #Paralasalud Fran Lorenzo (@LorenzoFran) July ...

¿Qué tiene de malo la leche? - HazteVegetariano.com

www.haztevegetariano.com > ... > Guía de Alimentos > Leche y lácteos ▼

Sólo los humanos toman leche después de la infancia, y ninguna otra especie toma la leche de otras especies. La leche de vaca es normal para los terneros, ...



30 razones por las cuales la leche de vaca equivale a ...

<https://es-es.facebook.com/.../30-razones-por...leche.../334987089722> ▼

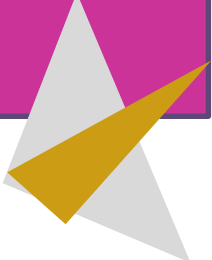
"30 o mas razones por las cuales la leche de vaca equivale a veneno de rata". Dr. John F. Unruh. Neurological Rehabilitation Internacional Consultants. 1.

Publicaciones tendenciosas basadas en supuestos, perspectivas, creencias, opiniones o intuiciones que, basadas en afirmaciones aparentemente lógicas, son convincentes para la mayoría de la población.



“TROLS” o “TROLLS” DE INTERNET





REALIDADES

MEDICINA BASADA EN EL EVIDENCIA

**RESULTADOS DE INVESTIGACIONES SERIAS Y
CON DATOS SÓLIDOS**





Revalorización de la leche

**EVIDENCIA CIENTÍFICA
CALIFICADA**



¿Dónde podemos encontrar
información sobre las
BONDADES de la leche para la
Salud humana y sector
productivo de los países?

INFORMACIÓN TÉCNICA y CIENTÍFICA

**Información que hay que buscar
“requiere un esfuerzo extra”**

- Sitios Web Específicos – (ej: Sitios de las Campañas)
- Blogs serios - donde se refiera a la fuente, autor y presente la bibliografía científica utilizada.



INFORMACIÓN TÉCNICA y CIENTÍFICA

■ Búsquedas Bibliográficas – (bibliotecas médicas virtuales)



Revistas
Científicas
Electrónicas



**¿Cómo reaccionamos los
profesionales de la salud a la
información de la web?**









HACER DE NUESTROS PACIENTES “NUESTROS FIELES SEGUIDORES”





Investigaciones científicas recientes

MITO

- **Le leche no es necesaria en todas las edades**



NECESARIOS A DIFERENTES EDADES

- Embarazada –**calcio** materno:
 - depósitos maternos de calcio para embarazo y lactancia – protege masa ósea materna
 - adecuado crecimiento y desarrollo masa ósea fetal
 - favorece el peso adecuado al nacer
 - reduce riesgo de HTA y pre-eclampsia gestacional
 - reduce el riesgo de HTA y problemas respiratorios infantiles
 - reduce el riesgo de exposición del feto y recién nacido al plomo



NECESARIOS A DIFERENTES EDADES

- **Niño y adolescente** – adecuado crecimiento y desarrollo del niño.
- **Adulto** – minimiza la pérdida de masa ósea luego del pico de masa ósea.
- **Adulto mayor**
 - variedad a su dieta
 - diferentes texturas
 - densidad nutricional adecuada
 - nutrientes esenciales (proteínas AVB, grasas, calcio)
 - favorecen tránsito intestinal y función inmunológica



LÁCTEOS EN EL NIÑO



Características y Condicionantes

- Es la etapa en que se consolidan los

Hábitos Alimentarios

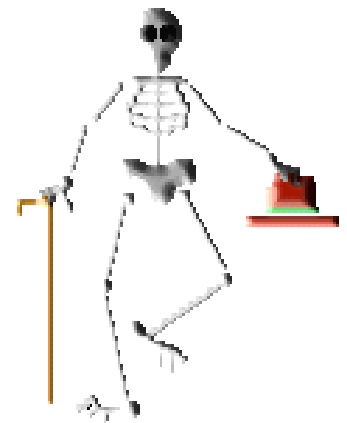
Los buenos hábitos alimentarios que se establecen en los primeros años, continuarán con el niño durante toda la vida y serán responsables de la toma de decisiones referentes a la alimentación en la vida adulta.



De los padres y su entorno dependerá la elección



LÁCTEOS, ADOLESCENCIA Y SALUD ÓSEA



Osteoporosis

La Organización Mundial de la Salud (OMS), postula:

- **30%** de las mujeres posmenopáusicas presentan osteoporosis.
- **2.4 a 3 millones** de personas sufrirán fracturas de cadera cada año
- **200.000** morirán como consecuencia directa de estas fracturas.

