

Observatori de l'especisme als mitjans
Observatorio del especismo en los medios
Media Observatory of Speciesism

**Notícia: Alerta per la substitució de
la llet per begudes vegetals**

Data: 8 Gener 2019

Mitjà: *El PuntAvui*

Tema: Llets vegetals

Anàlisi: OEM-3-2019

Web:

<http://www.elpuntavui.cat/societat/article/5-societat/1531683-alerta-per-la-substitucio-de-la-llet-per-begudes-vegetals.html?fbclid=IwAR36R2YCpfXFYDoLdgDSZ-69Gm84nwvDUxs8ko898GQZDBmR70BoBUX1Rvk>



**L'interès de la indústria reproduït com a veritat científica
ocultant el caràcter ètic dels arguments contraris**

La informació sobre aliments d'origen animal requereix de molt rigor i claredat per les enormes implicacions ètiques que comporta. En el cas dels productes lactis, objecte de l'article que analitza aquesta fitxa, per obtenir-los és precís explotar a mamífers com les vaques, la qual cosa implica confinament, inseminació forçada, separació dels vedells, problemes de salut derivats del volum antinatural de llet induït –com la dolorosa mastitis–, escurçament radical del temps de vida de vaca i vedell, manipulacions com el desbanyament, medicalització, etc. El grau de patiment que infligim a aquests animals per extraure'n i consumir les seves secrecions mamàries és extraordinàriament intens.

En el cas de les explotacions ramaderes, la problemàtica ètica s'estén també a l'enorme contaminació que genera. La contribució de la indústria ramadera a l'escalfament global és prou coneguda des que al 2006 la FAO publicà el famós informe *Livestock's Long Shadow*, confirmat i ampliat després per nombroses investigacions d'organismes governamentals i no governamentals i investigadors independents. I aquest impacte no té a veure només amb el canvi climàtic sinó amb el medi ambient en general i l'efecte sobre els éssers humans en particular, degut per exemple a l'abús d'antibiòtics a les granges per allargar la supervivència dels animals explotats.

A tot això s'afegeix, a més, el fet que la comercialització de productes lactis constitueix el nucli d'un sector econòmic d'enorme rellevància i amb gran capacitat de pressió (com ho demostra el manteniment de subvencions públiques molt importants al sector). En conseqüència, sembla raonable pensar que qualsevol notícia relacionada amb el consum de llets d'origen animal hauria de tenir molt en compte tots aquests aspectes. Tanmateix, l'article que analitzem en aquesta fitxa no té en compte cap d'aquestes qüestions, vulnerant de forma recurrent els principis bàsics d'una comunicació veraç i honesta en no proporcionar informació suficient en quantitat ni acurada i clara en qualitat.

En primer lloc l'article no proporciona una quantitat suficient d'informació, malgrat que dedica espai a repetir arguments i, per tant, hauria pogut fer-ho. La informació que manca és informació clau relativa al context.

Per una banda, l'article no incorpora l'argumentari real de la reducció del consum de lactis, que la notícia associa exclusivament a la desinformació, quan és ben sabut que la reducció del consum de llet d'origen animal és deguda en el cas de moltes persones precisament a una major informació, que les porta a deixar de consumir-ne per motius ètics, pels animals o pel medi ambient o per ambdues qüestions.

Per una altra banda, l'article tampoc esmenta el context real de coneixement, presentant la postura pro-lactis com una veritat científica i obviant tots els arguments i corpus científic contraris a la defensa del consum de lactis, així com tots els riscos de salut identificats per la mateixa indústria i autoritats polítiques, incloent per exemple l'esmentat abús d'antibiòtics o la quantitat de pus que s'admet legalment que contingui la llet crua que s'utilitza com a matèria base (veure el Reglament 853/2004 del Parlament Europeu i del Consell).

Finalment, el consum de llets vegetals es presenta com quelcom de nou i passatger, quan es tracta d'una pràctica mil·lenària —i popular des del segle XIX. El fet que fins fa molt poc algunes cultures humanes no incorporaven de cap manera els lactis d'origen animal a les seves dietes sense que això suposés cap problema és una dada rellevant que forma part també del context omès per l'article.

La visió que es dona en aquesta peça no és només incomplerta, sinó també poc acurada, en presentar com a veritats absolutes i unànimes la opinió de dues especialistes que participen en un acte patrocinat per la indústria. Aquest esdeveniment, que té lloc al col·legi d'economistes de Catalunya amb la col·laboració d'un ens públic que promou la competitivitat empresarial i dues empreses làcties, és precisament el que genera la redacció de l'article. Si bé és cert que l'article no oculta el caràcter industrial-empresarial de l'acte, no és clar al respecte de la motivació comercial d'aquest esdeveniment i, a més, n'extreu conclusions científiques i mèdiques del mateix.

