

DOSSIER DE PRENSA

“Cuenta con los lácteos europeos”

(2025-2028)

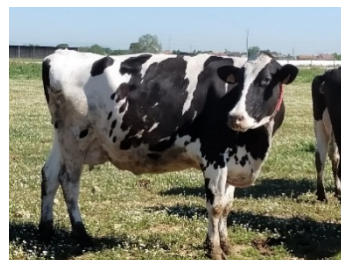


Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

LA CAMPAÑA

“Cuenta con los lácteos europeos”

La **Unión Europea** (UE) cofinancia una amplia campaña de información impulsada por la Organización Interprofesional Láctea (InLac), **“Cuenta con los lácteos europeos”**, para poner en valor la sostenibilidad del sector lácteo, así como los valores nutricionales de estos productos. Este programa europeo de lácteos sostenibles incluye acciones en **España y Bélgica** hasta 2028.



Este programa da continuidad a la anterior campaña **“Cuenta con los productos lácteos europeos”**, impulsada entre 2022 y 2025.

El sector informa con estas campañas al consumidor sobre la sostenibilidad del sector lácteo de la UE, ya que los métodos de producción cumplen con la legislación más estricta del mundo en lo que se refiere al respeto al medio ambiente, trazabilidad, seguridad alimentaria y cuidado y manejo de los animales.

Las acciones ponen en valor cómo los productores pueden contribuir a la mitigación del cambio climático; la conservación de la biodiversidad y el uso sostenible de los recursos; la gestión sostenible del agua y el bienestar animal; la lucha contra la despoblación; el fomento de economía y empleo rurales; la igualdad de género y la innovación.

También se hace más visible el trabajo y contribuciones del sector lácteo a la sociedad, con el fin de dignificar y revalorizar la actividad primaria del sector.

Lucha contra el cambio climático: sostenibilidad económica, social y ambiental

El sector lácteo desempeña un papel fundamental en la protección de la biodiversidad en toda la UE, gestionando el territorio, evitando la erosión, conservando hábitats vegetales y avifauna y previniendo incendios forestales. El nuevo proyecto europeo mostrará a los consumidores que el sector lácteo en su conjunto está comprometido con la correcta gestión de los recursos naturales y dispuesta a impulsar una rigurosa ‘hoja de ruta’ para ser más respetuosos con el Planeta y luchar contra el cambio climático, logrando la neutralidad climática.

El programa europeo contribuirá también a visibilizar la oferta de alimentos lácteos ecológicos, un segmento en constante crecimiento en la actualidad y cada vez más valorados.

El sector lácteo es responsable de la cohesión social, económica y territorial, de la subsistencia de muchas familias, de la ordenación, ocupación y protección del territorio y de la conservación de las prácticas culturales y tradicionales, tal y como recuerda InLac. De hecho, el sector lácteo ha configurado paisajes culturales milenarios en diversas regiones. El abandono de la producción lechera en muchas regiones equivale a un abandono del medio rural.

Bienestar animal, nutrición y salud

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

El proyecto ayudará a divulgar las rigurosas normativas europeas de protección de datos, reconocidas como las más estrictas y garantistas a nivel mundial. La preocupación por el bienestar animal es uno de los aspectos que definen al sector, tanto por convencimiento propio como en respuesta a la sensibilidad social. Así, el sector ha ido consiguiendo e implementando certificaciones muy ambiciosas. Con este programa europeo, el sector lácteo promoverá también el conocimiento sobre la nutrición saludable y sostenible, fomentando las dietas saludables como la mediterránea o la atlántica y la actividad física regular, al tiempo que se muestra firmemente comprometido con la reducción del desperdicio de alimentos.



En suma, la campaña transmitirá diferentes valores ligados indisolublemente al sector lácteo y sus productos en ámbitos como la nutrición, sostenibilidad económica, social y medio ambiental que los consumidores de España y Bélgica deben conocer.



Objetivos de sensibilización de la nueva campaña “Cuenta con los lácteos europeos”

La nueva campaña, “Cuenta con los lácteos europeos” quiere seguir generando un entorno positivo al consumo a la leche y los lácteos sostenibles, en ámbitos como:

- Importancia de la sostenibilidad medioambiental.
- Sostenibilidad social y económica.
- Respeto al bienestar animal.

Estrategia

- Pondremos en valor aspectos ligados al producto y a su entorno medioambiental y social.
- Incrementaremos el conocimiento diferencial de los distintos tipos de leches, quesos y yogures existentes en el mercado.
- Promoveremos el conocimiento sobre los atributos, características y propuesta de valor de la leche y los lácteos como productos de la UE.
- Pondremos en valor el Modelo Europeo de Producción diferencial respecto a regímenes de terceros países en ámbitos como la sostenibilidad, implicación medioambiental, defensa del bienestar animal, trazabilidad, calidad, seguridad y etiquetado
- Pretendemos cambiar la percepción de los consumidores sobre todos estos aspectos socioeconómicos y medioambientales ligados al sector lácteo y que hoy en día no conocen.
- Queremos que al menos un 50% de los consumidores impactados consideren como positivo (de acuerdo o muy de acuerdo) que la sostenibilidad medioambiental, el respeto al bienestar animal, y la sostenibilidad social y económica son factores importantes que motiven su decisión de comprar un producto lácteo europeo.
- Abogamos por alcanzar las cantidades diarias recomendadas de consumo de leche en los hogares españoles y belgas en función de las recomendaciones nutricionales establecidas (3 lácteos al día de media).

Target

- La campaña interpela a hombres y mujeres de entre 25 y 45 años.
- Se trata de población urbana, jóvenes y “abandonistas” inconscientes del consumo de leche y lácteos

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

- ✓ España son 12.674.000 personas.
- ✓ Bélgica son 3.070.000 personas.

Los mensajes de la campaña “Cuenta con los lácteos europeos” ...

Gracias a esta campaña, continuaremos destacando la relación con el consumo de tres lácteos al día y sus ventajas y valores nutricionales. Queremos recuperar a los consumidores abandonistas inconscientes, informando de la importancia de consumir 3 lácteos al día, contándoles, no solo valores nutricionales del producto, sino también el compromiso de todo el sector lácteo europeo y español en concreto con la sostenibilidad y todo lo que esta implica.

El consumidor europeo cada vez más está cambiando. Ya no piensa como consume, ahora consume como piensa. Debemos concienciarles de que su decisión de compra “cuenta” y que cada vez que consumen 3 alimentos lácteos de origen europeo, apoyan la sostenibilidad social, económica y medioambiental del sector.

Pueden resumirse los mensajes, de la siguiente forma:

- **Cuenta con los lácteos europeos. Haz que tu forma de vivir y alimentarte cuente. Cada vez que consumes 3 lácteos al día, cuenta para nuestro futuro y el del planeta.**
- **Cuenta con los lácteos europeos. Haz que tu forma de vivir y alimentarte cuente. Cada vez que consumes 3 lácteos al día, cuenta para nuestro medio ambiente y para seguir trabajando en la mejora del bienestar animal.**
- **Cuenta con los lácteos europeos. Haz que tu forma de vivir y alimentarte cuente. Cada vez que consumes 3 lácteos al día, cuenta para el futuro de las zonas rurales, la igualdad de género en la industria láctea y el crecimiento económico de toda la sociedad.**
- **Cuenta con los lácteos europeos. Haz que tu forma de vivir y alimentarte cuente. Cada vez que consumes 3 lácteos al día, cuenta para conseguir una producción y consumo responsable, y lograr un desperdicio cero.**
- **Cuenta con los lácteos europeos. Haz que tu forma de vivir y alimentarte cuente. Cada vez que consumes 3 lácteos al día, cuenta para tener el aporte equilibrado de hidratos de carbono, vitaminas, proteínas y minerales que tu cuerpo necesita**

Acciones de divulgación en España y Bélgica

En España, un roadshow llevará los principales mensajes de la campaña a lo largo y ancho de la geografía nacional. La dinámica será la siguiente:

- Un autobús en circuito itinerante conectará el mundo rural y la realidad del sector lácteo y sus granjas con las principales ciudades. Se busca acercar la realidad del mundo rural y del sector lácteo a entornos urbanos poco acostumbrados a esta información.
- Entre las actividades del roadshow se programarán talleres para aprender a elaborar quesos o planes de negocio, así como paneles informativos sobre sostenibilidad, bienestar animal, o ciclo de elaboración de leche y lácteos “de la granja a la mesa”.
- También se organizarán en el marco del roadshow diferentes juegos didácticos y dinámicos para que el público urbano aprenda sobre la realidad de la actividad ganadera moderna y sobre cómo se elaboran los lácteos en entornos sostenibles.
- Recorrerá 15 ciudades y estará dos días en cada ciudad.

En Bélgica, mientras tanto, se difundirán los mensajes de la campaña gracias al vinilado de tranvías de la capital, Bruselas, con el objetivo de acercar a millones de consumidores y visitantes al sector lácteo y sus alimentos nutritivos y sostenibles.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

CUENTA CON LOS LÁCTEOS EUROPEOS



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Punto de partida: “Cuenta con...”

La campaña de promoción interpela claramente a los consumidores para que tomen conciencia sobre todo lo que hay detrás de su decisión de compra. Porque, cuando adquieren productos lácteos, están mostrando una serie de compromisos y apoyos con la producción de excelencia y los alimentos saludables, el cuidado de la naturaleza, el respeto a los animales y la vertebración del territorio frente al avance de la despoblación rural.