Fuente: O.M.S



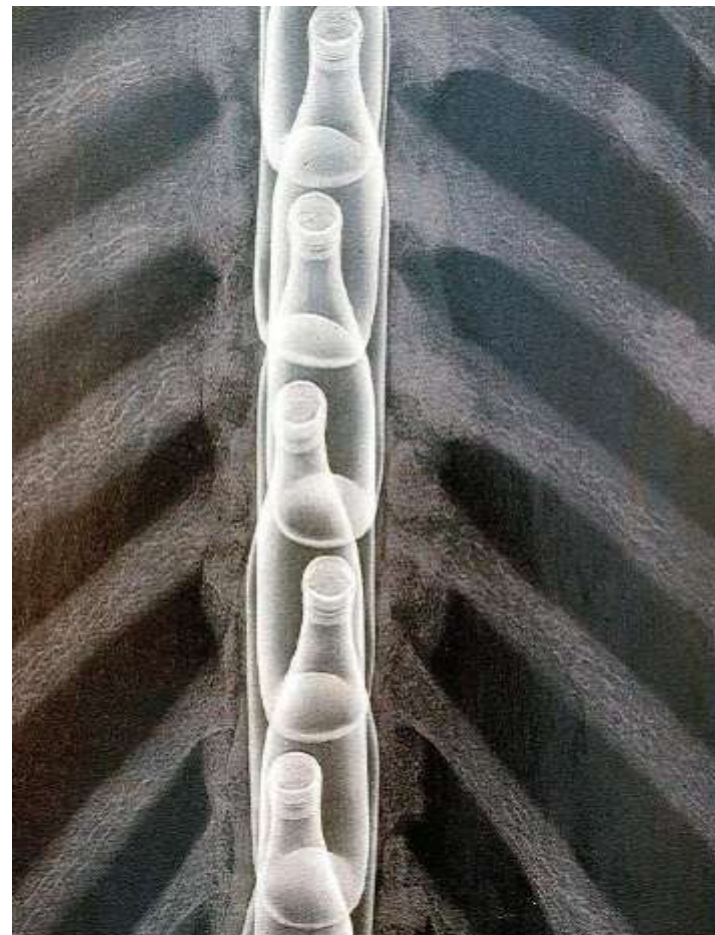
Por qué Niñez y Adolescencia ?

A - Hábitos Alimentarios

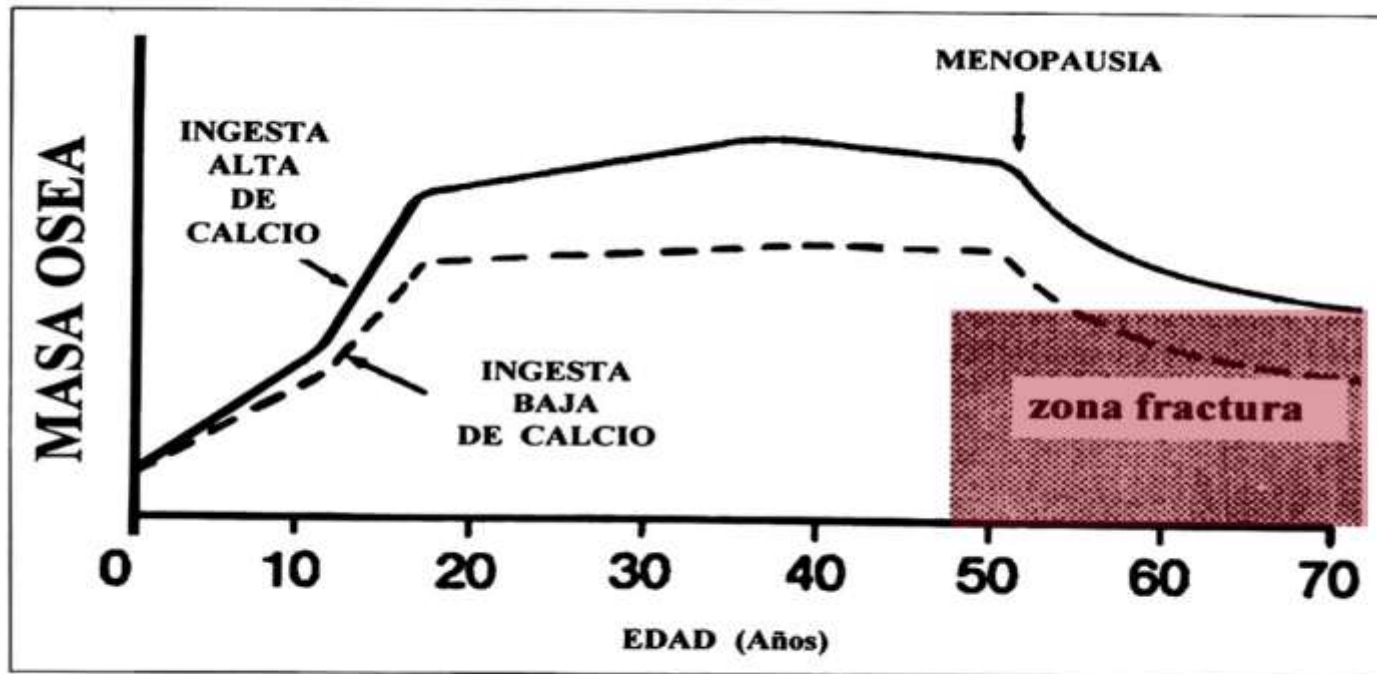
B - Períodos de:

- mineralización ósea
- modelamiento óseo
- consolidación ósea

PICO DE MASA ÓSEA



MASA ÓSEA en RELACIÓN con la EDAD



- Masa ósea a lo largo de la vida en condiciones de ingesta alta y baja de calcio.

Por qué Lácteos para obtener una adecuada salud Ósea?

