

El peor aspecto de la explotación láctea

Por Ana Maria Aboglio

Publicado el 6-1-12 en: www.anyaboglio.com

Hace poco, conversé con una mujer que se me acercó durante la campaña “El mundo es vegano. Si vos lo querés”, del programa Liberalos/Liberate de Ánima. Sus primeras y contundentes palabras fueron para manifestar que no estaba de acuerdo. Yo no sabía bien con qué y al preguntarle, volvió a repetir la misma frase. Luego de un momento me explicó:

—La leche, por ejemplo, no significa ningún sufrimiento animal.

Al parecer estaba muy desinformada pero, tras mi primera acotación respecto del tema, contestó que ella tenía tambo, y sabía bien cómo era. Aunque al principio no parecía entender que si una vaca tenía leche era porque había tenido a su ternero y como todo mamífero necesitaba alimentarlo, luego reconocía tal posibilidad pero agregando que, si había algún ternero... en el tambo lo dejaban pastando por ahí. Su hija adolescente discrepó:

—No, mamá, viene el camión y se los llevan.

El intento de la madre humana para defender la idea de la falta de sufrimiento siguió luego valiéndose de otros desaciertos hasta que, imprevistamente, apareció el mandato bíblico:

—No estoy de acuerdo, porque Dios nos dio a los animales para usarlos.

En ese preciso momento me llamaron y mientras giraba la cabeza durante apenas un segundo para luego volver a la conversación, la señora tomó el brazo de su hija y siguió apurada su camino, así que escuché a unos cuantos pasos míos lo que le contesté al último y sorprendente salto cualitativo de su argumentación. Es posible que no me haya oído, pero apuesto a que su hija sí lo hizo.

A partir de esta anécdota recordé las preguntas que me hizo Emilio Cicco para su nota “Leche era la de antes”, publicada en la revista Brando de este mes de enero. Contesto aquí a la siguiente: ¿Cuáles son los tres peores aspectos de tomar leche?

El peor aspecto —en una categoría que no integra la misma lista de cualquier otro que pueda agregar— tiene que ver con las implicancias éticas. Como toda explotación, la destinada a obtener leche y sus derivados conlleva un cuestionamiento ético derivado del uso de animales no humanos. Todo ser sintiente merece respeto y, por lo tanto, deberíamos otorgarle el derecho básico de no ser usado como medio para los fines de otros.

En este caso, la esclavitud significa embarazar a la vaca una y otra vez, generalmente de manera forzada por inseminación artificial. El becerro le es arrancado a los pocos días con sufrimiento para ambos. Serán destinados a una futura explotación láctea si son hembras, o a la industria cárnica si son machos. La hembra es forzada a embarazos continuos, al ordeño mecánico, al confinamiento... Cuando desciende la productividad y dejan de ser rentables, las vacas lecheras son enviadas al matadero. Sus músculos son la elección de preferencia para las cadenas de comidas rápidas y otros productos cárnicos de bajo costo.

A partir de aquí, y dado que podemos vivir perfectamente sin consumir productos animales, deberíamos dejar de consumir productos lácteos.

Paso entonces a comentar algunos aspectos relacionados con el tema de la salud, porque si bien son muy conocidos los efectos negativos de las grasas animales, no lo son tanto los siguientes:

Proteínas. Para empezar, la leche de cualquier mamífero contiene diferentes opiáceos destinados a originar dependencia en el neonato y a mantenerlo cerca de la madre. Los lácteos son por esto muy adictivos.

Se ha encontrado que las proteínas de la leche funcionan como antígenos que fuerzan al organismo a producir anticuerpos contra ellos. Junto a otros muchos tipos de antígenos detectados en los lácteos, son responsables de reacciones alérgicas que originan acumulación de mucosidad en el cuerpo. La continua exposición a sustancias que el organismo reconoce como extrañas va debilitando el sistema inmunológico, provocando enfermedades autoinmunes.

Los niños con diabetes infanto-juvenil tienen ocho veces más anticuerpos contra la caseína que los adultos normales. [1] Un gráfico comparativo entre el consumo de leche entre los 0 y 14 años y la aparición de diabetes tipo-1 da cuenta del aumento notorio de este tipo de diabetes en proporción al consumo de leche [2] [3] [4]. La caseína aparece fuertemente asociada al cáncer en el famoso estudio volcado en The China Study, de T. Colin Campbell. [5]

A su vez, la más abundante de las proteínas lácteas, la caseína, puede adherirse fácilmente a las paredes del intestino impidiendo la absorción de nutrientes. No de casualidad es usada como pegamento (“cola de carpintero”).