La nueva campaña “**Cuenta con los lácteos europeos**” contempla acciones de divulgación en España y Bélgica hasta 2028, con un presupuesto de 2,7 millones de euros. Esta iniciativa permitirá dar continuidad a “Cuenta con los productos lácteos europeos”, que concluía su recorrido en febrero de 2025 después de tres años de duración con grandes avances en divulgación entre potenciales consumidores de España y Bélgica.

Éxito de las acciones realizadas hasta la fecha

La nueva campaña dará continuidad a la estrategia implantada hasta 2025. Y es que todas las acciones de comunicación, información, publicidad y punto de venta realizados en el marco de “Cuenta con los productos lácteos europeos” han permitido superar los 500 millones de impactos. De acuerdo con un informe de Ikerfel que ha analizado los resultados, “la campaña ha conseguido afianzar la imagen de los lácteos y del sector blindándolos del creciente ruido de noticias falsas y de informaciones y opiniones erróneas en ámbitos como la nutrición, la salud o la sostenibilidad”.

Los analistas de Ikerfel constatan avances en los parámetros analizados, aunque reconocen que “queda trabajo por hacer porque la defensa de la categoría y del sector no debe bajar la guardia; no somos inmunes a los ataques del exterior”. También añaden que “es determinante continuar con la labor de transmitir cuál es la ingesta diaria recomendada de 3 lácteos al día para incrementar la demanda”.

Entre las principales conclusiones del estudio de Ikerfel entre consumidores, puede verse la elevada presencia de los lácteos en los hogares, que los ciudadanos conectan de forma creciente con sus valores y apuesta por la máxima sostenibilidad:

- **Consumo de lácteos.** Los lácteos están presentes en casi todos los hogares (98 %), y los encontramos a diario en el 94%. Así, se consume leche a diario en más del 90%; yogures en 2 de cada 3 (65 %); queso en la mitad de los hogares (45 %); y postres lácteos en 1 de cada 3 (29 %). Además, 1 de cada 4 hogares (23 %) considera que en el futuro el consumo de la categoría se incrementará.
- **Imagen.** La imagen de los lácteos es positiva, prácticamente de forma universal. La campaña ha conseguido afianzar esta imagen, e incluso hacerla crecer, en los parámetros que vinculan lácteos a confianza y calidad.
- **Cantidad Diaria Recomendada (CDR).** La mitad de los responsables de compra de los hogares (48%) conoce la cantidad recomendable o CDR (consumo de al menos 3 lácteos al día), pero alcanzan esta ingesta 3 de cada 10 hogares (31%).
- **Sostenibilidad.** El sector lácteo se asocia claramente a sostenibilidad. De hecho, la campaña ha tenido un claro efecto en la consolidación de esta situación. “El sector lácteo contribuye al empleo en las zonas rurales, es sostenible, cuida el bienestar animal... Consumir lácteos es consumir productos sostenibles, de proximidad... Estas actitudes vinculadas al sector se han visto consolidadas como efecto de la campaña desarrollada”, remarca Ikerfel.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Sostenibilidad y consumidores

De momento, la mayoría de los consumidores ya asocia los productos lácteos a prácticas respetuosas con el medioambiente y el territorio. Pero ¿cuánta gente tiene en cuenta la sostenibilidad al hacer la compra? Según el Eurobarómetro Especial 2020 sobre este particular, un 56% de los europeos declara tener en cuenta aspectos de sostenibilidad al comprar alimentos y, entre los factores más valorados figuran: origen del producto (53%), método de producción (41%), huella ambiental (22%) y bienestar animal (42%).

¿Falta información aún? ¿hay relación entre lo que los compradores dicen y hacen? El informe EIT Food Trust Report 2023 señala que un 73% de los europeos cree que es importante que los alimentos sean sostenibles, pero sólo un 43% considera que tiene suficiente información para tomar decisiones sostenibles. Al mismo tiempo, según la encuesta del Joint Research Centre de la Comisión Europea (2023), sólo el 35% de los consumidores europeos declara haber cambiado su comportamiento de compra por motivos de sostenibilidad en los últimos dos años: la sostenibilidad importa, pero no siempre se traduce en compra.

Del informe ejecutivo de la campaña INLAC “Cuenta con los lácteos europeos – Fase Pre – España”, se puede extraer una pequeña radiografía demoscópica sobre la percepción del consumidor en torno a la sostenibilidad y consumo de lácteos, con sus luces y sombras.

- Un 70% de los encuestados afirma conocer cuál es la CDR (que los especialistas en nutrición recomiendan consumir al menos tres raciones de lácteos al día).
- Según las declaraciones de consumo diario de leche, yogur y queso, el 72% de la población estaría cumpliendo actualmente con la cantidad recomendada (CDR), siendo el segmento de mayores de 60 años donde menos se está cumpliendo. En función de la edad del representante del hogar, existe un bajo cumplimiento de la CDR en los hogares cuyo responsable de compras es más joven: entre 18 y 27 años.
- Un 44% reconoce el sello “3 lácteos al día” cuando les es mostrado.
- Actualmente, un 49% considera importante la sostenibilidad en al menos 3 de sus cuatro variantes (ambiental, bienestar animal, económica y social). Como pauta general sorprende que los más jóvenes (18-27 años) concedan menos importancia a la sostenibilidad en todos sus factores).
- Un 60% del target valora al sector agrícola europeo en términos de garantía de calidad y técnicas modernas.
- El 46% reconoce el sello “Enjoy it's from Europe” cuando le es presentado y afirma que aporta valores positivos a la percepción de los alimentos lácteos de origen europeo.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Algunos hitos logrados: más de 500 millones de impactos hasta la fecha

Los resultados logrados por la anterior campaña “Cuenta con los productos lácteos europeos”, concluida en 2025, han sido relevantes.

- ✓ Sólo en el ámbito del Gabinete de Comunicación y online, se han difundido 33 comunicados de prensa que han permitido la publicación de más de 1.139 artículos y 300 millones de impactos. Mientras tanto, un centenar de influencers españoles y belgas hicieron posible cerca de 300.000 interacciones en redes sociales y 26 millones de reproducciones.
- ✓ Bruselas acogió la celebración de tres foros de debate (uno cada año) para abordar aspectos clave sobre la sostenibilidad del sector lácteo, atrayendo todas las miradas de autoridades comunitarias, expertos y medios de comunicación. La campaña implementó una acción estratégica en televisión convencional con excelentes resultados: más de 12 millones de impactos y otros 30 millones más si se computan las acciones online impulsadas con estos mismos grupos de comunicación, así como en plataformas en Internet.
- ✓ Una campaña de exterior en España y Bélgica logró combinar creatividad e impacto visual. En España, se contó con 45 autobuses vinilados con la imagen de los lácteos, mientras que, en Bélgica, se hizo lo propio en cuatro tranvías. A ello, se unieron 18 mupis personalizados, 100 carteles promocionales en parkings para bicicletas, obteniendo más de 200 millones de contactos en tan solo tres años
- ✓ Alrededor de 970 centros de distribución comercial participaron en la campaña, con soportes audiovisuales, logrando una “fuerte visibilidad de marca en puntos estratégicos donde transitan millones de potenciales consumidores”.
- ✓ Una intensa acción se desplegó, asimismo, para concienciar contra el desperdicio alimentario durante Navidad de 2024 en más de 798 centros repartidos por gran parte de España a través de 4.047 pantallas informativas. Se lograron impactos de gran calidad en posibles compradores; más de 20 millones.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

SECTOR LÁCTEO

Territorio “Sostenibilidad”:

- Sostenibilidad Económica y Social
- Sostenibilidad Medioambiental / Desperdicio cero

Territorio “Nutrición-Salud”

Territorio “Bienestar animal”

Territorio “Igualdad de oportunidades”

EL SECTOR LÁCTEO EUROPEO

Todos los países de la UE producen leche, un alimento que representa una proporción importante del valor de la producción agrícola de la UE. El total de la producción lechera de la UE se estima en unos 155 millones de toneladas anuales. Los principales productores son Alemania, Francia, Polonia, Países Bajos, Italia e Irlanda. Juntos, representan más del 70 % de la producción de leche de toda la Unión Europea.

Durante los últimos años, la cabaña lechera de la UE ha ido disminuyendo al haber mejorado el rendimiento de leche por vaca. En 2023 había en la UE alrededor de 20 millones de vacas, cuya producción media por animal era de 7.800 kilos de leche, según datos de la CE.

En Europa, la producción de leche creció un 0,7 % en 2024 y España destacó con un aumento del 2 %, superando la media del continente. Alemania y Países Bajos han reducido su producción, mientras que Francia e Italia han mostrado signos de recuperación.

La transformación de lácteos en la UE ha estado impulsada durante mucho tiempo por la producción de queso, y se espera que esta tendencia continúe, así como la creación de nuevas plantas queseras. La demanda de queso sigue en ascenso, con un crecimiento del 4 % desde 2022, consolidándose como el producto lácteo más estable y rentable.

En la Unión Europea, la producción de quesos puros de vaca se eleva a 9 millones de toneladas. En cuanto al resto de los quesos, se producen unas 230.000 toneladas de queso puro de oveja (el 33% en Italia, que es el primer productor); 205 toneladas de queso puro de cabra (más de la mitad en Francia) y 450.000 toneladas de queso de mezcla de leche (el 42% en Grecia).

El sector lácteo en España

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

España es una potencia europea en la producción y elaboración de alimentos lácteos como leche, yogur, quesos, mantequilla y otros derivados. Más allá de los reconocidos valores nutricionales de estos productos y del papel que juegan en la prevención de enfermedades, el sector lácteo tiene una enorme importancia económica, social y medioambiental. La labor de los productores es, asimismo, imprescindible para luchar contra la despoblación, cuidar los montes y ecosistemas rurales y prevenir los incendios forestales, al tiempo que aportan alimentos con máximas garantías de calidad, trazabilidad y seguridad alimentaria.