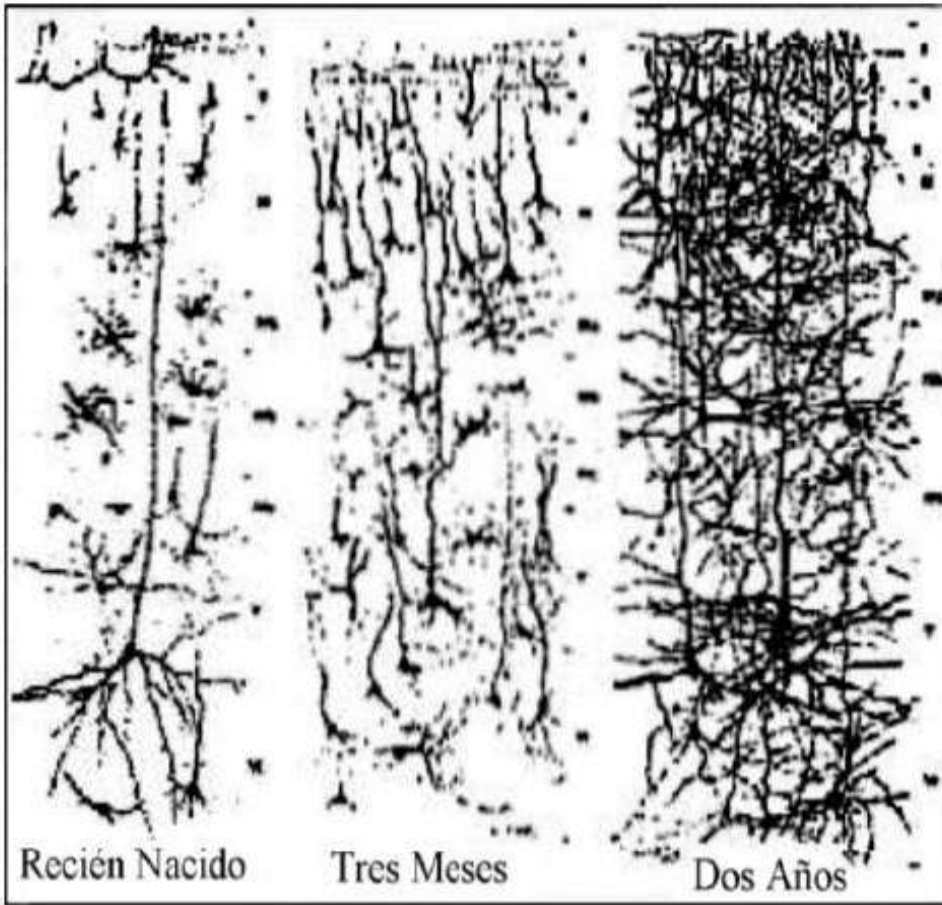
- Lácteos poseen
Minerales:

Calcio Magnesio, Potasio, Vitamina D, Vitamina K y una excelente relación Ca/P

- Lactosa, fosfolípidos y aminoácidos de la Leche ayudan a la absorción de ese Calcio



Desarrollo cerebral



Fuente: Cátedra de Neuropediatría

Cerebro del RN: 400 g.

24 meses:

- Duplica tamaño
- N° sinapsis crece exponencial
- 80% del tamaño adulto.

Desnutrición:

- Enlentece los impulsos neurales
- Proceso de información más lento

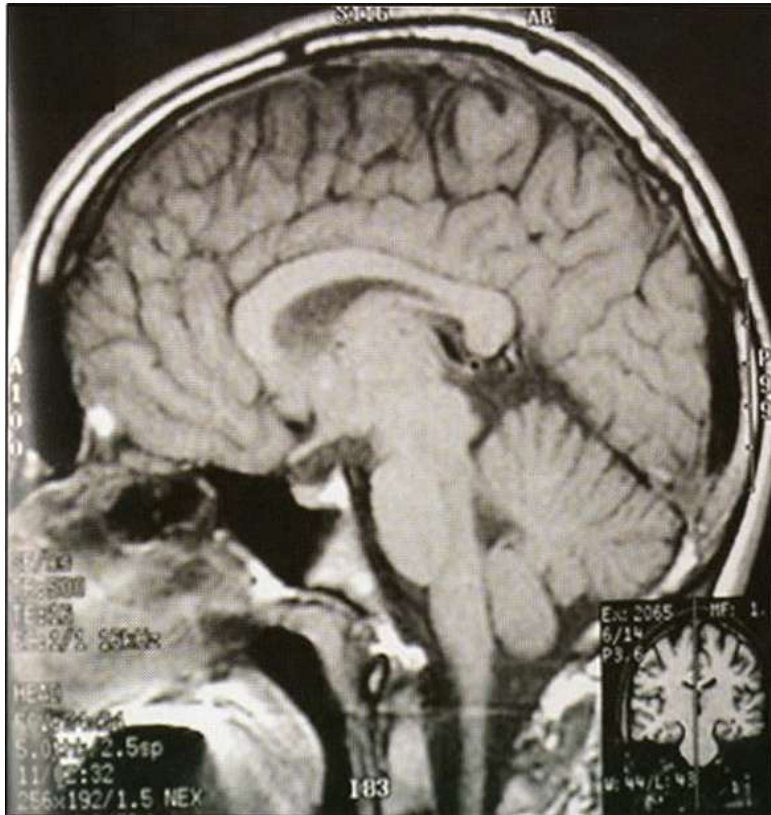


Afecta el proceso de aprendizaje



Desarrollo cerebral

ESCANER CEREBRAL DE DOS NIÑOS



NORMAL



DESNUTRIDO



Dr. Fernando Mönckeberg Barros

¿Impacta la desnutrición en la infancia en etapas posteriores de la vida?

