

La Federación Panamericana de Lechería-FEPALE, en su 16ª Asamblea General llevada a cabo en la ciudad de México los días 6 y 7 de Noviembre, luego de analizar en profundidad documentación técnica que avala una vez más la importancia de la leche como alimento para el ser humano y las bondades que genera para la salud, resuelve aprobar lo siguiente:

DECLARACION

“LA LECHE COMO ALIMENTO BASICO PARA LA SALUD HUMANA”

- 1- La Leche Materna debe ser el primer alimento que reciba el niño. Es imprescindible para su correcto crecimiento y desarrollo, ya que contiene todos los nutrientes necesarios y en cantidades adecuadas para una correcta alimentación del lactante.

Por este motivo la Federación apoya la práctica de la Lactancia Materna de acuerdo a las especificaciones establecidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

- 2- **La Leche es el alimento más completo** para el ser humano, por sus incomparables características nutricionales. Contiene Proteínas de Alto Valor Biológico, diversas Vitaminas y Minerales imprescindibles para la nutrición Humana, y es la fuente por excelencia del calcio dietario. Por estas razones la Leche es un alimento insustituible en la alimentación de las personas.
- 3- La Leche y sus derivados presentan trascendentales bondades para la salud humana:
 - 3.1 Son fuente de nutrientes fundamentales para el crecimiento y desarrollo de nuestros niños, como Proteínas, Calcio, Cinc, Magnesio, Potasio, Fósforo, Vitamina D, Vitaminas del Complejo B, entre otros, por lo que son imprescindibles en el combate a la desnutrición infantil.
 - 3.2 Son alimentos necesarios en los Programas de ayuda alimentaria dirigidos a poblaciones de riesgo como niños, adolescentes, embarazadas y adultos mayores.

- 3.3 Son esenciales para la formación y mantenimiento de los huesos por ser fuente por excelencia de Calcio, conteniendo también Potasio, Vitamina D, Fósforo y Magnesio, necesarios para la obtención de una adecuada Salud Ósea.
- 3.4 Presentan una estrecha relación con la prevención y tratamiento de diversas patologías metabólicas, como las denominadas Enfermedades Crónicas No Transmisibles-ECNT, como Obesidad, Hipertensión Arterial, Diabetes, Dislipemias, Síndrome Metabólico y Osteoporosis, así como algunas formas de cánceres como el de colon y el de mama.
- 3.5 Son alimentos adecuados para lograr una buena rehidratación y reposición de los depósitos musculares de proteína luego de realizar actividades deportivas.
- 3.6 Contribuyen a la prevención de las caries dentales.
- 3.7 Son adecuados para la vehiculización de nutrientes como Vitaminas, Minerales, Ácidos Grasos, fibras, lo que los convierte en un grupo de alimentos importantes para los procesos de fortificación.
- 3.8 Varios de ellos poseen características funcionales como fortificadores del sistema inmune, contrarrestando la acción de las bacterias patógenas y además contribuyen a normalizar el tránsito intestinal, resultando adecuados para el tratamiento de diarreas, episodios de constipación y en la prevención y tratamiento de otros trastornos intestinales.

7 de Noviembre de 2008