La suma de las entregas de leche de vaca, oveja y cabra muestra que la industria láctea absorbe casi 8.400.000 toneladas de leche de origen nacional al año. De esta forma, España es hoy el séptimo mayor productor de leche de vaca de Europa, tras Alemania, Francia, Reino Unido, Holanda, Italia e Irlanda. La mayor potencia en leche de oveja, sólo superados por Grecia, y la segunda en leche de cabra, después de Francia. Se trata de un sector innovador que quiere seguir apostando por la excelencia y el liderazgo en beneficio de ganaderos, cooperativas, industrias, comercializadores, medio ambiente y, por supuesto, de los consumidores.

Para comprender la relevancia del sector lácteo, es necesario empezar recordando el valor incomparable de su materia prima angular, la leche. Un alimento básico en la cesta de la compra de millones de personas, que cuenta con una dilatada historia. Un reciente estudio internacional ha identificado, a través de vasijas, que el consumo de lácteos se remonta a hace entre 7.500 y 5.550 años, formando parte de la dieta de las primeras poblaciones neolíticas europeas. Los importantes progresos científicos y tecnológicos del siglo XIX, como la pasteurización, permitieron el consumo de lácteos en la ciudad y su popularización en las sociedades avanzadas. Hoy, la leche se ha consolidado como uno de los productos básicos para la alimentación humana, vital para mejorar la nutrición y salud de los distintos grupos poblacionales, al tiempo que un motor de economía, empleo agrario y lucha contra la “España Vacía”.

El poder de este ‘superalimento’ de alto valor al tiempo que asequible es incuestionable. Un vaso diario de doscientos mililitros de leche de vaca proporciona a un menor de cinco años el 21 % de sus necesidades de proteínas y el 8 % de calorías y nutrientes. La leche y los lácteos, como queso y yogures, constituyen el grupo de alimentos más completo y proporcionan un elevado contenido de nutrientes. Asimismo, presentan una composición muy equilibrada, aportando proteínas de alto valor biológico, hidratos de carbono, grasa “buena”, vitaminas liposolubles y minerales como calcio y fósforo.

TERRITORIO SOSTENIBILIDAD

(económica y social)

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Fuente de empleo, riqueza y progreso social

El sector lácteo es un sector estratégico para España por su relevancia económica y su contribución al desarrollo y a la fijación de la población rural, así como por la inversión en bienes de equipo e I+D+i, además de por el desarrollo de sistemas de seguridad alimentaria, calidad y trazabilidad.



España es un país de lácteos y una gran potencia europea.

El sector lácteo español es estratégico para la economía y esencial para la vertebración del medio rural. La estructura del sector integra a ganaderos, cooperativas e industrias, a lo que debe sumarse la distribución y un gran número de empresas auxiliares y de servicios.

La cadena de producción, transformación y comercialización factura en torno a 13.000 millones de euros al año y genera más de 70.000 empleos directos, prácticamente al 50% entre producción primaria e industria, lo que lo convierte en uno de los sectores agroalimentarios más importantes de nuestro país. El sector cuenta con unos 1.700 centros autorizados para la recogida y transformación de leche de los cuales 600 podrían considerarse industrias lácteas propiamente dichas. De media, 15.700 ganaderos realizan entregas de leche, de los cuales 9.300 son de vaca, 2.600 de oveja y 3.800 de cabra.

En función de la especie, las granjas de vacuno de leche se concentran principalmente en Galicia, Asturias, Cantabria, Castilla y León, País Vasco y Andalucía; las de ovino en Castilla y León y Castilla la Mancha y las de cabra en Andalucía, Castilla la Mancha y Extremadura.

La producción de leche en España se distribuye de la siguiente manera, según las especies:

- La producción de leche de vaca es la más significativa, alcanzando aproximadamente 7,2 millones de toneladas
- La producción de leche de cabra ronda las 500.000 toneladas
- La producción de leche de oveja se sitúa en aproximadamente 400.000 toneladas

En el contexto de la UE, la producción española de leche de vaca se sitúa alrededor del 5% del total comunitario, frente al 15% y 20% que representan la leche de oveja y de cabra. Asimismo, España es un país con una tradición quesera excepcional, con más de 150 variedades de quesos: 31 figuras de calidad, con 27 Denominaciones de Origen Protegidas (DOP) y 4 Indicaciones Geográficas Protegidas (IGP). La producción anual ronda las 534.300 toneladas.

Lácteos, muy presentes en todos los hogares

Los datos de comercialización aportados por los fabricantes muestran la alta penetración de los lácteos en nuestras mesas.

(Ventas de los establecimientos de libre servicio de más de 100 m²)

CATEGORÍA	DICIEMBRE 2018	DICIEMBRE 2024
Total leches y batidos	2.743.008.287	2.789.695.474
Leche líquida clásica	1.912.366.336	1.887.477.861
Otras leches líquidas	699.735.487	746.400.448
Batidos	130.906.464	155.817.164

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Total yogures, leches ferm. y postres frescos	966.959.472	1.029.161.205
Yogures y leches fermentadas	765.957.824	810.875.120
Postres frescos preparados	201.001.648	218.286.085
Total quesos	336.881.946	415.222.785
Quesos frescos	110.546.756	134.825.183
Quesos tradicionales nacionales	102.223.240	108.869.127
Quesos fundidos	37.315.808	34.544.971
Quesos especialidades importación	41.858.926	68.429.634
Queso rallado	30.608.778	51.399.595
Otros quesos	14.328.438	17.154.275
Total otros lácteos	80.831.489	96.157.251
Nata y crema	45.395.936	54.080.329
Mantequilla	15.887.644	21.762.643
Postres y yogur larga conservación	855.058	537.293
Leches no líquidas	18.692.850	19.776.985
TOTAL LÁCTEOS	4.127.681.194	4.330.236.715

Fuente: Fenil

Mujer y sector lácteo

El nuevo programa europeo impulsado por la Organización Interprofesional Láctea (InLac) quiere seguir poniendo en valor el trabajo del sector en todo el territorio nacional, dado su papel estratégico y esencial, especialmente las mujeres, que son esenciales para lograr el relevo generacional.

Las mujeres van ganando protagonismo y visibilidad en los últimos años, dando muestras de que son imprescindibles para asegurar el futuro de esta actividad, especialmente en regiones con alto índice de despoblación.

El papel de estas profesionales es imprescindible para luchar contra el éxodo de la población desde el campo hacia las ciudades. A pesar de las dificultades que encuentran las mujeres en el desempeño de sus funciones, lo cierto es que cada vez son más quienes desempeñan puestos de alta responsabilidad no sólo al frente de ganaderías o queserías sino también en grandes compañías lácteas.

Las mujeres aportan cerca de una cuarta parte del volumen de trabajo total en las ganaderías lácteas, siendo fundamentalmente trabajo familiar (el 36,9 % de las UTA familiares corresponden a mujeres). En el trabajo asalariado participan con un 12,4 %.

Aparecen como titulares de ganaderías en un 39 % de los casos. En cuanto a las personas jurídicas, las jefas de ganadería representan un 15,8 %. En suma, las ganaderías cuya titular es una mujer son en general de menor tamaño: tienen una media de 20,3 vacas de leche, cifra que asciende a 31,6 cuando el titular es un hombre. También en las ganaderías con titular "persona jurídica" existe una significativa diferencia de tamaño, con cifras de 103,7 y 69,3 vacas.

El sector lácteo padece un serio problema de envejecimiento de los titulares de ganaderías. Para el conjunto de ambos sexos, los titulares con 55 o más años suponen el 43 %; y el 12,5 % superan los 64 años; mientras que en el extremo contrario los menores de 40 años apenas son el 11,2 %. El colectivo más numeroso se sitúa en la franja de 40-54 años. La edad de los titulares aparece correlacionada negativamente con el tamaño de las ganaderías, de tal modo que la presencia de ganaderos/as de edad avanzada es mayor en las unidades de menor dimensión.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

En el caso de las ganaderías cuyo titular es persona jurídica, nos encontramos con una estructura mucho más joven: aquellas con un jefe de ganadería menor de 40 años son el 21,4 % y en los 2/3 este no alcanza los 55 años (Valdés y Vázquez, 2022).

Hoja de Ruta de Sostenibilidad del sector lácteo español (InLac):

Las organizaciones y asociaciones del sector lácteo han asumido el compromiso con el fomento igualdad de género en toda la cadena de valor del sector lácteo, tal y como recoge “La hoja de ruta de sostenibilidad del sector lácteo español” impulsado por InLac. Por ello, en su conjunto:

- El sector promoverá actividades para continuar impulsando la igualdad en todos los eslabones de la cadena, desde la producción hasta la distribución.
- E informará a la sociedad sobre los avances que, en materia de igualdad, se vayan logrando en los diferentes eslabones de la cadena de valor.

TERRITORIO SOSTENIBILIDAD AMBIENTAL

CUIDANDO DEL PLANETA

Comprometidos con el medio ambiente

Junto a la promoción y divulgación de los beneficios del consumo de productos lácteos, el futuro pasa sin duda por la sostenibilidad medioambiental y las buenas prácticas: el sector promueve las energías renovables para reducir la huella de carbono, disminuye el uso de agua, mejora la circularidad de los envases y la gestión de los purines, potencia la economía circular y reduce el desperdicio alimentario en toda la cadena.