El resultat és un article que reproduïx acríticament els arguments de la indústria utilitzant un fòrum econòmic-empresarial com a única font, sense contrastar-ne la informació ni documentar-se sobre el tema més enllà del que es diu en aquest fòrum. D'aquesta manera queda ocult al lector el fet que existeixen altres opinions científiques i, sobretot, que hi ha unes motivacions ètiques que res tenen a veure amb la desinformació a l'hora de reduir els lactis. I queden ocults, també, els interessos econòmic-empresariais que hi ha darrera d'aquesta controvèrsia i que sovint són els que promouen l'alarmisme científic i mèdic com a estratègia per intentar frenar la caiguda del consum de lactis.

Lògicament és legítim reflectir el posicionament pro-lactis de la indústria i d'una part de la classe mèdica i científica. Però no ho és fer-ho aïlladament, sense el context. Per incloure el context en aquest article només calia deixar constància de l'existència d'altres posicionaments científics i mèdics i d'una preocupació social molt més àmplia que la que guiava al fòrum realitzat al col·legi d'economistes: la del maltractament al que sotmetem als animals considerats de granja, així com de tota la problemàtica que se'n deriva d'aquest maltractament a nivell mediambiental i de salut pública. L'article també hauria pogut completar el context explicant com una part de la indústria lletera tradicional ja està donant resposta a aquesta preocupació començant a comercialitzar llets d'origen vegetal.

Fitxa d'Anàlisi
8 Gener 2019. EIPuntAvui

Text i imatge	Anàlisi
<p>Imatge:</p> <p>Dues nenes beuen un got de llet assegudes una taula amb estovalles a quadres, on hi ha un altre got de llet. Semblen mirar la televisió, tot i que l'aparell no es veu. Imatge amb tons taronges i càlids.</p> <p>Peu de foto: "Els nens i adolescents no haurien de deixar de prendre llet i els seus derivats sense una causa mèdica que ho justifiqui, asseguruen els experts"</p>	<p>La imatge transmet tranquil·litat, normalitat, quotidianitat, benestar.</p> <p>La mirada fixa, calmada i una mica elevada de les nenes cap a un punt que no veiem reflecteix una actitud atenta, concentrada, preparada per l'aprenentatge i l'absorció de coneixements. El peu de foto porta a relacionar aquesta imatge amb la vulnerabilitat dels infants i adolescents i el fet que poden ser manipulats.</p> <p>El peu de foto és contundent i alarmant. L'apel·lació a figures d'autoritat (els metges i els experts) com a únics que poden permetre l'excepció de no prendre productes lactis atorga gravetat a la qüestió. L'apel·lació a "els experts" de forma general reflecteix consens, obviant que no tots els "experts" donen suport a aquesta afirmació.</p>
<p>Títol de la notícia:</p> <p>"Alerta per la substitució de la llet per begudes vegetals"</p>	<p>L'elecció del terme "alerta" connota negativament, s'alerta dels "perills". Substituir la llet de vaca per llets vegetals és doncs un "perill".</p> <p>El titular utilitza el llenguatge de la indústria làctia, incorporat a la legislació europea per la pressió del lobby lacti i que porta a il·legalitzar el terme "llet vegetal" i substituir-lo per "beguda vegetal" en la publicitat i comercialització d'aquest tipus de productes. Tanmateix, la Unió Europea no pot il·legalitzar, ni ho ha fet, el llenguatge no comercial, periodístic o simplement quotidià. El titular, però, reproduceix acríticament la idea de que la "llet" només és la "llet de vaca" (o d'altres mamífers).</p> <p>Es tracta d'un titular alarmista i alineat amb el llenguatge i interessos de la indústria làctia.</p>
<p>Subtitulars:</p> <p>"Els metges relacionen directament el consum de llet de vaca en la infància i l'adolescència amb la salut òssia en l'edat adulta i la vellesa</p> <p>Adverteixen que moltes famílies estan desinformades"</p>	<p>De nou es realitza una generalització –"els metges"– que reflecteix una unanimitat mèdica inexistente i obvia el paper del lobby lacti en la difusió de l'argument (l'associació entre salut òssia i consum de llets d'origen animal).</p> <p>S'obvia que hi ha altres raons (ètiques, de salut, mediambientals) en la presa de decisió de reduir el consum de llet animal i s'associa el consum de llets vegetals a la desinformació.</p>

