



O leite cru: vantaxes e riscos para o consumidor

A comercialización de leite cru, sen ferver, chegou á opinión pública despois da decisión da Generalitat de Catalunya de autorizar a súa venda por parte dos gandeiros, unha regulación que tamén vai seguir o goberno Español. Falamos con expertos para coñecer as vantaxes e os riscos do leite cru

O **leite cru** converteuse nos últimos anos nunha alternativa máis no mercado pola que optan tanto algúns consumidores como gandeiros. A procura dun sabor máis auténtico e intenso do leite é a razón maioritaria que empuxa a uns e outros, xeralmente, a decantarse por esta opción. O leite cru chega ó consumidor sen someterse a ningún tipo de tratamento térmico de quentamento, só o enfriado e o envasado. Directamente da vaca ás neveiras dos consumidores que procuran un produto co sabor de ‘sempre’.

O Ministerio de Agricultura tamén regulará a venda de leite cru en España

O [decreto da Generalitat de Catalunya](#) recolle todas as medidas de seguridade que impón a norma europea (control de xermes, contido de células somáticas non superior ás 300.000, gando libre de brucelose e tuberculose, etc.) e algunhas adicionais, como que na etiqueta debe figurar que a data de caducidade é ás 72 horas de ser muxido.

Segundo informa o diario El País, o Goberno seguirá ao de Cataluña e tamén regulará a venda directa de leite recién munguida. Así, o Ministerio de Sanidade o Goberno tamén está a elaborar unha normativa “para regular os requisitos para comercializar o leite cru tendo en conta os últimos ditames científicos”.

Pero, ¿implica riscos o consumo de leite cru fronte a outros leites pasteurizados ou UHT? ¿É realmente a produción de leite cru unha alternativa viable para os gandeiros? Abordamos estas e outras cuestións con diferentes expertos en distintas áreas así como con gandeiros que se decantaron por esta opción.

A regulación da venda de leite cru

Un dos factores que condiciona a produción e o consumo de leite cru é o marco xurídico. Atendendo á lexislación estatal, vender leite cru en España, sen que este fose quentado a unha temperatura superior a 40 °C nin sometido a un tratamento equivalente, está inicialmente prohibido. Pero existe un baleiro legal que permite facelo atendendo a un regulamento do parlamento europeo. Deste xeito, a normativa estatal, o [Real Decreto 640/2006](#), prohibe a subministración directa por parte do gandeiro de pequenas cantidades de leite cru ó consumidor final ou a establecementos de venda ó por menor. Neste senso, Cataluña acaba de aprobar esta mesma semana, un Real Decreto polo que permite a venda directa por parte do produtor de leite cru.

Cataluña acaba de aprobar un Real Decreto para a venda directa de leite cru na mentres no resto de España a norma estatal non o autoriza

Porén, no resto de España o [Regulamento CE 853/2004](#) permite comercializar o leite sempre que o gandeiro se transforme nunha industria, conte cunhas determinadas instalacións, siga uns estritos protocolos de hixiene e pase un control microbiolóxico que se detalla na norma europea. Ademais debe manterse a cadea de frío durante todo o proceso, asegurando que a temperatura non sobrepasa en ningún momento os 4°C . Debe contar tamén cun etiquetado visible no que se especifique que é leite cru e no que se indique que debe ser fervido antes de consumilo.

Esta normativa europea é a que permite a explotacións como [Lácteos Conchy](#) ou [O Alle](#) vender leite cru directamente ós consumidores. Xunto a eles tamén produtores de queixos artesáns evitan ter que adquirir custosos sistemas de tratamento do leite ou ter que mercar o leite logo de terse sometido a procesos de pasteurización. Porén, a venda de leite subministrado polo propio gandeiro sen ter feito esta adaptación está prohibida.

Aínda que en España o consumo de leite cru é minoritario, a demanda deste leite en Estados Unidos e en Occidente está medrando nos últimos anos poñendo en tela de xuízo as lexislacións que, como a española, aínda restrinxen este consumo. Sen embargo, tamén téñense dado casos de intoxicacións polo consumo de leite cru, ó non se ter sometido a un proceso de cocción que destrúa os microorganismos patóxicos, como *Listeria*, *Salmonella*, *Escherichia coli*, *Campylobacter*..., que poden provocar infeccións gatrointestinais leves, aínda que potencialmente complexas. Estas intoxicacións frearon, en parte, esta tendencia á alza.

Un leite sen intermediarios



Lácteos Conchy é unha das poucas ganderías galegas que vende leite cru

No 2015 en plena crise do sector lácteo debido ós baixos prezos do leite, cando os gandeiros contemplaron a venda de leite cru como unha alternativa para evitar intermediarios, a [Agencia Española de Consumo, Seguridade Alimentaria e Nutrición \(Aecosan\)](#) encargou a un comité científico avaliar os riscos microbiolóxicos asociados ó consumo de leite cru e dos produtos lácteos elaborados con este leite.