El sector lácteo es un ejemplo de compromiso con una economía eficiente y más ecológica y se alinea con los grandes Objetivos de Desarrollo Sostenible de Naciones Unidas.



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

El sector en su conjunto quiere poner en valor la contribución de la ganadería a la lucha contra el calentamiento global. Sin ganaderos que cuiden el paisaje y el territorio, e industrias que generen empleo y conecten con sus rutas diarias las zonas rurales, España se enfrenta a más despoblación rural, a más pobreza y desempleo. El papel de nuestros profesionales es clave para la preservación de los ecosistemas, captar CO2 gracias a los pastos y bosques asociados y prevenir el avance de la erosión, la desertificación y los incendios.

Los gases de efecto invernadero contribuyen a agravar el calentamiento global, pero la circularidad en el consumo de CO2 que tiene el ganado en su rumen hace que dicho impacto sea neutro.

El sector lácteo está trabajando arduamente para implementar las mejores prácticas, así como para desarrollar, innovar e investigar nuevas tecnologías para reducir su impacto, para cuidar mejor el medio ambiente. Es importante considerar la huella ecológica como una función del contenido de nutrientes en lugar de la masa total producida y, para la misma densidad nutricional, se requieren menos lácteos en comparación con otras bebidas o alimentos de origen distinto al animal, por poner un ejemplo comparativo. El sector lácteo proporciona una amplia gama de beneficios, como la biodiversidad, la vitalidad del rural, el cuidado del paisaje tradicional y los pastizales vinculados, en contraposición de los monocultivos y otros modelos de producción de alimentos.

Se están obteniendo cada vez lácteos de la mejor calidad, pero con cada vez un menor uso de los recursos. Entre otros parámetros, se busca una calidad óptima del suelo también y por eso se realizan analíticas para saber cuáles son las fortalezas y debilidades de cada tierra concreta, para aportarle los nutrientes que precisa. Lo mismo ocurre con el agua, en la que se apuesta por un uso responsable y verdaderamente ajustado a las necesidades reales. Hasta las deyecciones de los animales son reutilizados en el entorno como nutrientes para la tierra.

Al mismo tiempo, las industrias han impulsado el único embalaje o packaging sostenible, certificado como “carbón neutral” y, además, toda huella de carbono generada en su producción es compensada con la realización de acciones sostenibles. La actividad de la industria es cada día más “verde”.

Desde InLac quieren seguir trabajando duro para garantizar un futuro digno para la actividad. Nuestro objetivo es colaborar con las familias ganaderas y el resto de los actores, para contribuir a la transformación y modernización sectorial y asegurar su sostenibilidad a corto, medio y largo plazo.

11 pilares para la sostenibilidad del sector lácteo

1. Reducción de las emisiones de gases invernadero en toda la cadena de valor del sector
2. Gestión de los nutrientes de los pastos para minimizar el impacto en agua y aire
3. Reducción al mínimo de residuos, así como reutilización y reciclaje de los ya generados
4. Uso responsable del agua
5. Mejora de la calidad y retención del suelo para garantizar una productividad óptima
6. Mantener y mejorar la biodiversidad
7. Desarrollo de mercado para que todos los participantes creen empresas económicamente viables
8. Sector lácteo como un pilar fundamental en las economías rurales
9. Condiciones de trabajo favorables en toda la cadena de valor
10. Transparencia de la cadena de suministro de los lácteos para garantizar su calidad, aporte nutricional y seguridad óptima
11. Cuidado animal

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Sector lácteo y economía circular

En vacuno, caprino y ovino lechero encontramos diferentes prácticas relacionadas con la economía circular, tal y como recoge “la Hoja de Ruta de Sostenibilidad del sector lácteo español”, elaborado por InLac. Se aprovechan los recursos locales, se mejoran sinergias y se da nueva vida a los subproductos. El aparato digestivo del ganado rumiante tiene la capacidad de transformar recursos no utilizables por el hombre u otros monogástricos, en nutrientes. Además, los rumiantes necesitan que sus raciones contengan ese tipo de recursos para garantizar el correcto funcionamiento del rumen. Por esta razón, el ganado lechero utiliza, tradicionalmente, recursos alternativos, que son residuos de toda la cadena de valor agroalimentaria. Entre ellos:

- Subproductos de la actividad agrícola, que incluyen desde la paja a restos de cosechas. El consumo de estos subproductos puede ser tanto directo, en campo, como en pesebre.
- Subproductos de la transformación y manipulación de frutas y hortalizas, o de la industria del zumo, que se incorporan a las raciones como ingredientes aportadores de fibra.
- Subproductos de las industrias panificadoras y de transformación de cereales, que se incorporan como aportadores de energía y fibra.
- Subproductos de la industria de bebidas, como puede ser el caso del bagazo de cerveza.

Otra práctica habitual en las granjas lecheras es la utilización de los purines y los estiércoles como fertilizantes. El trabajo desarrollado por el IRTA para InLac, relacionado con las deyecciones ganaderas (InLac, 2019), muestra que las diferentes tipologías de ganaderías de vacuno que existen en España tienen una base agrícola importante, ya sea de pastos, de fincas de regadío o de fincas de secano, donde se producen forrajes o granos que se destinarán a la alimentación de las propias vacas. En este trabajo se profundiza en la tipología de deyecciones y la estrategia de su aplicación a campo. Los estiércoles y purines tienen como destino esas fincas o la de ganaderos vecinos.

El tratamiento de purines y los estiércoles de rebaños lecheros se está practicando, sobre todo, en rebaños de vacuno que manejan purines. Las tecnologías y las prácticas se han descrito tanto en el trabajo realizado por InLac (2019), como en el publicado por Prenafeta y Parera (2020). Los sistemas de tratamiento de estiércoles permiten reducir las emisiones a la atmósfera y al agua de nitrógeno, fósforo, olores y microorganismos patógenos, así como facilitar el almacenamiento y/o aplicación en el campo.

Los purines, o los lodos de depuradora, son susceptibles de valorizarse a través de la producción de biogás mediante un proceso de digestión anaerobia o biometanización. Se trata de un proceso biológico que tiene lugar en ausencia de oxígeno durante el cual parte de la materia orgánica se transforma, por la acción de los microorganismos, en una mezcla de gases conocida como biogás.

A su vez, el manejo de los animales y de sus estiércoles y purines promueve el secuestro de carbono en los suelos. En los últimos años se han realizado trabajos para medir las emisiones del sector lechero español. Con frecuencia se incluyen también análisis del secuestro de carbono asociado a la producción. Aunque hay varios trabajos, referidos ya en este documento, utilizaremos uno desarrollado en Asturias (Salcedo et al, 2019), elaborado a partir de datos de 15 ganaderías de vacuno lechero de la región. Las ganaderías mantenían entre 25 y 125 vacas, contaban con una superficie agrícola útil entre 16 y 63 ha, con praderas, cultivos de maíz y otros cultivos forrajeros, con una carga ganadera entre 1,3 y 3,7 vacas UGM/ha. En estas condiciones, el secuestro de carbono oscila entre:

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

- Por ha de SAU, entre 875 y 2.335 Kg de CO2 equ.
- Por UGM, entre 591 y 665 Kg de CO2 equ.
- Por litro de leche normalizada, entre 0,08 y 0,11 Kg de CO2 equ.

En este sentido, hay bastantes ejemplos de prácticas de agricultura regenerativa en vacuno lechero. También hay proyectos innovadores financiados por fondos públicos para desarrollar este tipo de modelos de producción. No obstante, para mostrar un ejemplo, usaremos la información de una granja que ha hecho público su apuesta por este modelo. Se trata de una ganadería de vacuno lechero situada en Girona, que cuenta con 375 vacas adultas y una finca de unas 5 ha. La alimentación se basa en la producción de maíz de su finca, además del empleo de subproductos de la industria alimentaria (bagazo de cerveza y pulpa de naranja). El cultivo se basa en la técnica de agricultura regenerativa, contando con el apoyo de una organización internacional especializada, Farming for generations (F4G).

Economía circular en la industria

La industria de elaboración de alimentos lácteos también desarrolla medidas específicas de economía circular, tanto en sus procesos productivos como en el abastecimiento. Un ejemplo es el ecodiseño en la industria láctea. El ecodiseño es una estrategia de desarrollo de productos que apunta a generar el menor impacto ambiental posible.

En concreto, supone incorporar la sostenibilidad en el proceso de diseño de los productos o los servicios. La base de esta estrategia es que el 80% del impacto ambiental causado por un producto, a lo largo de su ciclo de vida, desde la obtención de la materia prima, el transporte, la fabricación, la distribución, el uso, el reciclado, la reutilización o la valorización, puede resolverse en la fase de diseño.

Un ejemplo ilustrativo de esta línea de trabajo, que implica a todas las industrias lácteas españolas, es el proyecto Ecolac, cuyas líneas maestras son las siguientes:

- Promueve la creación de un software de ecodiseño adaptado a las necesidades del sector lácteo para lograr la prevención y disminución del impacto ambiental asociado a la fabricación de alimentos lácteos.
- Su objetivo es diseñar una herramienta que favorezca la mejora de los procesos y productos y facilite la toma de decisiones. Prevé la elaboración de un Protocolo para el Ecodiseño.
- Permitirá estandarizar el uso de metodologías de diseño y fabricación de alimentos con criterios de responsabilidad ambiental y se utilizará para sensibilizar a los consumidores hacia los productos ecodiseñados.

