

# BENEFICIOS FUNCIONALES DE LOS PRODUCTOS ALIMENTICIOS

## FORMULADOS CON ACEITE DE PALMA COMO FUENTE DE LÍPIDOS

El uso de aceites vegetales en el mundo ha venido en aumento, y en particular el consumo de aceite de palma ha incrementado de forma exponencial, en este momento representa el 33 % del consumo de grasas a nivel global, dados sus bajos costos de producción y su versatilidad como ingrediente alimentario (4).

El aceite de palma naturalmente posee una fracción sólida y una fracción líquida, así como una excelente estabilidad oxidativa y un alto valor nutricional, así pues, alrededor del 80 % del aceite de palma refinado y fraccionado se utiliza en la industria alimentaria. El aceite de palma refinado y la oleína de palma sirven como aceites culinarios, mientras que la estearina de palma se utiliza como grasa para hornear debido a su estabilidad y textura, lo anterior teniendo en cuenta que las grasas ayudan



a mejorar la palatabilidad, pues favorecen la liberación de sabores y aromas de las comidas contribuyendo a la sensación de saciedad (5,6).

- (4) Shankar, B., Thaiprasert, N., Gheewala, S., & Smith, R. (2017). Policies for healthy and sustainable edible oil consumption: a stakeholder analysis for Thailand. *Public Health Nutrition*, 20(6), 1126–1134. <https://doi.org/10.1017/S1368980016003037>
- (5) Gesteiro, E., Guijarro, L., Sánchez-Muniz, F. J., Vidal-Carou, M. del C., Troncoso, A., Venanci, L., Jimeno, V., Quilez, J., Anadón, A., & González-Gross, M. (2019). Palm Oil on the Edge. *Nutrients*, 11(9), 2008. <https://doi.org/10.3390/nu11092008>
- (6) Sulaiman, N. S., Sintang, M. D., Mantihal, S., Zaini, H. M., Munsu, E., Mamat, H., Kanagaratnam, S., Jahurul, M. H. A., & Pindi, W. (2022). Balancing functional and health benefits of food products formulated with palm oil as oil sources. *Heliyon*, 8(10), e11041. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11041>

El aceite de palma es ideal para ser usado como insumo en grasas para repostería y dulcería debido a su alto contenido de ácido láurico y su punto de fusión preciso. Así mismo se utiliza en la producción de diferentes productos para potenciar las propiedades físico-químicas y mejorar las cualidades sensoriales, así como también en fritura industrial dado que es el más estable, pues es resistente a la oxidación, a las altas temperaturas (170 - 185 °C), posee bajas tasas de polimerización, hidrogenación y no emite olores (6,7).

Las preocupaciones sobre los ácidos grasos saturados (AGS) en el aceite de palma y sus fracciones han llevado a mezclarlos con otros aceites y grasas vegetales insaturados, por dos razones, la principal es evitar la solidificación de la estearina a temperatura ambiente y la segunda para ofrecer una opción más saludable en

términos de composición de ácidos grasos. Sin embargo, muchos estudios han venido demostrando que la oleína de palma no incrementa el colesterol en sangre, pues el ácido palmítico, ácido graso saturado, es neutral y no tiene efecto negativo sobre los niveles de colesterol plasmáticos. De hecho, los aceites vegetales no contienen colesterol, este es producto del metabolismo animal, solo un tercio del colesterol lo puede aportar la dieta y los dos tercios restantes lo produce el cuerpo por sí mismo (6,7).

**El aceite de palma** naturalmente posee una fracción sólida y una fracción líquida, así como una **excelente estabilidad oxidativa y un alto valor nutricional**, así pues, alrededor del 80 % del aceite de palma refinado y fraccionado se utiliza en la industria alimentaria.

(6) Sulaiman, N. S., Sintang, M. D., Mantihal, S., Zaini, H. M., Munsu, E., Mamat, H., Kanagaratnam, S., Jahurul, M. H. A., & Pindi, W. (2022). Balancing functional and health benefits of food products formulated with palm oil as oil sources. *Heliyon*, 8(10), e11041. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11041>

(7) Absalome, M. A., Massara, C.-C., Alexandre, A. A., Gervais, K., Chantal, G. G.-A., Ferdinand, D., Rhedoor, A. J., Coulibaly, I., George, T. G., Brigitte, T., Marion, M., & Jean-Paul, C. (2020). Biochemical properties, nutritional values, health benefits and sustainability of palm oil. *Biochimie*, 178, 81-95. <https://doi.org/10.1016/j.biochi.2020.09.019>