<p>Destacats:</p> <p>Es destaquen tres xifres:</p> <p>“-22,5 per cent ha baixat el consum de llet a Catalunya entre el 2005 i el 2017”</p> <p>“746.868 tones de llet crua va produir Catalunya el 2017. El 10,64% de la producció espanyola”</p> <p>“4 per cent del volum de negoci de la indústria alimentària a Catalunya l’aporta la indústria làctia”</p>	<p>Totes les xifres que es destaquen a l’article són de negoci: consum, tones produïdes i volum de negoci. L’aspecte que es destaca com a més preocupant és doncs l’econòmic.</p>
<p>Primer paràgraf intro:</p> <p>“Ara que s’ha posat de moda les “llets” d’arròs, de coco, de civada, d’ametlla i, sobretot, de soja (que en realitat no són llets sinó sucs vegetals), els metges recorden els beneficis de la llet autèntica, de la de vaca (o d’ovella, de qualsevol d’origen animal), i recomanen als consumidors que no s’abaixi la guàrdia ni que, en pro de modes, es deixi de consumir un aliment imprescindible. Els experts mantenen que la llet no s’ha de deixar de consumir, llevat que hi hagi una intolerància, i que, aleshores, cal buscar en altres aliments el que es deixa de prendre amb la llet, sobretot calci i la vitamina B12, sempre amb l’assessorament d’un especialista.</p>	<p>S’atribueix el consum de llets vegetals a una “moda”, connotant per tant negativament aquest consum i obviant que el consum de llets vegetals és molt antic i la seva popularització a Europa s’inicia al segle XIX.</p> <p>Es manté la confusió de la prohibició d’ús del terme “llets vegetals” en l’àmbit comercial i publicitari amb una prohibició lingüística general (com si el veredict del Tribunal de Justícia de la Unió Europea sobre el terme “llet vegetal” impliqués una censura lingüística a tothom, periodistes i públic en general).</p> <p>Es treu una conclusió científica (“que en realitat no són llets sinó sucs vegetals”) del que simplement va ser una batalla comercial (entre la indústria que comercialitza llets d’origen animal i la que en comercialitza de vegetals) obviant que la denominació “beguda vegetal” és fruit del lobby de la indústria làctia que força aquesta prohibició a Europa (inexistent fora de la Unió Europea).</p> <p>S’estableix de nou una generalització falsa (“els metges”, “els experts”), donant a entendre que tots els metges i experts recolzen el consum de lactis.</p> <p>S’estableix una veritat absoluta sense alternativa (el consum de llet animal és “imprescindible”) i es crea alarmisme (esmentant perills si es deixa de consumir lactis, com les suposades mancances en calci i vitamina B12).</p>
<p>Segon paràgraf intro:</p> <p>El progressiu abandonament del consum de llet de vaca és una realitat al nostre país: en dotze anys el consum de llet ha baixat a Catalunya un 22,5%, segons dades del Departament d’Agricultura, Ramaderia i Pesca que es van fer públiques en les jornades Podem prescindir de la llet? Salut, dieta i valors, entorn d’un aliment únic, que es van fer fa unes setmanes al Col·legi d’Economistes organitzat per IRTA. Recerca i Tecnologia Alimentàries, Llet Nostra, Cadí i el Col·legi d’Economistes.</p>	<p>S’esmenta com a font de la preocupació del menor consum de lactis, i de tot l’article, un fòrum essencialment econòmic. Els participants en el fòrum són:</p> <ul style="list-style-type: none"> - el col·legi d’economistes - l’IRTA, un institut públic de la Generalitat de Catalunya dedicat a ajudar als sectors empresarials relacionats amb l’alimentació (destacant en primer lloc coma missió “la modernització, a la millora i l’impuls de la competitivitat”) - dues empreses làcties: Llet Nostra i Cadí <p>Tanmateix l’article n’extreu conclusions científiques i mèdiques del que és un fòrum essencialment promogut</p>

	per actors econòmics i industrials i preocupacions comercials.
--	--

Les dades:

“En els darrers 3-5 anys hem detectat un gran augment d’infants de més d’un any que ja no beuen llet. Els pares mantenen el protocol de la llet fins que el nen fa un any, però després moltes famílies, que han deixat de beure’n, els substitueixen la llet de vaca per begudes vegetals, i això és molt perjudicial”, adverteix la doctora Gemma Colomé, especialista en gastroenterologia pediàtrica a l’Hospital de Nens de Barcelona.”

No poden ser substituïdes

Colomé recorda que les mal denominades “llets” vegetals poden afegir-se a la dieta d’un infant o adolescent però “mai ha de substituir” la llet, i que només en cas d’intolerància aquest aliment ha de ser retirat. “La densitat mineral òssia només augmenta fins a l’adolescència, després ja no. Els infants que ara no estiguin bevent llet quan siguin adults ja no podran adquirir aquesta densitat mineral òssia i d’aquí a uns anys ens trobarem que tots aquests que no han begut llet de vaca o d’animal tindran molts problemes dels ossos”, diu. “Els pares tot això ho han de saber, perquè hi ha molt desconeixement. Molts deixen la llet per filosofia, perquè es pensen, fins i tot, que les begudes vegetals són més sanes, i no és veritat”, indica Colomé.