Este comité concretou que “o leite cru pode vehicular microorganismos patóxicos, e que o risco pode ser reducido, pero non eliminado polo uso extremado de prácticas hixiénicas”. “A pasteurización (someter o leite a unha temperatura arredor dos 72°C durante 20 segundos) é o único método eficaz que garante a eliminación e control dos microorganismos patóxicos neste

alimento”, conclúen os expertos. Este informe foi concluínte para non derogar o decreto que actualmente prohibe a súa comercialización directa.

Un alimento ‘vivo’

O leite contén enzimas, vitaminas e minerais e é un excelente medio de cultivo para moitos microorganismos polo seu alto contido en auga, o seu pH case neutro e a súa gran variedade de nutrientes. Algúns destes microorganismos resultan beneficiosos, como as bacterias lácticas, aínda que outros son patóxicos.

Como explican as profesoras da Área de Tecnoloxía dos Alimentos da Universidade de Vigo, Sidonia Martínez e M^a Inmaculada Franco, “pese a ser un medio apropiado para o desenvolvemento de microorganismos, non todos son capaces de medrar no leite posto que algunhas barreiras naturais presentes nel impiden o seu crecemento. Non obstante, estas barreiras non impiden a proliferación da *Salmonella spp.*, a *Escherichia coli*, *Yersinia enterocolitica* ou *Listeria monocytogenes*, entre outros, e que son os axentes identificados nos brotes de intoxicación relacionados co consumo de leite cru”, sinalan.

Ferver o leite cru na casa reduce os riscos asociados ós xermes patóxicos, ó ser un proceso similar á pasteurización

Ferver o leite na casa

O leite cru non se somete a ningún tipo de tratamento térmico por parte dos produtores e é o consumidor, se quere, o que se encarga de ferver o leite antes de consumilo. Pero, abonda con fervelo? Dende a Consellería de Sanidade apuntan que “o consumo de leite cru non ten porque supor un risco para a saúde, sempre que este proceda dun establecemento autorizado sometido a control oficial, o cal é garantía de que o leite procede de rabaños que deben cumprir cuns requisitos máis estritos en materia de bacterioloxía có que vai destinado a sufrir un tratamento térmico antes da súa comercialización. Ferver o leite cru na casa reduce os riscos asociados ós xermes patóxicos presentes nel, xa que podería considerarse un proceso de similares características á pasteurización”, recalcan dende a Xunta.

Unha postura similar manexan dende o departamento de Tecnoloxía dos Alimentos da Universidade de Vigo: “No leite cru, ademais de que o produtor cumpra cunhas boas prácticas hixiénicas e de autocontrol e manteña a cadea de frío durante todo o proceso, é imprescindible ferver o leite sempre antes do seu consumo”, matizan as profesoras Sidonia Martínez e M^a Inmaculada Franco.

Tanto dende a Consellería como dende a Universidade puntualizan que “se recomenda que aqueles consumidores que formen parte de poboacións de alto risco ou susceptibles traten de evitar o consumo de leite cru”. Tampouco poderán empregar leite cru os establecementos de restauración que sirvan a colectividade como hospitais, escolas infantís, colexios ou residencias de anciáns, aínda que proceda dun establecemento autorizado.

Aula de Productos Lácteos: “Hai un maior control, as prácticas hixiénicas son esixentes e o leite é de gran calidade, pero certa bacterioloxía pode estar presente”

Tamén dende a Aula de Produtos Lácteos da Universidade de Santiago, aseguran que “o leite cru de hoxe en día nada ten que ver co leite que se producía hai 20 ou 30 anos. Cada vez hai un maior control, as prácticas hixiénicas son máis esixentes e a calidade do leite é superior. Pero é verdade que certa bacterioloxía pode estar presente cando coa pasteurización se elimina antes de comercializala”, explican. Por iso é imprescindible ferver o leite antes de consumilo.

As profesoras Martínez e Franco detallan, ademais, que “os tratamentos térmicos están optimizados para que as perdas de nutrientes sexan mínimas”.

Un sabor diferenciado

En Galicia son varios os gandeiros que optaron tanto pola produción directa de leite cru como pola elaboración de queixos con este tipo de leite. Porén, aínda que día a día gañe adeptos, o leite cru continúa a ser unha opción minoritaria en Galicia e en España.

A intensidade do sabor do leite cru é o factor que leva a moitos ó seu consumo e á súa produción. “Optamos por empregar leite cru para ofrecer un produto diferenciado, seguindo as pautas dos grandes mestres queixeiros de Europa que empregan o leite cru”, explica Xesús Mazaira, da [Queixería Airas Moniz](#). Outro dos motivos que esgrimen para optar polo leite cru é a “intensidade de sabor que lle confire ó queixo. Ó contar con pastos de calidade isto transmítese ós queixos”, reconece Mazaira.

Ademais, o gandeiro detalla que “somos moi escrupulosos co control de todo o proceso, dende o manexo, extremando a limpeza, con análíticas concretas do leite e analizamos tódalas producións”. Mazaira confesa que “deste xeito producimos o leite que queremos para os nosos queixos sempre cun control. Se para facer o queixo tivese que mercar leite non me arriscaría e empregaría leite pasteurizado, pero ó controlar todo o proceso sabemos que temos garantías de seguridade e calidade”, concreta o gandeiro.