

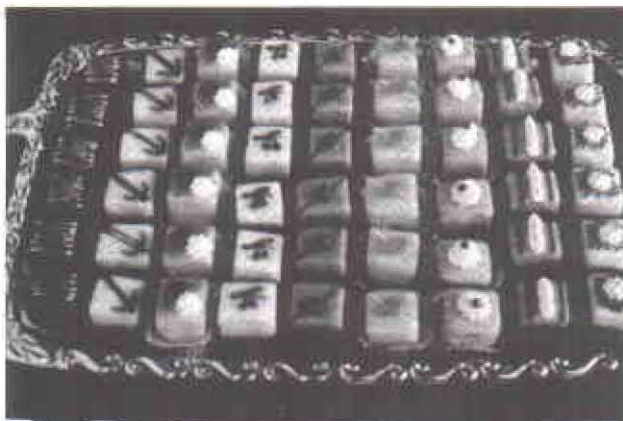
Los "translípidos", un enemigo del cual no hablan las etiquetas

POR REKHA BALU, REDACTORA DE THE WALL STREET JOURNAL

El 'translípido', el miembro más desagradable pero menos conocido de la familia de los ácidos grasos, se encuentra en muchas marcas populares de alimentos, aunque no se menciona en la etiqueta de los productos. Ahora podría estar a punto de salir a la luz pública.

Este tipo de lípido tiene las características de dos importantes categorías de lípidos: saturado y no saturado. No sólo aumenta el nivel de colesterol 'malo', como lo hace la grasa saturada, sino que además puede reducir el nivel de 'buen' colesterol en la sangre. Según Walter Willett, coautor de un reciente estudio en el New England Journal of Medicine y director del departamento de nutrición de la Escuela de Salud Pública de Harvard en Cambridge, Massachusetts, el translípido es "el mayor desastre en el sistema de suministro de alimentos de EE.UU.", porque destruye los ácidos grasos esenciales a la vez que aumenta el nivel de colesterol.

La Dirección de Alimentos y medicamentos (FDA) de Estados Unidos de Norteamérica debate si debe exigir que las empresas de alimentación provean cifras específicas sobre la cantidad de translípidos en sus productos como parte de las etiquetas sobre nutrición, que los consumidores suelen leer con mucha atención. Ello podría causar problemas para muchos productos comestibles en esta era de preocupación de los consumi-



Alimentos como galletas saladas, galletas de chocolate, panecillos, tortas y bizcochos, entre otros, son alimentos con alto contenido de 'translípidos'

dores por la grasa. Hasta la comida relativamente nutritiva que se vende con las etiquetas de Pepperidge farm, de Campbell Soup Co., y Healthy Choice, de ConAgra Inc., contiene pequeñas cantidades de translípidos.

Los translípidos se crean cuando se agrega el hidrógeno al aceite vegetal. Este proceso, llamado la hidrogenación parcial, crea una grasa con la misma consistencia que la grasa animal, como la margarina, por ejemplo. En general, cuanto más dura o sólida es la grasa, tanto más saturada es, como la mantequilla y la manteca. Actualmente, los consumidores preocupados por la grasa escudriñan las etiquetas para ver si los productos contienen grasas saturadas, que elevan el nivel del colesterol 'malo', causando así una acumulación de depósitos grasos en las arterias.

Muchos suponen que las otras grasas en un producto (las etiquetas mencionan "grasa total") son las no saturadas, que son más saludables.

Si el translípido fuera listado por aparte, esto podría despejar parte de la confusión y también alentar a las empresas alimenticias a reducir el contenido de translípidos en sus productos.

Los expertos en nutrición y salud pública, así como las empresas alimenticias, han presionado discretamente a la FDA respecto a los translípidos, entregando más de 1000 comentarios desde 1994. La Asociación Dietética de EE.UU. y la Sociedad de Nutrición Clínica de EE.UU. publicaron documentos en 1996 contra la inclusión de translípidos en las etiquetas, argumentando que no había suficiente información científica. Este punto de vista fortaleció la posición de la Snack Food Association (que representa empresas como Frito-lay, división de PepsiCo Inc.), el Institute for Shortening and Edible Oils (que incluye a empresas como Archer Daniels Midland Co.) y otros grupos empresariales que representan a las compañías de alimentos.