*“Los niños que sobreviven a una privación nutricional en etapas tempranas de su vida **rinden menos en la escuela**, poseen una **menor capacidad cognitiva**, sufren **mayor pobreza** cuando son adultos y sientan **peores condiciones nutricionales para la siguiente generación**, perpetuando con ello el ciclo del hambre.”*

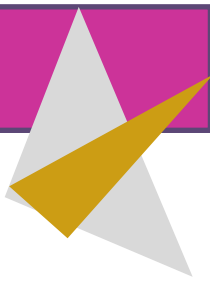
NU, PMA, Serie de informes sobre el hambre en el mundo
El hambre y el aprendizaje

*“El desarrollo durante la primera infancia ha mostrado tener un gran impacto en la trayectoria de vida de las personas; **afecta el aprendizaje, la inserción laboral, la salud y el comportamiento social**”*

(Vegas et al., 2006)



MITO



- **Leche Lecha causa cáncer, obesidad, diabetes mellitus TII, Enf. cardiovasculares, incrementa el colesterol...**



HTA

- Dieta **DASH** (lácteos descremados) asociada a menor tensión arterial - CALCIO
- PEPTIDOS ANTIHIPERTENSIVOS

Dieta, Nutrición y Prevención de Enfermedades Crónicas. OMS. Serie de Informes técnicos, 916. 2003

Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet. *N Engl J Med.* 2001;344:3–10



RELACIÓN LECHE-ENFERMEDAD CORONARIA



Resumen de resultados publicados en diversos META-ANALISIS

- **Elwood et al (2003)**: Ten studies were identified. The results were consistent and provided **no convincing evidence that milk is harmful**".
- **Elwood et al (2008)**: Set against the proportion of total deaths attributable to the life-threatening diseases -vascular disease, diabetes and cancer.... **"the results of meta-analyses provide evidence of an overall survival advantage associated with the consumption of milk and dairy foods."**
- **Gibson et al (2009)** identified 12 cohort studies and found "... **no consistent findings to support the concept that dairy food consumption is associated with a higher risk of coronary heart disease**".
- **Mente et al (2009)** looked at a number of foods, including milk. Their conclusion, based on five cohort studies was that **milk has no significant association with CHD**.



RELACIÓN LECHE-ENFERMEDAD CORONARIA



Report From the American Heart Association - AHA *“Heart Disease and Stroke Statistics – 2014 Update”*

NUTRITION:

-Higher consumption of dairy or milk products is associated with lower incidence of DM and trends toward lower risk of stroke.

Some limited evidence suggests that these associations are stronger for low-fat dairy or milk than for other dairy products.

-Dairy consumption is not significantly associated with higher or lower risk of CHD.

[Alan S. Go](#), MD; [Dariush Mozaffarian](#), MD, DrPH, FAHA; [Véronique L. Roger](#), MD, MPH, FAHA; [Emelia J. Benjamin](#), MD, ScM, FAHA; [Jarett D. Berry](#), MD, FAHA; [Michael J. Blaha](#), MD, MPH; [Shifan Dai](#), MD, PhD*; [Earl S. Ford](#), MD, MPH, FAHA*; [Caroline S. Fox](#), MD, MPH, FAHA; [Sheila Franco](#), MS*; [Heather J. Fullerton](#), MD, MAS; [Cathleen Gillespie](#), MS*; [Susan M. Hailpern](#), DPH, MS; [John A. Heit](#), MD, FAHA; [Virginia J. Howard](#), PhD, FAHA; [Mark D. Huffman](#), MD, MPH; [Suzanne E. Judd](#), PhD; [Brett M. Kissela](#), MD, MS, FAHA; [Steven J. Kittner](#), MD, MPH, FAHA; [Daniel T. Lackland](#), DrPH, MSPH, FAHA; [Judith H. Lichtman](#), PhD, MPH; [Lynda D. Lisabeth](#), PhD, MPH, FAHA; [Rachel H. Mackey](#), PhD, MPH, FAHA; [David J. Magid](#), MD; [Gregory M. Marcus](#), MD, MAS, FAHA; [Ariane Marelli](#), MD, MPH; [David B. Matchar](#), MD, FAHA; [Darren K. McGuire](#), MD, MHSc, FAHA; [Emile R. Mohler III](#), MD, FAHA; [Claudia S. Moy](#), PhD, MPH; [Michael E. Mussolino](#), PhD, FAHA; [Robert W. Neumar](#), MD, PhD; [Graham Nichol](#), MD, MPH, FAHA; [Dilip K. Pandey](#), MD, PhD, FAHA; [Nina P. Paynter](#), PhD, MHSc; [Matthew J. Reeves](#), PhD, FAHA; [Paul D. Sorlie](#), PhD; [Joel Stein](#), MD; [Amytis Towfighi](#), MD; [Tanya N. Turan](#), MD, MSCR, FAHA; [Salim S. Virani](#), MD, PhD; [Nathan D. Wong](#), PhD, MPH, FAHA; [Daniel Woo](#), MD, MS, FAHA; [Melanie B. Turner](#), MPH;

on behalf of the American Heart Association Statistics Committee and Stroke Statistics Subcommittee



Obesidad



Associations between dairy consumption and body weight: a review of the evidence and underlying mechanisms.

