

## Aceite de canola vs aceite de palma: Impacto en la salud humana

**L**a facultad de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Colombia llevó a cabo el pasado 20 de abril, un debate sobre el consumo de aceites de palma y canola y sus beneficios para la salud.

Los participantes fueron estudiantes de la facultad y docentes del área clínica. Las panelistas fueron la ND. Janeth Arizmendi, Directora del Departamento de Nutrición de Harinera del Valle y Paola Yanquen, Directora del Programa de Salud y Nutrición Humana de Cenipalma.

Entre los temas tratados en el debate se destaca la composición nutricional de los aceites, el efecto de su consumo y su relación con enfermedades de tipo cardiovascular. Durante el mismo, se hizo una presentación de cada entidad y se destacaron las ventajas de cada uno de los aceites.

Se concluyó, entre otras cosas, que el aceite de palma es un alimento con contenido de nutrientes muy importantes para la salud, como la vitamina A y los tocotrienoles, además de ser funcional y tener ventajas en la fritura, por ejemplo.

Por su parte, el aceite de canola tiene una distribución de ácidos grasos en la que se favorece el contenido de grasa que es benéfica para la salud.

Otras conclusiones se relacionaron con el hecho de que todos los aceites vegetales tienen ventajas y limitaciones, dependiendo del uso que se les dé. Igualmente, se habló de la importancia de educar a los consumidores sobre las cantidades de aceite que deben consumir, las cuales no deben superar el 30% de la cantidad de energía que consume diariamente.

El Programa de Salud y Nutrición Humana invitó a los estudiantes asistentes al debate, a investigar y a leer de forma crítica la información que se encuentra sobre el tema, identificando así los criterios que deben ser tenidos en cuenta en el momento de recomendar un aceite para consumo que brinde reales beneficios para la salud.

Para el Programa de Salud y Nutrición Humana de Cenipalma, estos espacios de discusión y análisis en diferentes temas son fundamentales para la divulgación de información científica sobre grasas y aceites comestibles, y especialmente de aceite de palma. ☞

## Empresas del sector palmicultor se están certificando

**E**l tema de la certificación de la calidad se ha puesto de moda. Pero la decisión de los palmeros por certificarse va mucho más allá de la moda. Es un compromiso de todas las instancias de sus empresas, y ya hay ocho certificadas: Astorga S.A., Guaicaramo S.A., Indupalma S.A., Manuelita S.A., Oleaginosas San Marcos Ltda., Palmas Oleaginosas Bucarelia S.A., Palmeras de la Costa S.A. y Promociones Agropecuarias Monterrey Ltda & Cia S. C.

Durante la V Región Anual de Comités Asesores de Investigación de Cenipalma, se llevó a cabo la mesa redonda "Elementos críticos para el establecimiento y mantenimiento de un programa de gestión de calidad", en la cual participaron diferentes expositores, entre ellos Luis Pijarán, de Incolbestos, Carlos Echeverry, de Manuelita S.A., y representantes de Palmas Oleaginosas Bucarelia S.A., Indupalma S.A. y Palmeras de Puerto Wilches S.A.