Compensa

La doctora Nancy Babio, coordinadora del grau en nutrició humana i dietètica de la Universitat Rovira i Virgili (URV), ho té clar: “L’osteoporosi és la malaltia pediàtrica amb repercussions geriàtriques.” Recorda que hi ha altres aliments que porten calci, però que l’equivalent en calci d’un got de llet “serien 140 g/dia d’ametlles, 250g/dia de sardines, 400 g/dia de llenties cuites, 350 g/dia de bròquil o 400 g/dia d’espínacs”. I manté: “Beure un got de llet si no ets ni intolerant ni vegà, compensa”, i manté que l’abandonament del consum de llet de vaca hauria de revertir-se perquè en la majoria de casos “la gent ho substitueix per desconeixement”. “Si una persona és intolerant a la llet, s’ha de buscar amb un nutricionista una alternativa per al consum de vitamina B-12 i de calci, això és evident. També han de buscar aliments substituïts els vegans, que no mengen res d’origen animal. Ara bé, els vegetarians i la resta de la gent que no és intolerant ni a la proteïna de la vaca ni al gluten, és recomanable que no deixi la llet perquè la relació del no consum de llet amb el risc de tenir malalties òssies és evident i està comprovada.” Babio també recorda que les begudes vegetals “porten més sucres” que la llet.”

La generalització de que la classe mèdica i els experts en general recolzen de forma unànime el consum de lactis, així com tots els arguments de salut exposats a la introducció es documenten a partir de només dues especialistes, que corroboren tot el dit a la introducció i posen èmfasi en la vulnerabilitat dels menors.

L’article tria com a destacades frases de les especialistes que són (no podem saber si en el seu original o en la seva reproducció a l’article) incongruents i que denoten desconeixement:

- una cita afirma que “d’aquí a uns anys ens trobarem que tots aquests que no han begut llet de vaca o d’animal [quan eren infants] tindran molts problemes dels ossos”, afirmació que sembla desconèixer que el consum de llets vegetals no és nou, sense que s’hagin reportat conseqüències d’aquest tipus en el passat, incloent el cas de països on tradicionalment no es consumien lactis (com el Japó o Xina fins fa unes poques dècades) i on no hi havia constància de cap alarma al respecte.

- una altra cita afirma que es deixa la llet de vaca per “filosofia” associant aquesta afirmació a la creença de que és saludable deixar la llet de vaca. Tanmateix deixar la llet de vaca per motius de salut no té res a veure amb la filosofia, si no amb la cura del cos.

- sembla que hi ha un desconeixement del que suposa el veganisme, que s’equipara a un problema mèdic (“beure un got de llet si no ets ni intolerant ni vegà, compensa) i alarmista (“han de buscar aliments substituïts els vegans”).

<p>Conclusió</p> <p>“Aliment complet</p> <p>La llet és un aliment complet i equilibrat, té proteïnes d'AVB (d'alt valor biològic), hidrats de carboni (lactosa, oligosacàrids), greixos, vitamines A, D, i B (B1, B2, B12), minerals (calci, magnesi, fòsfor i zinc), lactosa, que facilita l'absorció del calci i el magnesi i vitamina D, que facilita l'absorció intestinal del calci.</p> <p>La pediatra Gemma Colomé manté que la llet de vaca no només té un valor nutricional sinó que fa prevenció de determinades patologies: les malalties cardiovasculars, per exemple, alguns tipus de càncer, la hipertensió arterial, la patologia òssia i dental i el sobrepès i l'obesitat infantil”. Aquesta doctora també recorda que hi ha mites en contra de la llet que són falsos. “Relacionar el consum de llet en els nens amb l'aparició de mocs o l'asma o problemes gastrointestinals, llevat que hi hagi una intolerància, són fake news”, diu amb contundència. La pediatra també relaciona directament el consum de llet durant la infància i l'adolescència amb l'alçada física de les persones i amb el desenvolupament intel·lectual. Assegura que en cap cas s'han de retirar els làctics de la dieta sense una causa mèdica que ho justifiqui.”</p>	<p>El primer paràgraf és una reproducció literal, sense indicar-ho, de les paraules d'una de les ponents a l'acte realitzat al col·legi d'economistes.</p> <p>El darrer paràgraf reitera els suposats perills, especialment pels més joves, de no consumir productes lactis d'origen animal.</p>
--	--