

## La leche de cabra podría ser más beneficiosa para la salud que la de vaca

**La leche de cabra podría superar a la de vaca en la prevención de la anemia ferropénica y la desmineralización ósea, según un estudio**

6 de septiembre de 2007

El Grupo de Investigación Alimentación, Nutrición y Absorción (Grupo ANA) de la Universidad de Granada ha realizado un estudio que compara las propiedades de la leche de cabra respecto de la de vaca. Los resultados obtenidos rebelan que la primera podría presentar más propiedades beneficiosas que la segunda, entre ellas la prevención de la anemia ferropénica (falta de hierro) y la desmineralización ósea (osteomalacia).

El trabajo, dirigido por las profesoras de la misma universidad Margarita Sánchez Campos, M<sup>a</sup> Inmaculada López Aliaga y M<sup>a</sup> José Muñoz Alférez, se ha centrado en el estudio de la biodisponibilidad de hierro, calcio, fósforo y magnesio. Para ello, han usado la técnica de balance metabólico mediante ratas con anemia ferropénica nutricional inducida experimentalmente.

Los resultados obtenidos revelan que la anemia ferropénica, así como la desmineralización ósea provocada por esta patología, se recuperan mejor con la leche de cabra, debido a la mayor biodisponibilidad de hierro, calcio, fósforo y magnesio. Javier Díaz Castro, profesor que ha realizado la investigación, apunta que la inclusión de este tipo de leche «favorece la utilización digestiva y metabólica de hierro, calcio y fósforo, así como su depósito en órganos diana implicados en la regulación homeostática de los mismos». Además, según Díaz, «su enriquecimiento con calcio no interfiere en la biodisponibilidad de los minerales estudiados, a diferencia de lo observado con la leche de vaca».

Javier Díaz de Castro afirma que, aunque sin duda estos hallazgos pueden servir para profundizar aún más en los múltiples beneficios de la leche de cabra, «todavía se requieren estudios en humanos para confirmar los hallazgos obtenidos en ratas y fomentar su consumo tanto en la población general como en la afectada por anemia ferropénica nutricional». De hecho, el consumo de leche de cabra sigue siendo muy bajo con respecto al de vaca, debido en gran parte a su escasa comercialización.

En **CONSUMER.es EROSKI** nos tomamos muy en serio la privacidad de tus datos, [aviso legal](#). © Fundación EROSKI