Anestis Dougkas, Christopher K. Reynolds, Ian D. Givens, Peter C. Elwood and Anne M. Minihiene. Nutr Res Rev 2011

The majority of data available from both epidemiological and intervention studies provide evidence of a negative but modest association between milk and dairy product consumption and BMI and other measures of adiposity, with **indications that higher intakes result in increased weight loss and lean tissue maintenance during energy restriction** furthermore, accumulating evidence indicates an impact of dairy constituents, in particular whey protein derivatives, on appetite regulation and food intake.

The present review summarises available data and provides an insight into the likely contribution of dairy foods to strategies aimed at appetite regulation, weight loss or the prevention of weight gain.



REVIEW

The relationship between high-fat dairy consumption and obesity, cardiovascular, and metabolic disease

Mario Kratz · Ton Baars · Stephan Guyenet

Abstract

Purpose To comprehensively review the data on the relationship between the consumption of dairy fat and high-fat dairy foods, obesity, and cardiometabolic disease.

Methods We have conducted a systematic literature review of observational studies on the relationship between dairy fat and high-fat dairy foods, obesity, and cardiometabolic disease. We have integrated these findings with data from controlled studies showing effects of several minor dairy fatty acids on adiposity and cardiometabolic risk factors, and data on how bovine feeding practices influence the composition of dairy fat.

Results In 11 of 16 studies, high-fat dairy intake was inversely associated with measures of adiposity. Studies examining the relationship between high-fat dairy consumption and metabolic health reported either an inverse or no association. Studies investigating the connection between high-fat dairy intake and diabetes or cardiovascular disease incidence were inconsistent. We discuss factors that may have contributed to the variability between studies, including differences in (1) the potential for residual confounding; (2) the types of high-fat dairy foods

consumed; and (3) bovine feeding practices (pasture- vs. grain-based) known to influence the composition of dairy fat.

Conclusions The observational evidence does not support the hypothesis that dairy fat or high-fat dairy foods contribute to obesity or cardiometabolic risk, and suggests that high-fat dairy consumption within typical dietary patterns is inversely associated with obesity risk. Although not conclusive, these findings may provide a rationale for future research into the bioactive properties of dairy fat and the impact of bovine feeding practices on the health effects of dairy fat.

Keywords Milk fat · Dairy fat · Obesity · Adiposity · Diabetes · Cardiovascular disease

Introduction

Most dietary guidelines recommend the consumption of milk and dairy products as an important part of a healthy, well-balanced diet [1, 2]. The rationale most often provided for this recommendation is that milk and dairy products are rich sources of protein, calcium, and added nutrients such as vitamins A and D [1]. In both public perception and the

M. Kratz (✉)

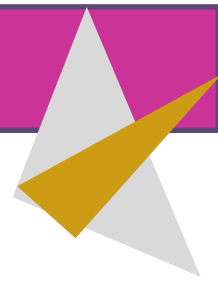
Division of Endocrinology, Harborview Medical Center, University of Washington

Conclusiones

La evidencia observacional no apoya la hipótesis de que la grasa láctea o alto contenido de grasa los productos lácteos contribuyen a la obesidad o al riesgo cardio-metabólico, y sugiere que el consumo de lácteos altos en grasa dentro de los patrones dietéticos típicos se asocia inversamente con el riesgo de obesidad. (Centro Investigación Cáncer Seattle, Instituto Inv. Agricultura Suiza, Universidad de Washington)



Cáncer colon



Consumption of dairy products and colorectal cancer in the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC).

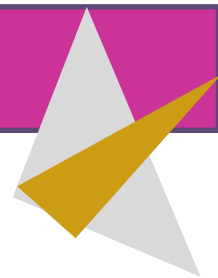
[Murphy N](#), [Norat T](#), [Ferrari P](#), [Jenab M](#), [Bueno-de-Mesquita B](#), [Skeie G](#), [Olsen A](#), [Tjønneland A](#), [Dahm CC](#), [Overvad K](#), [Boutron-Ruault MC](#), [Clavel-Chapelon F](#), [Nailler...](#)

Department of Epidemiology and Biostatistics, School of Public Health, Imperial College London, London, United Kingdom, 2013

CONCLUSIONS:

Our results strengthen the evidence for a possible protective role of dairy products on colorectal cancer risk. The inverse associations we observed did not differ by the fat content of the dairy products considered.





Diabetes

Dairy products consumption versus type 2 diabetes prevention and treatment; a review of recent findings from human studies

Flávia Galvão Cândido, Winder Tadeu Silva Ton and Rita de Cássia Gonçalves Alfenas

Nutrition and Health Department. Federal University of Viçosa. Brazil.

el consumo de por lo menos tres porciones de productos lácteos bajos en grasa al día como parte de una dieta saludable, es crucial para reducir el riesgo de desarrollar DMT2.



