

Aceite de palma, aliado estratégico para la salud y la nutrición de los colombianos

En el marco del “Workshop de salud con aceite de palma”, organizado por Fedepalma con el apoyo de Cenipalma, se reunieron cerca de 100 investigadores, profesionales de la salud y estudiantes del área con el fin de actualizarse e informarse sobre los beneficios nutricionales de este producto 100 % colombiano y conocer la importancia de las grasas en una alimentación saludable.

El evento, que se llevó a cabo en el Hotel Cosmos 100 en Bogotá, inició con la intervención de Andrés Felipe García Azuero, Director de Planeación Sectorial y Desarrollo Sostenible de Fedepalma, quien habló sobre la agroindustria de la palma de aceite, la cual representa el 8 % del PIB agrícola del país, con un valor en la producción de \$ 3,3 billones. Actualmente, Colombia es el principal productor de aceite de palma en América y el cuarto en el mundo con una participación del 2,4 %; en más de 540 mil hectáreas.

De igual manera, profundizó sobre el impacto social positivo que tienen estos cultivos, en donde su nivel de formalidad del empleo es superior al 82 %. Otros beneficios sociales de la agroindustria de la palma de aceite en Colombia son el mayor acceso a la educación, los servicios de salud y la sustitución de cultivos ilícitos. En materia ambiental, la palma produce más aceite por hectárea que los demás cultivos, siendo el más productivo y tiene menor demanda energética y de fertilizantes que los demás. Adicionalmente, como evidencia de la firme convicción del sector en materia de sostenibilidad, su crecimiento ha sido con un mínimo impacto en deforestación.

Por su parte, durante su presentación, Claudia Angarita, nutricionista y Presidente de la Asociación Colombiana de Nutrición Clínica, ACNC, informó sobre la importancia de las grasas como uno de los alimen-

tos principales en una dieta saludable puesto que son fuente de energía, aportan ácidos grasos esenciales y son componentes estructurales para las membranas celulares. Adicionalmente, estas son indispensables para la absorción y el transporte de las vitaminas liposolubles, encargadas de dar soporte a los órganos internos como el corazón, los riñones e intestinos.



La conferencia continuó con Lilia Yadira Cortés, nutricionista con doctorado en Ciencias Biológicas y Directora Científica del Centro Colombiano de Nutrición Integral (CECNI), quien habló sobre la vitamina E en el aceite de palma, la cual juega un papel central, siendo un compuesto liposoluble antioxidante en el cuerpo humano, y que, además, se ha demostrado, suprime el crecimiento de células cancerígenas.

Por otro lado, en su charla, el Dr. Pedro Nel Rueda, Presidente de la Asociación Latinoamericana de Endocrinología, habló de las enfermedades metabólicas y de cómo los trastornos alimenticios se han convertido en un problema de salud pública. Además, explicó que son los carbohidratos y no las grasas los responsables del incremento en el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, una de las principales causas de muerte en el mundo.

Para finalizar, Nora Patricia Álvarez, nutricionista y dietista, compartió sus conocimientos acerca de las grasas en la alimentación infantil y concluyó que el consumo de leche materna, la cual aporta alrededor del 50 % de la energía a expensas de grasas es necesaria para el adecuado desarrollo y crecimiento de los niños. La especialista también advirtió que la no ingesta de lípidos puede generar un retraso en el desarrollo y en las alteraciones cognitivas relacionadas con el proceso de aprendizaje en la primera infancia.