Otro ejemplo es el suero de quesería, que es un subproducto obtenido en la fabricación del queso. Por su composición, rica en proteínas, tiene aparentemente muchos usos. Sin embargo, su gestión ha limitado la actividad de las industrias elaboradoras de queso. En la actualidad ha dejado de ser un problema como consecuencia de la puesta en marcha de desarrollos tecnológicos específicos. Enumeramos algunos de ellos:

- El proyecto LACTOCYL, promovido desde el ITACYL de Castilla León, se ha centrado en la valoración del lactosuero. Tras un análisis de las estrategias de gestión del suero desarrollaron tres actividades:

- valorización energética del lactosuero, evaluando la viabilidad a escala real;
- la valorización mediante la obtención de bioproductos, que incluyen prebióticos y ácidos grasos volátiles;
- la reincorporación de proteínas de suero en la fabricación de nuevos alimentos lácteos utilizando la tecnología de microparticulación.
- La empresa Prolactea transforma el suero de una empresa quesera en un amplio abanico de sueros lácteos en polvo, comercializados para el consumo directo o como ingredientes para otras industrias de alimentación y bebidas.
- En el marco del proyecto ORLEANS, coordinado desde el Instituto Tecnológico del Plástico (AIMPLAS) se ha trabajado para valorizar el lactosuero obtenido como residuo en la elaboración de queso mediante:
- El desarrollo de aditivos activos naturales para su incorporación en el envase de los quesos, para alargar su vida útil.
- El desarrollo de probióticos naturales para su incorporación en piensos, con el objetivo de mejorar el bienestar de los animales que los consumen.

Otra estrategia circular es la gestión de los lodos de depuradora en la industria láctea. Las centrales someten sus aguas residuales a un proceso de depuración.

El resultado final es agua, que se destina a cauce público. Estos suelen contener sólidos en suspensión, muy diluidos, que hay que concentrar. Hay dos tipos de fangos: los procedentes del flotador, que contienen sólidos en suspensión, ricos en nitrógeno, grasas y aceites; y los que se obtienen a partir del decantador del reactor biológico. La mezcla de ambos debe ser concentrada o deshidratada. El uso tradicional de los lodos de depuración de la industria láctea es su aplicación en campo como fertilizante, por su valor agronómico (materia orgánica, nitrógeno, fósforo, potasio y micronutrientes esenciales para las plantas) y escaso potencial contaminante.

El depósito de los lodos en vertedero es una práctica casi desaparecida. Por contra, cada vez es más frecuente, su valorización energética mediante incineración o co-incineración.

El producto final se gestiona por entidades autorizadas por las administraciones autonómicas.

También destaca la búsqueda de alternativas a los plásticos. La estrategia de los plásticos de 2018 de la UE, el horizonte de que en 2030 los envases de plástico del mercado sean envases reciclables (incluyendo compostables) o reutilizables, y el RD 1055/2022, así como el impuesto al plástico, ha acelerado los procesos de reducción de utilización y búsqueda de alternativas. Buena parte de las empresas han puesto en marcha planes de prevención y ecodiseño, que pasan por:

- reducir la cantidad de plástico en los envases, disminuyendo el peso del material empleado por unidad de envase
- aumentar la proporción de envases reciclables; la limitación actual es que el único plástico reciclable autorizado por EFSA es el PET reciclado, or-PET, que no siempre es útil para preservar la vida útil de los lácteos.
- eliminar envases superfluos

- desarrollar proyectos de investigación para incorporar materiales reciclables y, sobre todo, compostables y biodegradables. En la actualidad la industria está desarrollando proyectos para la utilización de bioplásticos con base en PLA (ácido poliláctico) y PHA (Polihidroxialcanoatos) o, incluso, otros materiales como almidón, PBAT (Polybutylene adipate-co-terephthalate) y PBS (Polybutylene). Sin embargo, todos ellos tienen dos inconvenientes: no siempre consiguen efecto barrera para aislar el alimento lácteo del entorno, garantizando su vida útil; y muchos de los desarrollos no tienen la autorización EFSA como materiales en contacto con alimentos.

Otro ejemplo de estrategia es la gestión de **otros residuos en la industria**. Las industrias lácteas mantienen sistemas de gestión medioambiental que les permite abordar los problemas medioambientales de forma sistemática y demostrable. Entre las medidas que recogen se incluye un manual de gestión, y procedimientos escritos para controlar las actividades con impacto ambiental significativo, así como los registros pertinentes. En ellos aparece el compromiso a separar y retirar para reciclaje, metales, materiales o restos de construcción, plásticos rígidos, poliestirenos expandidos, tubos de PVC, envases de plástico, papel y cartón, cristales y recipientes, envolturas de palets, aceite, pinturas, bombillas, EPIs, etc. Todos ellos se llevan a reciclado, y valorización en su caso, a través de gestores autorizados de residuos.

“Hoja de Ruta de Sostenibilidad del sector lácteo español (InLac)”

InLac mantiene amplios compromisos en materia ambiental, recogidos en la “Hoja de Ruta de Sostenibilidad del sector lácteo español”, como por ejemplo:

Acción por el clima. El sector lácteo viene recopilando información técnica para ponerla a disposición del conjunto del sector, tanto en el ámbito de la reducción de emisiones de gases de efecto invernadero como de otros gases. Ha elaborado guías y documentos de Mejores Técnicas Disponibles. Además, se compromete a:

-Poner a disposición de los actores del sector herramientas para la medición de la huella de carbono, en el marco del Análisis de Ciclo de Vida (ACV), como base para la medición del avance en materia de reducción de emisiones de gases de efecto invernadero, considerando la suma de emisiones y secuestros de carbono derivados del manejo del ganado en pastoreo, la utilización de las deyecciones como fertilizantes orgánicos en el suelo, las prácticas de manejo del ganado, así como otras estrategias de captura de carbono, que incluyen el uso de prácticas forestales, como el mantenimiento de arbustos, cierres de fincas y otras iniciativas relacionadas con la vegetación.

-Impulsar la concienciación del sector en buenas prácticas medioambientales.

-Potenciar el desarrollo y la aplicación de tecnologías que mejoren la eficiencia y aceleren la implementación de la economía circular en el uso de recursos naturales, tanto en ganaderías como en centros de transformación.

-Considerar el impacto ambiental de los bricks en el análisis de la huella de carbono de los productos lácteos, dado que su producción, transporte y disposición final pueden tener un efecto significativo en el ciclo de vida del producto.

Vida en los ecosistemas terrestres. El sector lácteo está asumiendo un conjunto de prácticas voluntarias en las ganaderías para promover la generación de servicios ecosistémicos en su entorno. La interprofesional se compromete, en su hoja de ruta sostenible, a:

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

-Promover, dentro de la cadena de valor, el conocimiento de la normativa y las mejores técnicas para la preservación del medio ambiente en el entorno de la actividad láctea, tanto directamente como a través de las asociaciones y organizaciones que la integran.

-Hacer un seguimiento a los resultados de la aplicación de las políticas de la PAC en España en el ámbito de los servicios ecosistémicos, difundirlos y promover su extensión.

Sostenibilidad y gestión de recursos y agua. La cadena de valor del sector lácteo, a través de la colaboración de InLac:

- Promoverá la caracterización de estiércoles y purines del ganado de aptitud lechera en España, con el objetivo de facilitar su utilización en el marco del Real Decreto de nutrición sostenible de suelos. Para asegurar una implementación efectiva, se impulsarán iniciativas que favorezcan la adopción de estas prácticas en el sector, considerando las necesidades y capacidades de las ganaderías.

-Fomentará el diseño de una herramienta para el cálculo del secuestro de carbono asociado a la utilización de estiércol y purín de ganado lechero en cultivos y forrajes en suelos españoles, así como al manejo del pastoreo en condiciones de producción españolas, con el objetivo de facilitar la medición del impacto ambiental de estas prácticas. Se evaluarán soluciones tecnológicas que faciliten la integración de los cálculos del secuestro de carbono asociado al uso de estiércol y purín en las herramientas de software existentes, buscando sinergias con las tecnologías actuales, para garantizar que se pueda aplicar.

-Analizará cómo medir la huella hídrica para el sector lácteo, evaluando el uso del agua a lo largo de toda la cadena de valor, desde la producción primaria hasta el procesamiento, con el fin de identificar oportunidades de mejora en la gestión del agua.

Un ambicioso plan para 2030

La Organización Interprofesional Láctea (InLac) remarcó en octubre de 2024 en Bruselas, en el marco del III Foro de Sostenibilidad Láctea (“El reto de la descarbonización: El sector lácteo europeo, comprometido con el medio ambiente y la lucha contra el cambio climático”) esta nueva ambición para cuidar el Planeta, que anticipa compromisos “históricos” que marcarán un antes y un después para esta actividad económica.

En esta hoja de ruta para un sector lácteo económica, social y medioambientalmente sostenible contempla compromisos para reducir los Gases de Efecto Invernadero, en un 55% para 2030, también las emisiones de amoníaco (un 3% menos cada año) e impulsar la economía circular y la calidad de los suelos, del agua y los servicios ecosistémicos, entre otros aspectos.

Conviene recordar que, en el cómputo global, debe tenerse muy en cuenta los factores positivos ligados a la actividad, y no solo los negativos derivados del impacto que toda actividad humana tiene sobre el medio ambiente. Así ejemplo, la FAO subraya que *“el desarrollo del sector lácteo es vital ya que se trata de un instrumento sostenible, equitativo y poderoso para lograr el crecimiento económico, la seguridad alimentaria y la reducción de la pobreza porque la actividad láctea es una fuente regular de ingresos; proporciona alimentos nutritivos; diversifica los riesgos; mejora el uso de los recursos; genera empleo en la ganadería y fuera de ella; crea oportunidades para las mujeres; proporciona estabilidad financiera y posición social”*.

