

20 de octubre de 2026

COMUNICADO DE PRENSA

Un estudio demuestra que el permeado de whey rico en calcio mejora la salud ósea en mujeres posmenopáusicas

La suplementación dos veces al día con un permeado de whey rico en calcio favorece el mantenimiento de la densidad mineral ósea en mujeres posmenopáusicas, según se ha demostrado en un estudio clínico.¹

Durante los primeros años de la menopausia, las mujeres experimentan una pérdida rápida de densidad mineral ósea, que es un indicador de la salud ósea. En parte, esto se debe a una disminución significativa de los niveles de estrógeno, lo que acelera la degradación ósea y aumenta el riesgo de osteoporosis.

El proyecto RENEW (siglas en inglés de valorización de los flujos laterales de los lácteos para combatir los déficits de calcio en mujeres posmenopáusicas) tenía el propósito de establecer si el permeado rico en calcio procedente de la producción de suero (*whey*) podría utilizarse como un ingrediente alimenticio bioactivo para contrarrestar la pérdida ósea en mujeres posmenopáusicas.

En el estudio de intervención de 12 meses de duración, las participantes fueron asignadas aleatoriamente a un placebo o a 800 mg de calcio proveniente de carbonato de calcio o de permeado de whey con alto contenido de calcio (tomado solo o junto con inulina), dividido en dos dosis diarias. Además, todas recibieron vitamina D, que contribuye al mantenimiento de huesos normales.

En total, 316 mujeres posmenopáusicas completaron el estudio. En el grupo que recibió el permeado de whey rico en calcio (n=78), la densidad mineral ósea no tuvo modificaciones. Por el contrario, las participantes en el grupo de placebo (n=75) experimentaron una reducción de la densidad mineral ósea después de 12 meses. Además, los marcadores en sangre del recambio óseo ya indicaban una desaceleración notable de la pérdida ósea en el tercer mes de la intervención con permeado de whey. El agregado de inulina al permeado de whey rico en calcio no aportó beneficios adicionales para la salud ósea.

El suplemento de permeado de whey usado en el estudio contenía Capolac®, un ingrediente de la leche rico en calcio, y Variolac®, un ingrediente a base de lactosa, ambos productos de Arla Foods Ingredients. En un comentario acerca de los hallazgos en el Día Mundial de la

¹ Inge Tetens, Sadime B. Kisi, Alexandr Parlesak, Sidse I.I. Rasmussen, Mai Ø. Cramon, Caroline F. Petersen, Danielle G. Lemay, Dennis S. Nielsen, Hanne C. Bertram, Henrik J. Andersen, Mette F. Hitz, 'Effects of a one-year calcium-enriched permeate supplement on bone health in post-menopausal females: The RENEW randomized controlled intervention trial' The American Journal of Clinical Nutrition, 2026, 101339

Osteoporosis (20 de octubre de 2026), la empresa líder en nutrición resaltó el potencial del permeado de whey con alto contenido de calcio en un momento en que la enfermedad está cada vez más prevalente.

Simon Bøge Riis, Nutrition Scientist (PhD) de Arla Foods Ingredients señaló: “A nivel mundial, una de cada cinco personas adultas mayores tiene osteoporosis. Es particularmente común en mujeres posmenopáusicas y en Asia, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias nutricionales eficaces para fomentar la salud ósea. En esta investigación se demuestra que la suplementación dos veces al día con permeado de whey enriquecido con calcio puede generar mejoras notables en los marcadores de recambio óseo y mantener la densidad mineral ósea en mujeres posmenopáusicas”.

La valorización de flujos laterales ricos en nutrientes, como el permeado de whey rico en calcio, también aporta beneficios para una producción de whey más sostenible y eficiente. Asimismo, ofrece el potencial de desarrollar ingredientes innovadores y formatos de productos atractivos y convenientes para los consumidores.

Actualmente, Arla Foods Ingredients está desarrollando una barra de fruta deshidratada con alto contenido de calcio que contiene 265 mg de calcio por porción de 10 g, equivalente al contenido de calcio de un vaso de leche. Este formato innovador y práctico para llevar brinda una experiencia para el consumidor muy agradable; al mismo tiempo, ofrece la flexibilidad de adaptar los perfiles de sabor a las preferencias regionales. El concepto también promueve la circularidad al incorporar soluciones que ayudan a reducir los residuos de fruta dentro del marco general del aprovechamiento de flujo lateral de permeado de whey rico en calcio.

Simon Bøge Riis agregó: “El desarrollo de ingredientes lácteos accesibles y ricos en calcio a partir de la producción de whey podría ser particularmente relevante para los países en vías de desarrollo, donde la deficiencia de calcio es un problema que se suele pasar por alto. Estos ingredientes también podrían incorporarse en productos alimenticios destinados a abordar diversas deficiencias nutricionales, incluida la ingesta insuficiente de calcio y la mala salud ósea”.

Acerca del proyecto

Zealand University Hospital y la Universidad de Copenhague llevaron a cabo el estudio RENEW en Dinamarca, con el financiamiento de Innovation Fund Denmark. El proyecto es una colaboración conjunta de Arla Foods Ingredients, Arla Foods amla, la Universidad de Copenhague, Zealand University Hospital, la Universidad de Aarhus y el Western Human Nutrition Research Center de la USDA. Su objetivo es desarrollar un nuevo tipo de ingrediente que combine calcio de la leche con permeado de whey rico en lactosa y la fibra dietaria prebiótica inulina. Se ha propuesto que los prebióticos pueden ayudar a crear una flora intestinal que mejore la absorción del calcio.

Lea la investigación completa en: [https://ajcn.nutrition.org/article/S0002-9165\(26\)00148-6/abstract](https://ajcn.nutrition.org/article/S0002-9165(26)00148-6/abstract)

Para obtener más información, comuníquese con:

Steve Harman, Ingredient Communications

Tel.: +44 (0)7538 118079 | Correo electrónico: steve@ingredientcommunications.com

Acerca de Arla Foods Ingredients

Arla Foods Ingredients es líder mundial en la mejora de la nutrición premium. Junto con nuestros clientes, colaboradores de investigación, proveedores, ONG y otros descubrimos y ofrecemos ingredientes y productos documentados que pueden potenciar la nutrición durante toda la vida en beneficio de los consumidores en el ámbito global.

Atendemos a las principales marcas en el mundo en los sectores de nutrición en los primeros años de vida, nutrición médica, nutrición deportiva, alimentos saludables y otros alimentos y bebidas.

Estas son las razones para elegirnos:

- Nos apasiona mejorar la nutrición
- Innovamos conectando a los mejores
- Somos expertos en lo que respecta a descubrir y ofrecer
- Creamos asociaciones sólidas y duraderas

Con sede en Dinamarca, Arla Foods Ingredients es una subsidiaria 100 % propiedad de Arla Foods.

<https://www.arlafoodsingredients.com/>

LinkedIn

<http://www.linkedin.com/company/arla-foods-ingredients>

LinkedIn (América Latina)

<https://www.linkedin.com/showcase/arla-foods-ingredients-latin-america/>