El aceite de palma puede ayudar a combatir la malaria

El aceite dorado -el aceite de palma- ha añadido otro valor nutricional a su nombre, convirtiéndolo además en el mejor aceite comestible que ha existido.

Científicos de la Universidad de Malasia en Kebangsaan dicen que el aceite de cocina puede ayudar al cuerpo a combatir la malaria. «Ya que el aceite de palma contiene betacaroteno (pro-vitamina A) y tocoferol (Vitamina E) que tienen propiedades antioxidantes, estamos convencidos que el aceite natural de palma juega un papel importante combatiendo la malaria», dijo la Dra. Rohani Kadir y agregó que el betacaroteno el en aceite de palma puede ayudar al cuerpo a volverse más fuerte, más saludable y preparado para combatir esta enfermedad.

«El aceite de palma no es solamente igual de bueno a los otros aceites populares mono-insaturados como el aceite de oliva, de maní o de canola, sino que además tiene mejores propiedades anticoagulantes» añadió.

La Dra. Rohani y sus colegas tuvieron una buena idea sobre cómo probar la efectividad del aceite de palma para aliviar la malaria y otras enfermedades. «La malaria es todavía un gran problema en algunas partes del país», dijo el Dr. Sainal Abidin, colaborador en este proyecto.

La malaria necesita actividades antioxidantes para combatir la enfermedad porque cuando el cuerpo está bajo de defensas, los radicales libres atacan el organismo (tensión de oxidación) y el cuerpo se vuelve menos resistente.

La Dra. Rohani, que estudia además de bioquímica las propiedades nutricionales durante el desarrollo de la palma de aceite, lo mismo que de las legumbres, explicó que los radicales libres eran especies moleculares que son tóxicas para el organismo. «Los radicales libres interrumpen la actividad biológica normal y generalmente provienen de los parásitos, los contaminantes, las drogas y aún del uso de microhondas para cocinar, además de las comidas poli-insaturadas como el aceite de soya, el aceite de maíz y el de girasol. Causa además una situación aún más patológica y tensionante.

«El aceite natural de palma juega un papel importante combatiendo la malaria, ya que contiene betacaroteno (pro-vitamina A) y tocoferol (Vitamina E)»

La tensión de oxidación sucede cuando no hay suficientes anti-oxidantes para combatir los radicales libres. Los investigadores hicieron énfasis en el hecho de que el aceite de palma no se puede usar como una droga contra la malaria y que más bien los malayos utilicen el aceite como una fuente de nutrición para hacer que sus organismos sean más fuertes.

El aceite de palma también es rico en ácidos grasos poli-insaturados y mono-insaturados, entre los «buenos» que combaten el colesterol. Son los ácidos grasos saturados los que causan el daño -pero el ácido graso saturado del aceite de palma es diferente y no eleva los niveles de colesterol. Se está tratando de retener el betacaroteno en el aceite de palma porque puede disminuir la gravedad de la infección e incrementar la tasa de sobrevivencia y mortalidad. El nivel de betacaroteno en el aceite de palma disminuirá con el calor.

Dijo la Dra. Rohani que «estamos tratando de pensar en diferentes maneras de introducir el aceite de palma en nuestra dieta. Podría utilizarse como salsa para ensaladas, para untar en el pan (como la mantequilla de maní) y como chocolate. Debemos incorporarlo a nuestra dieta diaria en una proporción anual constante porque este es muy efectivo para prevenir enfermedades que afectan a las personas mayores, y puede fomentar la longevidad, la buena visión nocturna, membranas mucosas saludables, piel saludable y buen crecimiento de los huesos».

El uso normal y el deterioro del cuerpo es parte de la desintegración y reparación de las células, un proceso normal en el crecimiento y desarrollo, pero anormal como consecuencia de las enfermedades. Esto involucra la oxidación de los radicales libres y el papel de protección que juegan los an-tioxidantes, entre ellos la Vitamina E.

El aceite de palma previene la oxidación de los ácidos grasos insaturados, de los fosfolípidos y de la vitamina A, además de ayudar a mantener la estabilidad de las membranas de las células; es también esencial para la función neurológica normal. Sin embargo, muchos no se dan cuenta que hay dos tipos de vitaminas E, específicamente el tocoferol y el tocotrienol. Este último ayuda a prevenir el daño en las estructuras del cuerpo como el DNA, las proteínas y los lípidos.

Este importante papel de la vitamina E, ese anti-oxidante maravillosos, podría ser la respuesta a la búsqueda desesperada del elíxir de la juventud y la cura de las enfermedades.

(Tomado de «Business Times».)