

# La leche de cabra ayuda a mejorar el estado de salud

| ACTUALIZADO 13.01.2011 - 01:00

0 comentarios

0 votos



Un grupo de investigadores de la Universidad de Granada ha demostrado que la leche de cabra es un alimento con beneficiosas características nutricionales que ayudan a mejorar el estado de salud, por lo que puede considerarse un alimento "funcional".

El consumo habitual de esta leche en individuos con anemia por deficiencia de hierro mejora su recuperación, ya que potencia la utilización nutritiva de hierro y la eficacia de regeneración de la hemoglobina, al minimizar las interacciones entre calcio y hierro.



Por otra parte, protege la estabilidad del ADN, incluso en situaciones de sobrecarga de hierro, derivadas de tratamientos prolongados con este mineral, para paliar la anemia. Los científicos de la UGR, del Departamento de Fisiología e Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos José Matáix, que coordina la profesora Margarita Sánchez Campos, han comprobado que la leche de cabra contiene muchos nutrientes que la hacen comparable a la leche materna, como ocurre con la caseína.

La leche de cabra contiene menos caseína del tipo alfa 1 como sucede en la leche de mujer, que son las responsables de la mayoría de las alergias a la leche de vaca. Además, otro aspecto beneficioso guarda relación con la cantidad y naturaleza de sus oligosacáridos, puesto que presenta más de composición parecida a los de la leche materna.

Estos compuestos llegan al intestino grueso sin digerir y actúan como prebióticos, es decir ayudan al desarrollo de una flora probiótica que compite con la flora bacteriana patógena, eliminándola. Al mismo tiempo, la leche de cabra contiene una menor proporción de lactosa que la de vaca, aproximadamente un 1% menos, pero al tener mayor digestibilidad puede ser tolerada por algunos individuos con intolerancia a este azúcar de la leche.

0 comentarios

0 votos



## 0 COMENTARIOS

[Ver todos los comentarios](#)

Su comentario

Nombre \*

Email (no se muestra) \*

Blog o web

Publicar información



Introduce el código de la imagen

Acepto las [cláusulas de privacidad](#)

**ENVIAR COMENTARIOS**

Normas de uso

Este periódico no se responsabiliza de las opiniones vertidas en esta sección y se reserva el derecho de no publicar los mensajes de contenido ofensivo o discriminatorio.

¿Necesitas asesoramiento legal?  
**958 89 95 00**  
union@granada.ugt.org



Volkswagen  
AUTOCASION

PASSAT:

17.400 €

+ 2 años garantía

15.800 €

+ Manos libres



**coches**.net  
[www.coches.net](http://www.coches.net)  
El portal de motor líder en España

[GALERÍAS GRÁFICAS](#) | [CANALES](#) | [BLOGS](#) | [PARTICIPACIÓN](#) | [HEMEROTECA](#) | [BOLETÍN](#) | [ESPECIALES](#)

[MAPA WEB](#)

[PORTADA](#) | [GRANADA](#) | [PROVINCIA](#) | [DEPORTES](#) | [ANDALUCÍA](#) | [ACTUALIDAD](#) | [CULTURA](#) | [OPINIÓN](#) | [SEMANA SANTA](#) | [TV](#) | [SALUD](#) | [TECNOLOGÍA](#)

© Joly Digital | [Aviso legal](#) | [Quiénes somos](#) | [RSS](#)

[www.diariodecadiz.es](http://www.diariodecadiz.es) | [www.diariodesevilla.es](http://www.diariodesevilla.es) | [www.diariodejerez.es](http://www.diariodejerez.es) | [www.europasur.es](http://www.europasur.es) | [www.eldiadedcordoba.es](http://www.eldiadedcordoba.es) | [www.huelvainformacion.es](http://www.huelvainformacion.es) | [www.granadahoy.com](http://www.granadahoy.com)  
[www.malagahoy.es](http://www.malagahoy.es) | [www.elalmeria.es](http://www.elalmeria.es) | [www.anuariojolyandalucia.com](http://www.anuariojolyandalucia.com)

**SITIOS RECOMENDADOS**

