

Propiedades Nutricionales del Aceite de Palma- Posición Actual - K. Berger

Se publica a continuación este informe presentado por Kurt Berger, al Comité Técnico del TGA (Tropical Growers Assoc.).

Las grasas son parte esencial de la alimentación, aunque algunos pueblos occidentales las consumen en proporciones excesivas. Si bien en Africa Occidental el aceite de palma ha sido parte de la alimentación durante miles de años, hasta hace sólo 30 años se convirtió en producto de primera necesidad en el mundo. Sin duda esto ha sido motivo de preocupación para los exportadores de aceites vegetales, a pesar de que en el mercado mundial hay lugar para todos.

En 1986/7, el aceite de palma fue objeto de ataque en los Estados Unidos, supuestamente por ser malo para la salud. La ofensiva venía de tres frentes: (1) La Asociación Americana de Sojeros, (2) una organización de consumidores, el "Centro de la Ciencia para el Interés Público" y (3) el fundador (y único miembro?) de la "Asociación para Salvar el Corazón", el Sr. Phil Sokoloff. La campaña publicitaria emprendida por el Sr. Sokoloff a nivel nacional obligó a los fabricantes de alimentos a evitar el uso de aceite de palma. Desafortunadamente, la publicidad norteamericana tuvo repercusiones internacionales en mercados de mucho mayor importancia que los Estados Unidos.

El ataque se puede resumir de la siguiente manera:

"El aceite de palma es una grasa altamente saturada - las grasas saturadas elevan el colesterol de la sangre

y por consiguiente producen enfermedades cardíacas. Por lo tanto, el aceite de palma es indeseable."

El Ministro de Industrias Primarias de Malasia declaró en público: "Queremos establecer la verdad científica y no deseamos comercializar un alimento nocivo para la salud". En consecuencia, el PORIM lanzó un programa de investigación de gran envergadura, para lo cual contrató investigadores tanto propios como de reconocida reputación internacional en el campo de la nutrición. Por consiguiente, muchos de los 72 proyectos emprendidos han abordado el asunto en forma directa. Estos estudios ya están prácticamente concluidos.

En ninguno de ellos se pudo elevar el nivel de colesterol de la sangre, ni siquiera

Las grasas son parte esencial de la alimentación, aunque algunos pueblos occidentales las consumen en proporciones excesivas.

al administrar un 70% de aceite de palma con la alimentación, en términos de comparación con la alimentación habitual.

En los ensayos se utilizó la alimentación habitual de los siguientes países: EU, Inglaterra, Holanda, Australia, Malasia, India, China, Pakistán y Corea del Sur. Una prueba independiente realizada en Venezuela arrojó los mismos resultados. La validez de estas conclusiones se ve fortalecida por el hecho de haber utilizado una variada alimentación regional. Eminentemente científicos de la nutrición han señalado que el aceite de palma es un componente satisfactorio de la dieta. Varios proyectos de investigación indican que el aceite de palma, al menos cuando representa la mayor parte de la ingesta de grasa, tiene efectos positivos sobre los lípidos sanguíneos relacionados con las enfermedades cardíacas. Posiblemente estos efectos se deban a componentes específicos del grupo de la vitamina E o al hecho de que el uso de aceite de palma permite reducir la cantidad de grasas hidrogenadas, las cuales son objeto de investigación.

En este momento podemos decir con confianza que las acusaciones norteamericanas en el sentido de que el aceite de palma eleva el nivel de colesterol de la sangre y fomenta las enfermedades cardíacas son infundadas. Todavía queda mucho por hacer para erradicar la falsa percepción sobre el aceite de palma que aun persiste en muchos lugares. Muy posiblemente en el futuro próximo estaremos en capacidad de señalar algunas de las importantes propiedades positivas del aceite de palma, en lo que a la salud se refiere.