Mientras tanto, proliferaba el aceite vegetal parcialmente hidrogenado como ingrediente en productos como la mantequilla de maní (para evitar la separación de los aceites), así como el helado y el queso de crema bajos en grasa. Se convirtió además en el aceite de cocina preferido de los restaurantes de comida rápida, a las que

(Continúa en la página siguiente/Los translípidos)

Los "translípidos"

se había presionado a dejar de usar grasa animales o aceites tropicales, con alto contenido de grasa saturada, para freír. Hoy los productos hidrogenados representan casi la mitad del mercado de aceites vegetales de los EE. UU., en el que se vende 9.090 millones de kilos de aceite por año.

En años recientes, algunos estudios se han concentrado en los translípidos en la margarina, por lo cual algunos consumidores comenzaron a usar la mantequilla. Como resultado, las productoras de margarina empezaron a buscar la forma de eliminar

los translípidos. "Los translípidos habían comenzado a ocultar la distinción de que la margarina es mejor que la mantequilla", dice David Blanchard, director de investigación de Lipton. La margarina Fleischmann, de nabisco Holdings Corp., ha reducido los translípidos en algunos de sus productos. Mientras tanto, GFA Brandas Inc., una empresa de alimentos de Cresskill, Nueva Jersey, vende Smart Balance, un producto parecido a la margarina. "Pateando para mejorar la proporción entre los colesteroles", proclama su etiqueta "No contiene translípidos".

¿Dónde encontrarlo ?

Los 'translípidos' pueden actuar como grasas saturadas, aunque las etiquetas no los reflejen. Una muestra de alimentos con alto contenido de 'translípidos', son:

Galletas Saladas:	40%
Galletitas con chocolate:	36%
Barquillos de vainilla (bajo en grasas):	32%
Masa de panecillo de maíz:	32%
Barra de margarina:	32%
Tortilla de taco horneada:	31%
Papitas fritas:	30%
Roscas (de masa de bizcocho):	29%

Fuente: departamento de Agricultura de los EE.UU.,
Agricultural Research Service, análisis de marcas selectas del Nutrient Data Laboratory.

INTERNET

Ahora usted puede comunicarse con nosotros a toda hora

Esta son nuestras nuevas direcciones:

E-mail: ei@fedepalma.org

E-mail: presidencia@fedepalma.org

E-mail: econo@fedepalma.org

E-mail: adm@fedepalma.org

E-mail: fep@fedepalma.org

Home Page

www.fedepalma.org

113.686 has. a nivel nacional

Concluyó censo palmero en Ecuador

Luego de una ardua labor que implicó alrededor de 8 meses de trabajo de campo, concluyó el IV Censo Palmero, cuyos resultados oficiales arrojan que en Ecuador hay sembradas 113.686.00 hectáreas, distribuidas en 9 provincias, tanto de la zona occidental como del oriente ecuatoriano.

La zona occidental comprende las provincias de Cotopaxi, Esmeraldas, Guayas, Imbabura, Los Ríos, Manabí y Pichincha, con un total de 98.306 hectáreas. Por su parte, en el Oriente ecuatoriano se encuentra palma africana en las provincias de Sucumbíos y Napo, alcanzando un total de 15.380 hectáreas.

Cabe destacar que haciendo un análisis por provincia, Pichincha es la que más hectáreas de palma tiene, esto es 34.413 seguida de Esmeraldas con 31.815 y Los Ríos con 26.067 ha.

Semilla utilizada

Por otra parte, los resultados del censo permiten identificar las variedades sembradas y la respectiva superficie, teniéndose que en el período 1975 a 1997 se han sembrado con semilla INIAP 61.397 ha., 23.972 con semilla IRHO, 18.036 con semilla ASD ; 1.820 con semilla Chembra, y 8.460 con otros materiales de procedencia desconocida, cifra está última preocupante porque alcanza un índice del 7%.

Tomado de "Informan Ancupa y Fedapal"
Año VIII - No. 1.