

¿Por qué una campaña de promoción del consumo de lácteos?

La mayoría de los países de América Latina y el Caribe no logran alcanzar el consumo mínimo de lácteos recomendado por los organismos internacionales y por los especialistas.

La leche, como alimento indispensable para el ser humano por su insustituible aporte nutricional, es un aliado para lograr una mejor nutrición de nuestra población, muy especialmente de los niños y adolescentes.

¡Sí a la leche! busca contribuir a revertir la realidad de nuestros países, donde el consumo de productos lácteos es insuficiente para cubrir las recomendaciones nutricionales. Esta situación se ve acentuada en las clases menos favorecidas, quienes no tienen, en general, el hábito del consumo de lácteos en su dieta cotidiana.

¡Sí a la leche! se propone:

- Brindar un marco institucional propicio para aquellas instituciones que realizan actividades de fomento

del consumo de productos lácteos, así como a aquellas que aún no lo han hecho.

- Coordinar acciones a nivel panamericano, en conjunto con diferentes instituciones de los gobiernos y del sector lácteo.
- Sensibilizar y comprometer a diversos actores, generando una herramienta imprescindible que contribuya a la promoción del consumo de productos lácteos como beneficio para la salud humana.
- Contribuir a fomentar un adecuado consumo de productos lácteos en la población general, haciendo énfasis en los niños y adolescentes.
- Brindar información técnica a profesionales de la salud y docentes, acerca de los beneficios del consumo de productos lácteos para la salud de la población en general.
- Promover y apoyar programas sociales de alimentación, en especial, los programas de alimentación escolar, procurando llegar a los niños de estratos sociales necesitados.



circulosalvo.com

Aprende todos los beneficios de la leche, conoce todas las novedades de la actualidad de la industria láctea y descubre nuestros divertidos juegos en

sialaleche.org



Campaña panamericana de
consumo de lácteos



sialaleche@fepale.org | www.fepale.org

auspician:



¡Sí a la leche!

Campaña panamericana de
consumo de lácteos



sialaleche.org  

La Campaña panamericana de consumo de lácteos ¡Sí a la leche! busca promover un mejor y mayor consumo de leche y sus derivados en la región.

Todos podemos involucrarnos en cambiar la realidad de nuestros países y revertir las problemáticas alimenticias de nuestra población y, en particular, de nuestros niños.

Súmate a la campaña de **¡Sí a la leche!**, infórmate y ayúdanos a difundirla: podrás acompañarnos en las redes sociales (**Facebook** y **LinkedIn**), así como acceder a materiales informativos y educativos en **sialaleche.org**.

Un alimento para toda la vida

La leche se presenta como una herramienta de gran valor por sus incomparables características nutricionales: es el alimento más completo para el ser humano. No solo contiene proteínas de alto valor biológico, así como diversas vitaminas y minerales imprescindibles para la nutrición humana, sino que también es la fuente por excelencia del calcio dietario.

¡Sí a la leche! se basa en la promoción de aportes de estricta

base científica, que demuestran los beneficios del consumo de leche y sus derivados sobre el estado nutricional de la población.

Desde su inicio, el objetivo central de **¡Sí a la leche!** ha sido la promoción del consumo de productos lácteos en toda la población, haciendo muy especial énfasis en los **niños y adolescentes**, para quienes la leche es la principal fuente de nutrientes de cara a un correcto crecimiento y desarrollo.

UN VASO DE LECHE aporta los nutrientes fundamentales para contribuir a un correcto crecimiento y desarrollo. Además, se encuentran en un excelente equilibrio entre ellos, lo que hace que sean muy bien utilizados por el cuerpo.

Entre otros nutrientes ofrece:

Proteínas de alto valor biológico (contienen todos los aminoácidos esenciales).

Calcio – la leche es el alimento fuente de calcio por excelencia.

Vitaminas: A, B2, B3, B12 y D.

Grasas de buena calidad, necesarias en nuestra alimentación.

Minerales: magnesio, potasio, zinc y fósforo.

Algunos beneficios del consumo lácteo para la población en general

Son necesarios en la prevención y tratamiento de diversas patologías metabólicas como osteoporosis, obesidad, hipertensión arterial, diabetes, dislipemias y síndrome metabólico, así como algunas formas de cánceres como el de colon y el de mama. Son buenos para la memoria y necesarios para el desarrollo cognitivo y un mejor aprendizaje en nuestro niños. Previenen además las caries dentales y muchos de ellos tienen propiedades funcionales pues nos ayudan a un mejor funcionamiento de nuestro sistema digestivo y nos protegen de las infecciones.

La **Federación Panamericana de Lechería (FEPALE)** es la organización internacional que agrupa al sector lácteo de las Américas. Su principal objetivo es promover el desarrollo de la cadena láctea de toda la región, conjugando intereses comunes, recursos, habilidades y talentos, a la vez que actúa como foro de vinculación de las instituciones de la región.

FEPALE está concebida como una cadena integrada, ya que forman parte de la Federación las asociaciones de productores e industriales, agencias gubernamentales especializadas, centros académicos e institutos de investigación, empresas industriales, proveedores y asociaciones profesionales.

Más en www.fepale.org

Niños y adolescentes

¡Sí a la leche! se propone hacer especial énfasis en los niños y adolescentes. Para esto, la campaña:

- brinda materiales técnicos con información sobre los beneficios del consumo de lácteos para la prevención de diversas patologías, en particular, la malnutrición infantil.
- coordina actividades con la participación directa de niños, adolescentes, padres, maestros y profesionales de la salud (médicos, nutricionistas).
- desarrolla y distribuye materiales didácticos para su uso en centros educativos y espacios de recreación como afiches, folletos, juegos para niños.
- ofrece un completo website con información (sialaleche.org) y está

presente en las redes sociales, lo que permite una llegada mayor a niños y adolescentes: en esta plataforma on line, se promueven actividades y materiales acordes a sus necesidades e intereses.

- realiza actividades de formación (conferencias, foros electrónicos, curso sobre lácteos funcionales, talleres).
- difunde información (estudios de consumo, boletines y revistas electrónicas, videos, sitios web).
- promueve actividades institucionales (premios, concursos, alianzas estratégicas con actores nacionales e internacionales de los sectores lácteos, de la salud y de la nutrición).