Qué opinan los expertos sobre la sostenibilidad de la actividad

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Diferentes expertos han destacado el papel de los sistemas ganaderos en el “secuestro” de carbono y, por tanto, resaltan los beneficios del sector para luchar contra el cambio climático.

Según explican en el monográfico “Sostenibilidad de la producción ganadera”, editado por Cajamar, Marta A. Alfaro (Instituto de Investigaciones Agropecuarias, INIA-Remehue) y Jaime Mejías (Instituto de Investigaciones Agropecuarias, INIA-Carillanca), los pastizales ofrecen múltiples beneficios a la sociedad, brindando una gama de productos útiles (carne, leche, cueros, pieles, etc.) y de servicios ecosistémicos. Estos incluyen su contribución a la conservación de la biodiversidad, el suministro de agua limpia y el secuestro de carbono. El carbono del suelo es importante como aspecto clave de la calidad de la tierra y de su acumulación de dióxido de carbono, a través del crecimiento de las plantas, que capturan carbono de la atmósfera y lo almacenan en el suelo.

En este mismo monográfico, se recuerda que en la España húmeda se localiza más de la mitad de la producción de leche de vaca. Es la actividad agraria más importante de la zona siendo imprescindible para la vertebración económica, social y territorial.

El aprovechamiento de la tierra para la producción de forrajes de alta calidad, incrementado con rotaciones de maíz/cultivo de invierno, pero limitado por las dificultades de ampliación de la base territorial, y su adecuada integración en las raciones de las vacas de leche constituye un elemento clave de la sostenibilidad de las ganaderías de Galicia y cornisa cantábrica. En ese trabajo son analizados varios aspectos relacionados con los tipos de alimentación, la fertilización de los forrajes, ambientales y de viabilidad económica y social.

El modelo de paisaje en mosaico, donde se intercalan la superficie agraria y setos, árboles, vegetación de ribera, bosques etc., otorga un valor ecológico para la biodiversidad de la fauna y flora y ofrece control de la erosión, regulación del ciclo hidrológico, filtración de nutrientes y protección de la calidad del agua, añaden.

Los expertos que construyen este monográfico de Cajamar también subrayan el alto potencial de circularidad alimentaria del ovino de leche, que permite dar un nuevo valor a residuos y subproductos agroindustriales no destinados al consumo humano. Una fortaleza del sector ante el reto de economía circular marcado por la Unión Europea.

Además, la eficiencia y reducción en el uso de recursos no renovables y la reutilización y reciclado de los residuos o subproductos generados (estiércol, lana, suero de leche, etc.) ofrece alternativas de revalorización y nuevas oportunidades de negocio para las zonas rurales, contribuyendo a la sostenibilidad ambiental. Una coyuntura que es equiparable, en opinión de los expertos al caprino, muy vinculado también al desarrollo económico, progreso social y lucha contra la despoblación y contra la degradación de los ecosistemas en zonas rurales con especiales dificultades.

También conviene recordar, que muchas de estas ganaderías conviven simbióticamente en espacios naturales protegidos con un gran número de especies de fauna y flora, permitiéndose un beneficio mutuo.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Desperdicio cero

El desperdicio de alimentos es uno de los grandes problemas en la actualidad, y no solo por el derroche de comida que supone, también por la huella ambiental que esto genera.

Por eso, cada vez más, tanto los consumidores como los profesionales de la hostelería, tienden a reutilizar los excedentes para crear nuevas elaboraciones, tanto por razones de ahorro como ambientales, lo que está provocando el auge de los “supra-reciclados”, es decir, alimentos que pueden ayudar a disminuir los residuos y el desperdicio de comida. Esta tendencia, nos está llevando a todos a reinventarnos y a descubrir nuevos usos de los alimentos, así como a reducir costes y desperdicios y a optimizar cada producto, reduciendo nuestra huella ambiental. Algo que, sin duda, agradece nuestro bolsillo, y también el Planeta.



En este sentido, podemos decir que los lácteos son “pura cocina de aprovechamiento”. En primer lugar, porque su desperdicio es prácticamente cero y, en segundo lugar, porque gracias a su enorme versatilidad, y a que combinan a la perfección con todo tipo de sabores e ingredientes, pueden combinarse con cualquier alimento de la despensa o nevera.

Por eso, la campaña subraya que, cada vez que consumimos lácteos, contribuimos a reducir el desperdicio de alimentos.

La “Hoja de Ruta de Sostenibilidad del sector lácteo español”, impulsada por InLac dedica una especial importancia a la lucha contra el desperdicio.

Producción y consumo responsable. El sector lácteo desarrolla una estrategia conjunta para promover el consumo responsable de lácteos, resaltando su contribución a la salud y bienestar de las personas, además de su impacto en el medio rural. Además, se compromete a:

- Participar en estrategias y programas de reducción del desperdicio de alimentos en colaboración con las administraciones y con organizaciones de consumidores.
- Impulsar los estudios de tecnologías para mejorar la eficiencia y desarrollar la economía circular en el uso de recursos naturales en el conjunto de la cadena de valor, tanto en las ganaderías como en centros de transformación, dentro del marco descrito de actividades ambientales.

Territorio Bienestar animal

Bienestar animal: Referente mundial

Desde InLac remarcan especialmente el compromiso del sector lácteo con el bienestar animal tanto por convicción propia (para los ganaderos, sus vacas son prácticamente miembros de la familia y de asegurar el bienestar de sus reses depende su economía y su futuro...) como en cumplimiento de las exigentes normativas europeas de las que parten controles cada vez más estrictos y habituales. Y es que España se rige por el modelo europeo, el más exigente a nivel global. Este modelo de producción define una ganadería con los estándares de sanidad y bienestar animal, seguridad alimentaria y, por supuesto, de protección del medio ambiente más

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

exigentes del mundo, que obligan a una mayor inversión pero que permiten poner a disposición del consumidor productos más seguros y de mayor calidad.

Principio de “Las cinco libertades”

El concepto de bienestar animal incluye tres elementos: el funcionamiento adecuado del organismo vivo (lo que entre otras cosas supone que los animales estén sanos y bien alimentados), el estado emocional del animal (incluyendo la ausencia de emociones negativas tales como el dolor y el miedo crónico) y la posibilidad de expresar algunas conductas normales propias de la especie. Así, por ejemplo, la Organización Mundial de la Salud Animal considera que un animal se encuentra en un estado satisfactorio de bienestar cuando está sano, confortable y bien alimentado, puede expresar su comportamiento innato, y no sufre dolor, miedo o estrés.



En este contexto, el sector lácteo nacional promueve el cumplimiento de los cinco principios de bienestar animal establecidos por la Organización Mundial de Sanidad Animal (OIE):

- Animales libres de hambre, sed y desnutrición
- Animales libres de miedos y angustias
- Animales libres de incomodidades físicas o térmicas
- Animales libres de dolor, lesiones o enfermedades
- Animales libres para expresar las pautas propias de comportamiento.

El sector lácteo nacional y sus granjas cumplen los principios establecidos en todas sus áreas: alimentación, limpieza-desinfección, alojamiento, salud, comportamiento, manejo, control de las granjas y animales y control en el centro de sacrificio, y en todas las fases del proceso productivo desde la gestación y cría, engorde, transporte, sacrificio y fabricación.

La Unión Europea, líder mundial en bienestar animal (Fuente: Comisión Europea)

Hace más de 40 años, en 1976, la UE firmaba la Convención Europea para la Protección de Animales en granjas, pero fue en 1998 cuando entró en vigor la Directiva relativa a la protección de los animales en las mismas. Esta directiva apunta que los animales tienen que disfrutar de las cinco libertades: libres de hambre y sed; de incomodidades; de dolor, heridas y enfermedades; libres para tener una conducta normal; y libres de miedo y angustia.

El Tratado de Lisboa (2009), ya reconocía a los animales como “seres sensibles”. En 2012, la UE trazó la Estrategia para la Protección y Bienestar de los Animales de Granja que garantiza que gallinas, cerdos, bovinos, ovejas, entre otros animales, deben vivir y ser transportados en condiciones que no impliquen maltrato ni les causen dolor o sufrimiento.

La UE cuenta, por tanto, con las normas más exigentes y garantistas para proteger al ganado, de acuerdo también con los intereses y sensibilidad mostrada por los europeos, tal como explican desde el Parlamento Europeo ([“Protección y bienestar animal: legislación europea”](#)).

Son más de 40 años trabajando por mejorar las vidas de los animales, convirtiendo a la UE y España en líderes mundiales en garantizar el bienestar animal.

TERRITORIO “NUTRICIÓN, SALUD”

Lácteos y salud: Fuente de vitaminas y nutrientes

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Con las acciones de promoción y comunicación, InLac fomenta las prácticas dietéticas adecuadas, basándose para ello en argumentos rigurosos, con la ayuda de un comité asesor, configurado por expertos independientes en distintas disciplinas.



Las evidencias científicas para decir “sí” a los lácteos son amplias. En mayo de 2019 se publicó un suplemento en **“Advances in Nutrition”**, la tercera revista de Nutrición más importante del mundo, a partir de información coordinada por **Ángel Gil** (doctor en Biología, catedrático de Bioquímica y Biología Molecular en la Universidad de Granada, y presidente de FINUT) y **Rosa María Ortega** (doctora en Farmacia y catedrática de Nutrición en la Universidad Complutense de Madrid), que revisa en profundidad a través de revisiones sistemáticas y metaanálisis el valor de los lácteos en la nutrición humana en diferentes situaciones fisiológicas.

