

LÁCTEOS. Datos de una investigación (NURSE HEALTH STUDY) han mostrado que un elevado consumo de productos lácteos, fundamentalmente de leche desnatada o de sus derivados, está asociado a una disminución del 32% del riesgo de cáncer de mama en las mujeres premenopáusicas, relación inexistente en mujeres posmenopáusicas. Son resultados derivados del seguimiento de 88.000 mujeres durante 17 años.