MITO

- Los seres humanos somos los únicos mamíferos que innecesariamente continuamos tomando leche después del destete



MITO

- **Leche contiene hormonas y antibióticos**



MITO

- **Leche produce alergias**



MITOS

- La mayoría de la población mundial es intolerante a la lactosa
- Intolerantes a la lactosa no deben consumir lácteos



MITOS

- El calcio lácteo no es el mejor, hay calcio vegetal
- MAL LLAMADAS “Leches vegetales”
- “Fórmulas lácteas”

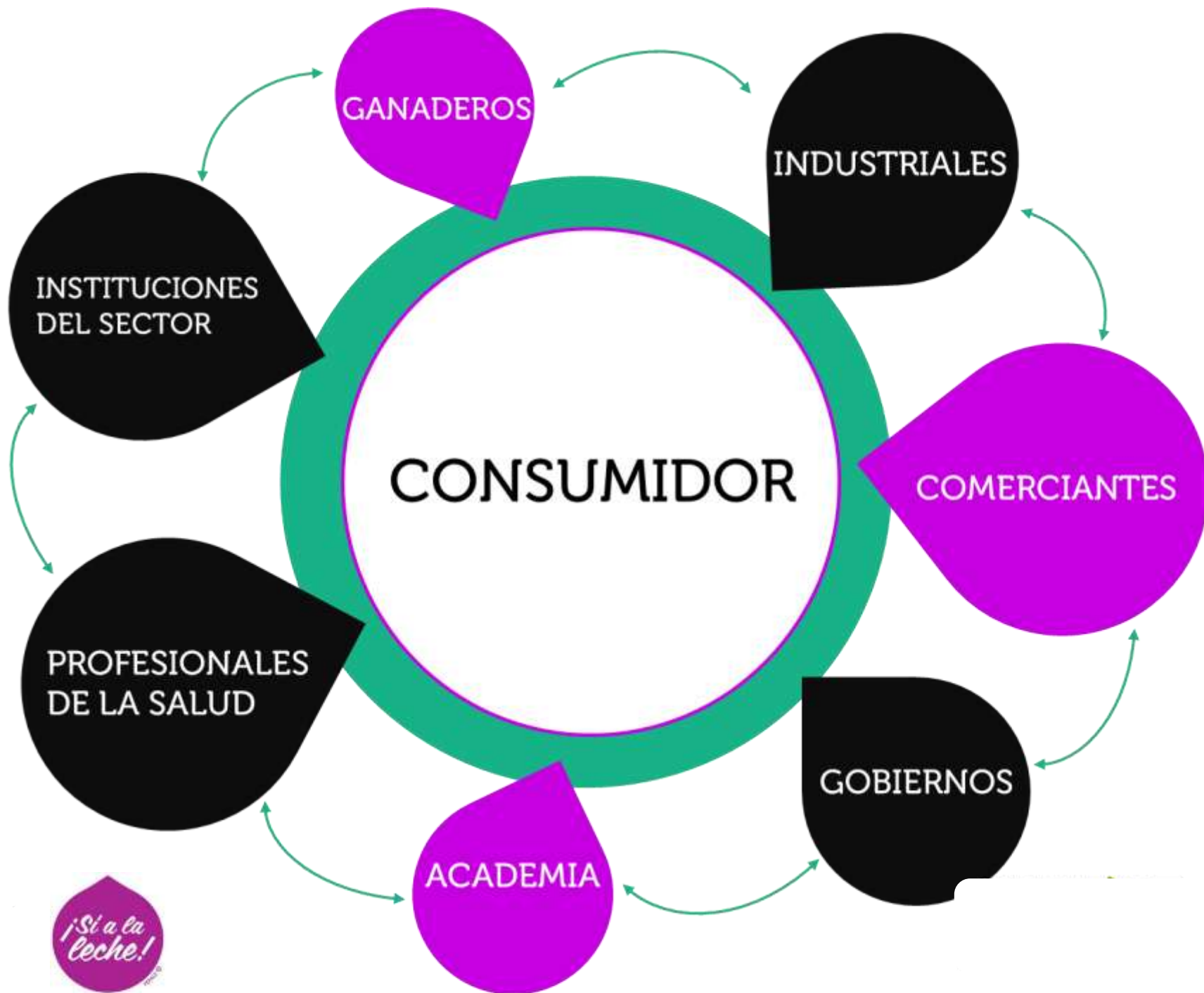


The background of the slide features a dynamic splash of water, likely from a glass being tipped over, creating a crown-like shape with several droplets. The entire image is overlaid with a semi-transparent green filter. The text is centered over the upper part of the splash.

Algunas Acciones y Campañas en América

Revalorización de la LECHE





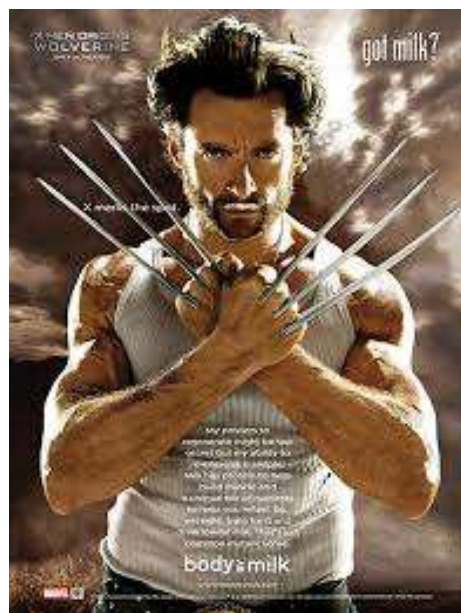
CALIFORNIA MILK PROCESSOR BOARD (CMPB)-1993

got milk?[®]
la leche es bienestar.

got milk?[®]

got milk?[®]
Enriquece tu mañana.