Hidratos de carbono. La falta de la enzima necesaria para digerir la lactosa –lo que es común en el adulto y también en muchos bebés–, genera cuadros de inflamación y putrefacción intestinal con producción de subproductos tóxicos e irritantes.

La galactosa, resultante de la degradación de la lactosa presente en los lácteos, está asociada al cáncer de útero y ovario. Tomar leche incrementa la cantidad de IGF-I (factor de crecimiento parecido a la insulina) en la sangre. Altos porcentajes de IGF-I están relacionados con riesgo aumentado de cáncer de próstata [6] [7] y mama [8] [9]. Un estudio realizado por el Dr. Cramer y sus colegas de la Universidad de Harvard demostró que la leche incrementaría el riesgo de cáncer de ovario. Cramer afirma que el riesgo no sólo proviene del contenido graso de los lácteos sino también y principalmente de la lactosa –o azúcar de leche– que a su vez está formada por glucosa y galactosa, esta última peligrosa para los ovarios. [10] Otros estudios confirmaron que se duplica y hasta triplica el riesgo de padecer cáncer de ovario con el aumento del consumo de lácteos [11] [12] [13].

También se halló relación entre ciertos desórdenes mentales como la esquizofrenia y el autismo, y el consumo de lácteos. [14]

Factor de Crecimiento Epitelial o EGF-1 (Epitelial Growth Factor). La leche es una secreción de los mamíferos destinada a nutrir a los bebés de su propia especie. El humano es el único mamífero que toma esta secreción de otra especie y más allá del destete. El EGF-1 está presente en la leche de la vaca para provocar el crecimiento de los tejidos epiteliales de sus hijos y es un estímulo muy fuerte, destinado a que el ternero aumente de 60 a 100 kg en un año. En los humanos, el EGF-1 está asociado al crecimiento de tumores y su contenido se incrementa con la administración de la hormona de crecimiento bovino (BGH), legalizada en EE.UU., en 1993, para aumentar la producción de leche. Recordemos que la mayor parte de los tumores benignos y malignos son epiteliales. [15]

Muchas de las sustancias tóxicas que contaminan el medioambiente, —señaladas como causantes de enfermedades graves o letales—, se pueden hallar en diversos alimentos incluyendo los productos lácteos. La contaminación de la leche y derivados puede ocurrir en cualquiera de las fases de obtención, elaboración y distribución.

Si comenzamos por la pasteurización, proceso de calentamiento sin el cual la leche no se podría comercializar, ésta hace que se destruyan sus enzimas y que se coagulen las proteínas, produciendo sulfuro de hidrógeno al ingerirla, ese gas maloliente y tóxico originado por la putrefacción intestinal. La homogeneización, según los expertos en el tema, sería doblemente perjudicial para la arteriosclerosis, porque la enzima bovina xantino-oxidasa entraría directamente en el torrente sanguíneo, destruyendo el masmógeno de las membranas celulares del tejido cardíaco. [16]

La contaminación por pesticidas, herbicidas e insecticidas llega, entre otras vías, a través de la ingesta de forrajes que los contienen [17]. La contaminación con aflatoxinas —altamente cancerígenas— puede llegar por la alimentación del animal no humano pero también por el ordeño. La contaminación por metales pesados puede ocurrir en cualquier estadio de la obtención e industrialización y suelen llegar a través del agua que toma el animal.

El agregado de vitaminas está asociado a los trastornos de hipervitaminosis. La presencia de antibióticos —de uso frecuente y continuo en la industria— favorece la resistencia a los antibióticos que está ocurriendo en el humano. La hormona de crecimiento bovino, elaborada por métodos recombinantes del material genético e inyectada para obtener más leche, está prohibida en Canadá y en Europa. Daña más aún a las vacas, originándoles las dolorosas mastitis que son tratadas con antibióticos. Ya vimos sus consecuencias en el humano.

Los productos descartados/vencidos se tratan con antibióticos, conservantes y soda cáustica, reutilizándose. Es de uso corriente el agregado de azúcares, espesantes, saborizantes, edulcorantes, emulsionantes, colorantes, antimicóticos en los quesos y otros aditivos químicos presentes en la leche y derivados. Incluso se ha encontrado estroncio radioactivo [18], PCBs y dioxinas [19].

Pero los temas de salud son problemas de salud.

Aunque podríamos preguntarnos si el problema de la esclavitud a la que sometemos a los otros animales no es también un problema de salud.