Los expertos aconsejan pautas de alimentación equilibrada variada, satisfactoria, sostenible y compartida, junto a práctica regular de ejercicio físico, dando prioridad a los productos frescos asociados a la Dieta Mediterránea, en la línea de las recomendaciones de la **Fundación Española de la Nutrición (FEN)**; la **Fundación Española del Corazón (FEC)** o la **Academia Española de Nutrición y Dietética**.

Por otra parte, en el caso de la leche, por ejemplo, la ingesta regular aporta calcio y la vitamina D que son necesarios para el crecimiento y el desarrollo normales de los huesos en los niños, siempre que la ingesta de leche aporte al menos el 15% de las ingestas de referencia (*anexo XIII parte A, del Reglamento UE 1169/2011 de esos nutrientes*)

Valores diferenciales frente a otros alimentos

El sector lácteo también se enfrenta a la confusión de los lácteos frente a los alimentos vegetales. Productos, estos últimos, que no pueden denominarse “leche” ni “lácteos” (ni queso, ni yogur ni leche ni nata, por ejemplo), de acuerdo con la legislación de la UE y nacional, ni comparten sus beneficios nutricionales.

De acuerdo con la jurisprudencia europea, “se entenderá por leche exclusivamente la secreción mamaria normal obtenida a partir de uno o más ordeños, sin ningún tipo de adición ni extracción”. También define a los lácteos como “aquellos derivados exclusivamente de la leche, pudiendo añadirse las sustancias necesarias para su fabricación”. Por tanto, queda claro que “no podrán utilizarse, en relación con productos distintos de los indicados, ninguna etiqueta, documento comercial, material publicitario ni ninguna forma de publicidad o de presentación que indique, implique o sugiera que tal producto es un lácteo”.



En su “Hoja de Ruta de Sostenibilidad del sector lácteo español”, InLac, resalta su compromiso:

Salud y bienestar. Los lácteos son alimentos esenciales para hacer frente a las necesidades nutricionales globales de las personas, siendo una fuente esencial de proteínas, minerales y micronutrientes. El sector, a través de InLac se compromete a:

- Continuar ofreciendo información clara sobre las características nutricionales y los beneficios del consumo de lácteos, para apoyar a los consumidores en la toma de decisiones hacia una alimentación equilibrada y responsable.
- Fomentar el consumo de lácteos en dietas saludables.

El libro blanco de los lácteos: un nuevo referente bibliográfico

La Fundación Española de la Nutrición e InLac presentaban a finales de 2024 otra obra de referencia, el “Libro Blanco de los Lácteos” que marca un nuevo hito en el ámbito de la nutrición y la divulgación científica, al ofrecer un compendio exhaustivo y actualizado sobre los lácteos y su papel fundamental en la alimentación y la salud, en formato DAFO.

La obra, coordinada por Rosaura Leis, además de presidenta de la FEN, catedrática de Pediatría de la Universidad de Santiago, consta de siete módulos, treinta y cinco capítulos y cuenta con la colaboración y autoría de más de cincuenta investigadores de reconocido prestigio en el mundo científico-académico tanto nacional como internacional, abordando todo el conocimiento existente sobre el importante papel de los lácteos en los tres pilares fundamentales de la alimentación: salud, placer y hábitos alimentarios.

“Confiamos en que el Libro Blanco de los Lácteos se convierta en un referente en la materia y sirva como herramienta útil y valiosa para todos los profesionales de la salud, responsables políticos, consumidores y todos los operadores interesados en promover una alimentación saludable, satisfactoria, sencilla y sostenible, desde los primeros momentos de la vida hasta los más mayores”, ha declarado Rosaura Leis.

Según ha recordado, “las principales causas de enfermedad y de muerte en el mundo, guardan relación con estilos de vida no saludables, lo que incluye una mala alimentación, la falta de actividad física y el aumento de la inactividad, fundamentalmente ligado al ocio pasivo, al mal uso y abuso de las pantallas”. “En relación con la alimentación, estamos asistiendo a la pérdida de adherencia de la población, especialmente de niños y adolescentes, a nuestras dietas

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

tradicionales, que han demostrado ser saludables y sostenibles, lo que pone en riesgo la salud nutricional y metabólica”, ha advertido.

En este contexto, ha subrayado que los lácteos son “alimentos fundamentales en nuestras dietas”, por lo que “se hace necesaria la promoción de su consumo, comunicando a la población sus beneficios”, más aún cuando “la evidencia científica disponible indica que tienen un efecto muy positivo sobre la salud y sobre la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles”.

BENEFICIOS DE LOS LÁCTEOS

VITAMINAS

La leche es fuente de riboflavina y vitamina B12, y también aporta a la dieta otras vitaminas como la vitamina A, C y niacina.

La vitamina A, presente en los quesos, contribuye a mantener las mucosas, la piel y la visión en condiciones normales.

HIDRATOS DE CARBONO

Los hidratos de carbono tienen como principal función el aporte energético.

En los lácteos, el hidrato de carbono predominante es la lactosa, que proporciona hasta el 25% de la energía total de la misma.

Los lácteos tienen un perfil nutricional equilibrado y su consumo conlleva un aporte moderado de hidratos de carbono.

PROTEÍNAS

Las proteínas son necesarias para la formación y reparación de las estructuras corporales.

Contribuyen a aumentar y conservar la masa muscular.

Los alimentos lácteos contienen proteínas con todos los aminoácidos esenciales.

MINERALES

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

El calcio es necesario para el mantenimiento de los huesos y de los dientes en condiciones normales.

Los quesos aportan yodo.

Además, los alimentos lácteos aportan potasio, zinc y fósforo.

RECOMENDACIÓN DE CONSUMO-NIÑOS

Los lácteos son un alimento situado en la base de la pirámide nutricional y en el marco de una dieta variada y equilibrada contribuyen a tener un hábito de consumo saludable.

Durante la infancia tiene lugar el crecimiento y desarrollo del individuo y los lácteos ayudan a proporcionar nutrientes necesarios en este periodo.

Pasados los primeros años, se recomiendan 2-3 raciones diarias de lácteos que aumentarán a 3-4 raciones durante la adolescencia.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA

Según la estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud, los niveles recomendados de actividad física para la salud de 5 a 17 años son:

- Invertir un mínimo de 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa.
- La actividad física por un tiempo superior a 60 minutos diarios reportará un beneficio aún mayor para la salud.
- La actividad física diaria debería ser, en su mayor parte, aeróbica. Convendría incorporar, como mínimo tres veces por semana, actividades vigorosas que refuercen, en particular, los músculos y huesos.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.



RECOMENDACIÓN DE CONSUMO-ADULTOS

Al llegar a la edad adulta, se produce con frecuencia una disminución en el consumo de lácteos al considerar que la época de crecimiento ha finalizado. Sin embargo, el consumo de lácteos se asocia a un patrón de dieta equilibrada. Además, el potasio, presente en cantidades significativas en la leche, contribuye al mantenimiento de la presión arterial correcta.

La vitamina A, presente en lácteos como el queso, contribuye a mantener las mucosas, la piel y la visión en condiciones adecuadas.

Las proteínas contribuyen a aumentar y conservar la masa muscular.

El potasio contribuye al mantenimiento de la tensión arterial normal.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA

Los adultos de 18 a 64 años deberían realizar un mínimo de 150 minutos semanales de actividad física aeróbica moderada, o bien un mínimo de 75 minutos semanales de actividad aeróbica vigorosa, o bien una combinación equivalente de actividad moderada y vigorosa.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

La actividad aeróbica se realizará en sesiones de 10 minutos, como mínimo.

Para obtener mayores beneficios, los adultos deberían incrementar esos niveles hasta 300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada, o bien 150 minutos de actividad aeróbica vigorosa cada semana, o bien una combinación equivalente de actividad moderada y vigorosa.

Deberían realizar ejercicios de fortalecimiento muscular de los grandes grupos musculares, dos o más días a la semana.



RECOMENDACIÓN DE CONSUMO- EMBARAZO Y LACTANCIA

Los lácteos tienen una gran relevancia dentro de la alimentación humana, pues aportan propiedades beneficiosas durante todas las etapas de la vida.

El embarazo es una de las situaciones en las que las necesidades de calcio son más altas, y la leche y alimentos lácteos proporcionan una parte esencial de los elementos necesarios para que lograr el equilibrio.

Durante el embarazo, las necesidades de calcio son más altas (1000 mg/día) y en la lactancia aún son mayores (1200 mg/día).

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Los nutrientes que aportan los alimentos lácteos pueden ser muy beneficiosos para la salud durante el embarazo y la lactancia, ya que suponen un buen aporte de calcio, necesario especialmente en estas etapas.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA

En esta etapa de la vida es conveniente hacer ejercicio regular durante un mínimo de tres veces por semana. Las mujeres sedentarias deben comenzar con 15 minutos de ejercicio tres veces a la semana, aumentando la duración de las sesiones gradualmente, hasta llegar a los 30 minutos diarios, cuatro veces por semana.

Salir a caminar, natación, elongación, son algunos de los deportes que no presentan ningún riesgo para esta etapa. Además, existen diferentes actividades especialmente diseñadas para las embarazadas como esferodinamia, gimnasia, yoga o eutonía, entre otras.