PROMOLAC



Yo Tomo, Yo Como

Campañas Historicas

Te invitamos a ver que famosos han reconocido el "Tomar Leche" como algo importante en sus vidas.

Yo Tomo



2002



Leche...
pura verdad.



2003

Yo Tomo



2004



2005

Yo Tomo



Yo Tomo, Yo Como



2006-7

Yo Tomo



Yo Tomo, Yo Como



2008

Yo Tomo



2009



2010-11

Yo Tomo Yo Como



2013 - 14

Federación Nacional de Industrias Lácteas (FeNIL) - España

Plan de Nutrición, Salud y Comunicación



Campaña panamericana de consumo de lácteos



sialaleche.org

facebook.com/sialaleche

sialaleche@fepale.org

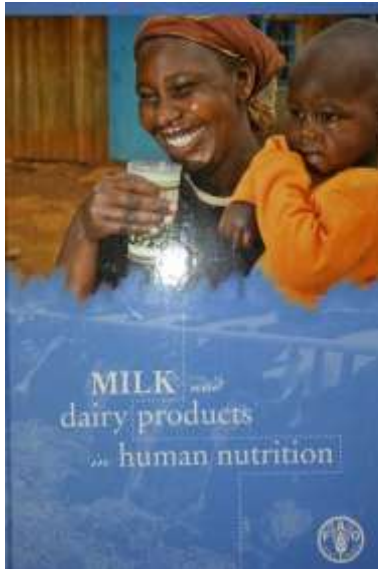


Piezas de difusión
Adhesivos



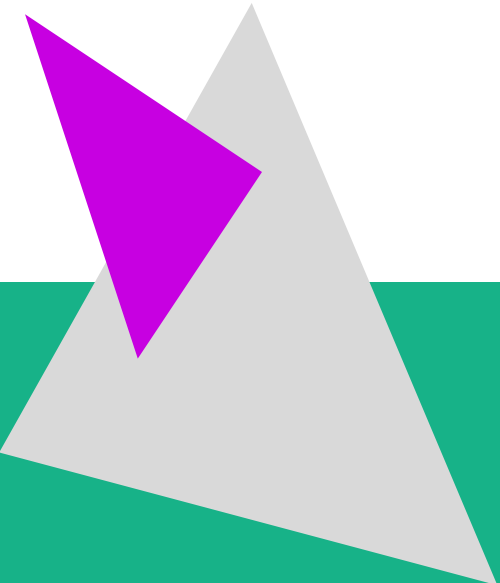
INFORMACIÓN TÉCNICA y CIENTÍFICA

■ Libros impresos



E, FeNIL

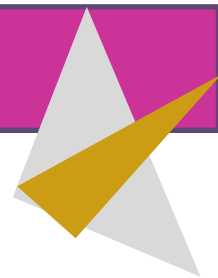




CONSUMO ACTUAL EN AMÉRICA LATINA Y CARIBE



Consumo de lácteos en América Latina



País	Consumo per cápita (lts/hab/año)
Uruguay	250
Argentina	210
Costa Rica	200
Brasil	171
Chile	145
Colombia	143
México	132
Honduras	120
Paraguay	120
Venezuela	113 ??

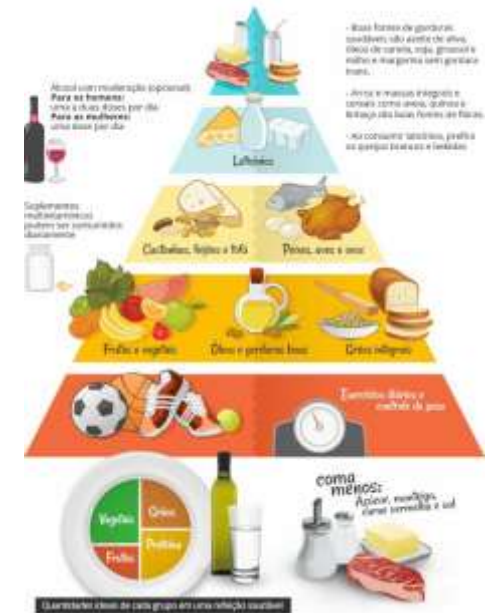
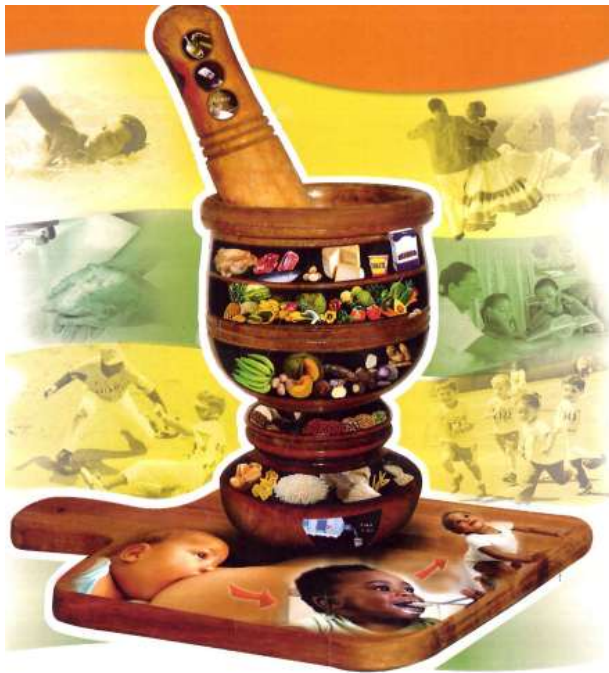
País	Consumo per cápita (lts/hab/año)
Ecuador	113
Panamá	110
Rep. Dominicana	85
Cuba	80
Nicaragua	81
Guatemala	62
Perú	60
Bolivia	60