Notas

- [1] Vaarala, O, et al. "Cow's milk formula feeding induces primary immunization to insulin in infants at genetic risk for Type-1 diabetes." *Diabetes*, 1999, 48:1389-1394.
- [2] LaPorte, R.E., Tajima, N. Akerblom, H.K., et al. "Geographic difference in the risk of insulin-dependent diabetes mellitus: The importance of registries." *Diabetes Care*, 1985, 8 (Suppl. 1), cit. en Cousens, Gabriel, *Hay una cura para la diabetes*, Epidauro, 2010.
- [3] Saukkonen T, Virtanen SM, Karppinen M, et al. "Significance of cow's milk protein antibodies as risk factor for childhood IDDM: interaction with dietary cow's milk intake and HLA-DQB1 genotype." Childhood Diabetes in Finland Study Group. *Diabetologia*. 1998; 41:72-78.
- [4] Kimpimäki T, Erkkola M, Korhonen S, et al. "Short-term exclusive breastfeeding predisposes young children with increased genetic risk of Type I diabetes to progressive beta-cell autoimmunity." *Diabetologia*. 2001; 44:63-69.
- [5] Campbell, T.C. *The China Study*, Dallas: Benbella Books, 2004, p.7
- [6] Mettlin, C., Selenskas, S. Natarajan. N., et al, "Beta-carotene and animal fats and their relationship to prostate cancer risk. A case-control study." *Cancer*, 1989, 64:605-612.
- [7] Chan, J.M. y Giovannucci, E.L., "Dairy products, calcium, and vitamin D and risk of prostate cancer." *Epidemiol Revs*, 2001, 23:87-92.
- [8] Plant, J.A. *The No-Dairy Breast Cancer Prevention Program*, New York: St. Martin's Press, 2001, p.74 y ss.
- [9] Voskuil DW, Vrieling A, van't Veer LJ, Kampman E, Rookus MA. The insulin-like growth factor system in cancer prevention: potential of dietary intervention strategies. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev*. 2005; 14:195-203.
- [10] Cramer, D. W., Harlow, B.L., Willet, W. C., Welch, W.R., Bell, D.A., Scully, R. e., Ng, W.G., y Knapp, R.C., "Galactose consumption and metabolism in relation to the risk of ovarian cancer. *The Lancet*, 1989, 2, p. 66-71.
- [11] Fairfield, K. M., Hunter, D.J., Colditz, G.A. Fuchs, C.S. Cramer, D. W. Speizer, F. E., Willett, JW. C., y Hankinson, S.E., "A prospective study of dietary lactose and ovarian cancer." *Intl J. Cancer*, 2004, 110 (2): 271-277.
- [12] Larsson, S. C., Bergkvist, L., y Wolk, A., "Milk and lactose intakes and ovarian cancer risk in the Swedish Mammography Cohort", *American J. Nutr.*, 2004, 80 (%): 1353-1357.
- [13] Kushi LH, Mink PJ, Folsom AR, et al. "Prospective study of diet and ovarian cancer", *Am. J Epidemiol*. 1999; 149:21-31.
- [14] "Cow's Milk Protein May Play Role in Mental Disorders," *Reuters Health*, 1 Abril, 1999.
- [15] Arteaga, C. L. y C. K. Osborne (1989), "Growth inhibition of human breast cancer cells in vitro with an antibody against the type I somatomedin receptor", *Cancer Research* 49, 6.237-6.241; Pollak, M., Costantino, C. Polychronakos y otros (1990), "Effect of tamoxifen on serum insulin-like growth factor I levels in stage I Breast cancer patients", *Journal of the National Cancer Institute* 82, 1693-1697.
- [16] Llorente, José Ramón, "La leche, ese producto pernicioso para los seres humanos", *DiscoverySalud*. Hay un resumen disponible en: <http://www.felipeisidro.com/recursos/leche.pdf>
- [17] Estudio de la contaminación por plagicidas en rutas de abastecimiento de una industria láctea. *Revista de Toxicología*, 2005, Asociación Española de Toxicología. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=91909912>
- [18] Shannon, Sara, *Technology's Curse: Diet for the Atomic Age*, Earthpulse Pr; Edición revisada, 1993.
- [19] Baars AJ, Bakker MI, Baumann RA, et al. "Dioxins, dioxin-like PCBs and non-dioxin-like PCBs in foodstuffs: occurrence and dietary intake in the Netherlands." *Toxicol Lett*, 2004; 151:51-61.