

Organización Nacional de Biólogos de Italia: “No satanicemos el aceite de palma, sino los malos hábitos alimenticios”



Doctor Luciano Atzori
Secretario de la Organización Nacional de Biólogos de Italia

Milán, 27 de junio de 2015- “No satanicemos el Aceite de palma, del cual se habla tanto y se conoce tan poco, sino más bien los malos hábitos alimenticios”. Este es el mensaje de Luciano Atzori, Secretario del Orden Nacional de Biólogos Italianos, en el marco de la conferencia “Seguridad de los alimentos, certeza de la salud”, realizada por la Organización Nacional de Biólogos en EXPO 2015 de Milán.

El aceite de palma, ha explicado Luciano Atzori, puede tener propiedades benéficas para la salud, siempre que no se superen las dosis aconsejadas por los expertos. El riesgo para nuestro organismo deriva realmente de una dieta desbalanceada; un problema todavía por superar en toda Italia y que ha sido poco valorado. Es inútil eliminar de la dieta el aceite de palma si se continúa con un régimen alimenticio rico en carnes rojas, embutidos, quesos y chocolates, que no deberían superar el 10 % de las necesidades calóricas cotidianas.

El aceite de palma, prosigue el Secretario del Orden Nacional de Biólogos Italianos, contiene grasas saturadas

que, tomadas en los porcentajes justos, contribuyen con un gran aporte de energía a nuestro cuerpo, mantienen constante la temperatura corporal y dan el justo equilibrio a las células. Es un hecho que, ocho de diez productos alimenticios para niños, como la leche liofilizada, contienen, en cantidades reducidas, aceite de palma. Además, como todos los aceites vegetales, el de palma no tiene colesterol y lo utilizan los veganos, reconocidos por su dieta saludable. Hasta ahora ningún órgano de vigilancia sanitaria italiano o europeo, como el Instituto Superior de Sanidad o la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA, por sus siglas en inglés) han asumido posiciones oficiales contra el aceite de palma.

Lo que hace falta es una correcta comunicación hacia el ciudadano, dice Atzori; pocos saben que existen tres tipos de aceite de palma. El primero, aquel más rústico, extraído de las palmas cultivadas sobre todo en Malasia y Asia, de color rojo, rico en antioxidantes y betacaroteno. Este tipo no se utiliza en la industria, si no que se vende a algunos distribuidores bajo la forma de integrador. Luego viene el aceite de palma refinado a través de procesos físico-químicos, que es blanco paja; y por último, aquel que está en la mira de los medios hoy que es el utilizado en los ponqués, tortas y en la industria agroalimenticia (...) son las semillas secadas, molidas y refinadas de las que se obtiene el aceite de semillas de palma que contiene menos ácidos grasos saturados y que se utiliza normalmente en la industria de los dulces, pero para el que también existen aplicaciones alternativas, como integrador en los cosméticos y se está probando su uso como combustible.

“El aceite de palma utilizado en justas dosis hace bien a nuestro organismo; el peligro real se da por los malos hábitos alimenticios”. Atzori, durante la conferencia “Seguridad en los alimentos, certeza en la salud”.