

# PRODUCTOS SIN LACTOSA: ¿SOLO PARA INDIVIDUOS INTOLERANTES?



## M. Mar Villamiel Guerra

Doctora en Farmacia por la Universidad Complutense de Madrid, Investigadora Científica del CSIC y Directora del Instituto de Investigación en Ciencias de la Alimentación (CIAL, CSIC-UAM). Ha trabajado también en el Departamento de Innovación de Procesos del NIZO Food Research de Ede (Holanda) y en el Institute of Food Science Research de Norwich (Reino Unido). Es experta en Ciencia y Tecnología de los Alimentos, estando relacionadas sus líneas de investigación con la obtención, caracterización estructural y evaluación de la funcionalidad de carbohidratos bioactivos. A lo largo de su trayectoria ha participado en más de 60 proyectos y contratos nacionales e internacionales. Es coautora de más de 150 artículos científicos en el JCR y de varias patentes y ha desplegado una amplia labor en la supervisión de tesis doctorales, de master y de grado, así como en numerosas actividades de divulgación y diseminación de la Ciencia.

Durante los últimos años el consumo de productos sin lactosa se ha extendido a toda la población, muchas veces propiciado por campañas publicitarias que responden a criterios relacionados con intereses comerciales. No se tienen en cuenta las posibles consecuencias que puede provocar el eliminar por completo la lactosa de nuestra dieta, no sólo a nivel individual sino poblacional. En esta conferencia se abundará de una forma didáctica sobre la importancia del consumo de lactosa tanto para individuos intolerantes como no intolerantes y se mostrará de una forma sencilla el proceso digestivo de este carbohidrato, presente mayoritariamente en productos lácteos.

Imagen: @kamranaydinov Freepik



**15 DE ENERO DE 2023  
A LAS 12:00 HORAS**