RECOMENDACIÓN DE CONSUMO- EDAD AVANZADA

Las personas mayores pueden tener dificultades para ingerir algunos alimentos y esto hace que sus necesidades nutricionales sean difíciles de cubrir. Debido a la gran variedad de alimentos lácteos y a su elevada densidad y diversidad de nutrientes, estos pueden ayudar a cubrir estas necesidades. Durante esta etapa se recomienda consumir 3-4 raciones.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

Las proteínas contribuyen a aumentar y conservar la masa muscular. Los alimentos lácteos son una fuente de proteínas.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA

Los adultos de 65 en adelante deben dedicar 150 minutos semanales a realizar actividades físicas moderadas aeróbicas, o bien algún tipo de actividad física vigorosa aeróbica durante 75 minutos, o una combinación equivalente de actividades moderadas y vigorosas.

La actividad se practicará en sesiones de 10 minutos, como mínimo.

A fin de obtener mayores beneficios para la salud, es importante que los adultos dediquen hasta 300 minutos semanales a la práctica de actividad física moderada aeróbica, o bien 150 minutos semanales de actividad física aeróbica vigorosa, o una combinación equivalente de actividad moderada y vigorosa.

Los adultos con movilidad reducida conviene que realicen actividades físicas para mejorar su equilibrio e impedir las caídas, tres días o más a la semana.

Deben realizarse actividades que fortalezcan los principales grupos de músculos, dos o más días a la semana.

Cuando los adultos de mayor edad no puedan realizar la actividad física recomendada debido a su estado de salud, se mantendrán físicamente activos a través de actividades adaptadas a sus condiciones físicas.



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

RECOMENDACIÓN DE CONSUMO-DEPORTISTAS

Durante la realización de una actividad física suele producirse una mayor pérdida de fluidos, por eso es muy importante la rehidratación.

La leche está compuesta en un 90% por agua, y tiene proteínas y grasas de digestión lenta que permiten la absorción de agua y electrolitos de forma constante en el tiempo.

El lactosuero del yogur es una fuente de proteínas beneficiosas para los deportistas. Para beneficiarnos de ellas, basta con agitar el yogur antes de abrirlo o removerlo con una cucharilla.



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

EL SECTOR LÁCTEO EN BÉLGICA

El sector lácteo belga, con un fuerte enfoque en la calidad y la sostenibilidad, produce una amplia gama de lácteos reconocidos por su excelencia en todo el mundo. Además, contribuye significativamente al desarrollo regional y a la preservación del paisaje rural.

Bélgica es un país extremadamente adecuado para los productores de leche gracias al sutil clima marino y a las lluvias frecuentes. Más de una cuarta parte de todas las tierras de cultivo siguen siendo un prado permanente. Esencialmente, la leche ha formado parte de su entidad cultural y gastronómica durante siglos en todos los grupos de edad. El sector lácteo belga se basa en sus raíces independientes y familiares. A diferencia de los productores alemanes más industriales, los lácteos belgas se definen por sus instalaciones a menor escala. A menudo generación tras generación, los valores tradicionales siguen siendo una parte integral.

De acuerdo con el Observatorio del Mercado de la Leche de la Unión Europea, la producción total de leche de vaca en Bélgica fue de aproximadamente 3,7 millones de toneladas. La producción ha mostrado una tendencia al alza en los últimos años, reflejando una mayor capacidad de procesamiento y eficiencia en la industria láctea.

El consumo per cápita de lácteos en Bélgica ha sido consistente, con un promedio de 350 kg por persona al año. Esto incluye leche líquida, queso, yogur y otros lácteos como mantequilla.

Bélgica es un importante exportador de lácteos dentro de la UE. En 2024, exportó alrededor de 2,2 millones de toneladas de lácteos por valor de 3.700 millones de euros.

Aunque la producción de leche de cabra es más limitada, está creciendo y ocupa un nicho importante en el mercado belga. La leche de cabra se utiliza para elaborar quesos de cabra, muy valorados por su sabor distintivo y su digestibilidad. En 2023, la producción de queso de cabra alcanzará unas 10.100 toneladas. Este tipo de leche suele producirse en granjas especializadas más pequeñas, de acuerdo con Emc-Magazine.

La leche de oveja se produce de forma más marginal en términos de volumen de producción y se utiliza principalmente para la elaboración de quesos artesanales y lácteos específicos. La leche de oveja es rica en grasas y proteínas, lo que la hace especialmente adecuada para la elaboración de quesos duros y semiduros, de acuerdo con la misma fuente.

Además de la leche líquida, Bélgica también es famosa por una amplia gama de productos lácteos, como quesos, mantequilla, yogures y cremas. Las innovaciones en el sector lácteo belga han llevado a la creación de lácteos orgánicos y especialidades con valor añadido.



Panorama general del sector lácteo en Bélgica (2024)

Fuente: Comisión Europea y Statbel



Producción y estructura

- Bélgica produce anualmente más de **4 mil millones de litros de leche cruda**, lo que la posiciona como un productor medio dentro de la UE.
- La mayor parte de la leche se transforma en **queso, leche de consumo, mantequilla, leche en polvo y yogures**.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

- El número de ganaderías lecheras ha disminuido en las últimas décadas, pero la **productividad por vaca ha aumentado**, con rendimientos que superan los **8.000 litros por vaca al año**

Transformación y productos

- Bélgica cuenta con una industria láctea moderna y diversificada, con empresas que producen tanto para el mercado interno como para la exportación.
- Los productos más destacados son:
 - **Quesos** (especialmente variedades blandas y semiblandas)
 - **Leche fermentada y yogures**
 - **Leche en polvo** (exportada en gran parte)
 - **Mantequilla y crema**

Comercio exterior

- Bélgica es un **exportador neto** de productos lácteos, especialmente hacia países vecinos como Francia, Alemania y Países Bajos.
- También exporta a mercados fuera de la UE, como China y países del norte de África

Precios y mercado

- El precio medio de la leche cruda en Bélgica en 2024 osciló entre **45 y 50 €/100 litros**, dependiendo del mes y la calidad.
- El sector está influenciado por la volatilidad del mercado global, pero se beneficia de los mecanismos de apoyo de la **Política Agrícola Común (PAC)**.

Sostenibilidad

- Hay un crecimiento constante en la producción de **leche ecológica**, aunque representa una pequeña parte del total.
- Las políticas climáticas y de bienestar animal están impulsando cambios en los métodos de producción.

Producción de leche ecológica en Bélgica

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

- **Superficie ecológica:** En 2023, aproximadamente el **7,5% de la superficie agrícola útil** en Bélgica estaba dedicada a la agricultura ecológica, y esta cifra ha ido en aumento constante
- **Ganadería ecológica:** Aunque representa una **minoría del total de ganaderías lecheras**, el número de granjas certificadas como ecológicas ha crecido, especialmente en Valonia.
- **Volumen de producción:** La leche ecológica representa entre el **3% y el 5%** de la producción total de leche en Bélgica, con una tendencia al alza gracias a incentivos de la PAC y la demanda del consumidor.

Consumo de leche ecológica

- **Preferencias del consumidor:** El interés por productos ecológicos ha crecido, especialmente entre consumidores jóvenes y urbanos. La leche ecológica es percibida como más saludable y sostenible.
- **Canales de venta:**
 - Supermercados: ofrecen líneas ecológicas propias.
 - Tiendas especializadas y mercados locales: canal importante para lácteos ecológicos artesanales.
- **Precio:** La leche ecológica suele tener un precio entre **20% y 40% superior** al de la leche convencional, lo que limita su penetración en algunos segmentos.

Perspectivas a futuro

- **Crecimiento moderado pero sostenido:** Se espera que la producción y el consumo de leche ecológica sigan creciendo, impulsados por:
 - Políticas europeas como el **Pacto Verde** y la estrategia **De la Granja a la Mesa**.
 - Mayor conciencia ambiental y de salud.
- **Desafíos:**
 - Costes de producción más altos.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

- Necesidad de apoyo técnico y financiero para la conversión de ganaderías.

Consumo de leche en Bélgica (2024)

Consumo per cápita estimado: alrededor de 50 a 60 litros de leche líquida por persona al año.

Tendencia: el consumo de leche líquida ha ido disminuyendo ligeramente en la última década, en línea con la tendencia observada en otros países europeos.

Sustitutos: el crecimiento de bebidas vegetales (como soja, avena y almendra) ha influido en esta reducción, aunque la leche sigue siendo un producto básico en muchos hogares.

Otros productos lácteos:

- ✓ El consumo de queso y yogur se mantiene estable o en ligero aumento.
- ✓ La leche fermentada y los productos funcionales (como kéfir o yogures con probióticos) están ganando popularidad

Consumo total de productos lácteos en los hogares en Bélgica

(l o kg per cápita)	2000	2010	2015	2019	2021	2022	22/21%
Leche total (1)	64,20	51,85	48,64	40,75	42,14	39,16	- 7,1
* Suero de leche	1,40	0,70	0,52	0,46	0,36	0,32	- 11,1
* Leche chocolatada	3,20	3,50	3,80	3,37	3,39	3,08	- 9,1
Yogur	10,40	10,70	10,44	9,94	10,18	9,52	- 6,5
Crema	1,90	2,50	2,62	1,94	2,26	2,05	- 9,3
Manteca	3,20	2,40	2,31	1,63	1,66	1,49	- 10,2
Queso (2)	14,90	15,90	14,92	13,98	14,86	14,40	- 3,1
* Queso blanco fresco	4,00	3,70	2,96	2,51	2,50	2,46	- 1,6
* Queso derretido	1,20	1,20	1,12	0,85	0,91	0,88	- 3,3
* Otros quesos	9,70	11,00	10,85	10,62	11,45	11,06	- 3,4

(1) Incluye leche fermentada y excluye sucedáneos de la leche

(2) Incluye queso fresco y queso fundido Fuente: GfK vía

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.