

[en eldigitaldemadrid.es](#) [en Google](#)

El tiempo:

JUEVES
MAYO 2011 19

Científicos españoles demuestran que la leche de cabra tiene los mismos nutrientes que la materna y no da alergia

Científicos españoles instan a potenciar el consumo habitual (y el de sus derivados) de la leche de cabra por descubrir que se trata de un alimento natural funcional e hipoalergénico, ya que contiene menos caseína del tipo alfa que la leche de vaca, como sucede en la materna, que son las responsables de la mayoría de las alergias a la leche de vaca.

MADRID, 18 (EUROPA PRESS) Científicos españoles instan a potenciar el consumo habitual (y el de sus derivados) de la leche de cabra por descubrir que se trata de un alimento natural funcional e hipoalergénico, ya que contiene menos caseína del tipo alfa que la leche de vaca, como sucede en la materna, que son las responsables de la mayoría de las alergias a la leche de vaca. Así, el grupo de investigación AGR 206 del departamento de Fisiología e Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos 'José Matáix' de la Universidad de Granada (UGR) ha determinado que la leche de cabra presenta "beneficiosas" características nutricionales que "mejoran" el estado de salud y han asegurado que contiene muchos nutrientes que la hacen comparable a la leche materna. Según han explicado, el consumo habitual de la leche de cabra en individuos con anemia por deficiencia de hierro mejora su recuperación, ya que este tipo de leche minimiza las interacciones entre calcio y hierro. Además, guarda relación con la cantidad y naturaleza de sus oligosacáridos, compuestos que llegan al intestino grueso sin digerir y actúan como prebióticos. Al mismo tiempo, la leche de cabra contiene una menor proporción de lactosa que la de vaca, aproximadamente un 1 por ciento menos, "pero al tener mayor digestibilidad puede ser tolerada por algunos individuos con intolerancia a este azúcar de la leche". Los científicos de la UGR han apuntado que, respecto a su composición mineral, la leche de cabra es rica en calcio y fósforo, "siendo altamente biodisponible y favoreciendo su depósito en la matriz orgánica del hueso, lo que da lugar a una mejora en los parámetros de formación ósea". Asimismo, presenta mayor cantidad de zinc y selenio, micronutrientes "esenciales" para la defensa antioxidante y prevención de enfermedades neurodegenerativas.

Mourinho detesta el sugus de piña