Guías alimentarias a nivel mundial

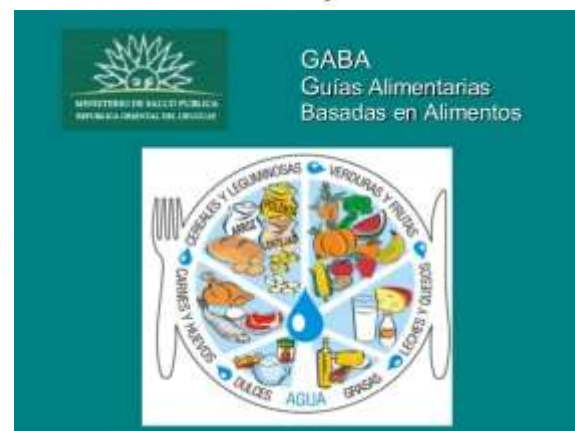


Guías alimentarias a nivel mundial



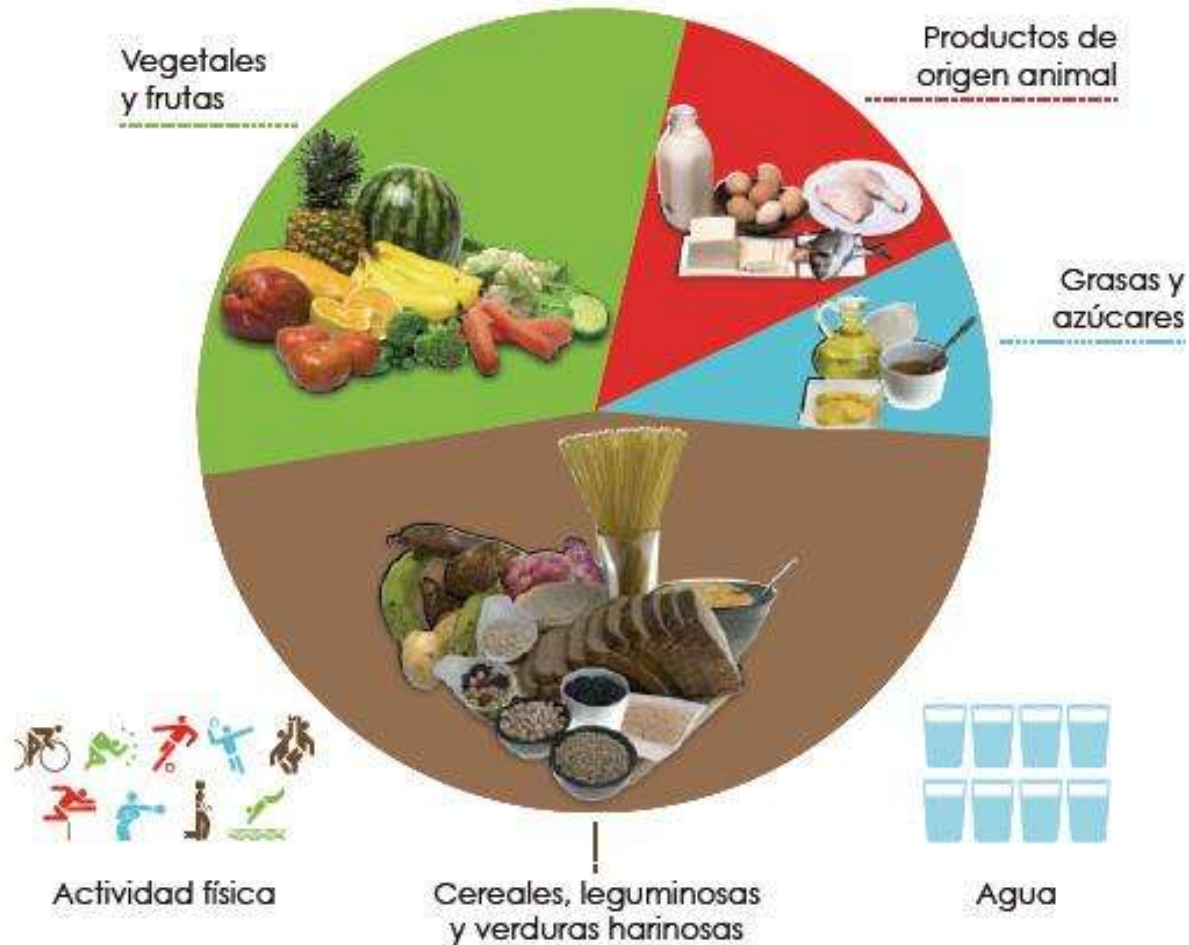
Guías alimentarias a nivel mundial

GUÍAS DE ALIMENTACIÓN SANA



Guías alimentarias a nivel mundial

Círculo de la alimentación saludable





Muchas gracias
Costa Rica !!

