Peligros de la leche cruda

Posted on 11 de julio de 2017 by Jaime Costa

La falta de productos lácteos en España después de la Guerra Civil llevó a mi padre a comprar una vaca para asegurarse el suministro. Se alojó la vaca en una modesta huerta que teníamos cerca de Sevilla. El preciado líquido nos llegaba diariamente en autobús y de inmediato se hervía para esterilizarlo, ya que había que evitar la transmisión del bacilo de la tuberculosis que afectaba a una importante fracción de la cabaña vacuna. En aquella cultura rural eran notorios los peligros de la leche cruda, aunque siempre había algún incauto que resultaba afectado por imprudencia.

La leche hervida tenía un sabor a «tostado» que no a todos gustaba. Cuando se implantaron por ley las centrales lecheras hacia mediados de los años sesenta, el consumo inicial fue principalmente de leche esterilizada industrialmente que también tenía el mencionado sabor. Hace seis décadas viajé a Estados Unidos junto a un millar de becarios de distintos países europeos y me sorprendió que muchos de mis compañeros también tenían aversión a la leche esterilizada por su sabor. A la vuelta, todos habíamos descubierto la leche pasteurizada, cuyo suave tratamiento térmico apenas afectaba al sabor de la leche cruda. Con la aparición generalizada en los hogares españoles de las neveras eléctricas se impuso por fin el consumo de leche pasteurizada en nuestro país.

Ahora ha surgido la moda de consumir leche y otros productos lácteos sin pasteurizar como una faceta más de la obsesión morbosa por lo natural. Esta moda ha levantado justificadamente las alarmas sanitarias. La leche, incluso la procedente de vacas sanas bien gestionadas, puede ser portadora de microorganismos patógenos responsables de brotes epidémicos que a menudo requieren hospitalizaciones y causan un cierto número de fallecimientos. Me refiero a las bacterias *Escherichia coli*, productora de la toxina Shiga, *Salmonella spp*., *Listeria monocytogenes* y *Campilobacter spp*. Solenne Costard y colaboradores han investigado la incidencia de estos episodios en Estados Unidos durante el quinquenio 2009-2014 y han constatado que, en el 96% de los casos, la leche cruda o sus productos han sido los causantes. Esto significa que, desde el punto de vista sanitario, la leche cruda es 840 veces más peligrosa que la pasteurizada.

Al parecer, una autoridad del Centro para la Prevención y Control de Enfermedades de Estados Unidos ha llegado a decir que beber leche sin tratar es como «jugar a la ruleta rusa». Mark McAfee, un líder del movimiento crudista y fundador de Organic Pastures, la mayor productora de leche sin pasteurizar de Estados Unidos, defiende a ultranza la seguridad de su

producto que, según él, está basada en el control sanitario de las vacas, el bombeo directo de la leche ordeñada hasta cisternas refrigeradas, donde se mantiene durante veinticuatro horas, tiempo durante el cual se analizan las posibles bacterias presentes. El problema radica en que hay bacterias que no dañan a la vaca, pero sí al humano. En contra de lo que asevera su fundador, la leche de Organic Pastures parece haber sido responsable con más de una epidemia, como la de *Escherichia coli* de 2006, que se saldó con numerosos niños hospitalizados, uno de los cuales padeció insuficiencia renal aguda y estuvo al borde de la muerte.

Antes de la implantación generalizada de la pasteurización, en la primera mitad del siglo XX, la leche era responsable del 25% de las enfermedades transmitidas por los alimentos, mientras que en la actualidad representan menos del 1%. Allá cada cual.

* **Francisco García Olmedo** es redactor y voz narradora del blog. **Jaime Costa** colabora en la prospección y documentación de los temas.