Olio di Palma: Belgio, il Consiglio superiore di sanità chiede di limitarne il consumo

Data: Invalid Date | Autore: Redazione



LECCE, 16 SETTEMBRE 2013- Arriva la conferma ufficiale, almeno dal Belgio, che l’olio di palma, utilizzato abbondantemente in tanti prodotti alimentari anche camuffato sotto l’innocuo nome di "olio vegetale", fa male alla salute.
Come con altri oli non raccomandati, ma meno utilizzati, i suoi grassi saturi possono causare malattie, tra cui l’aterosclerosi. Il parere scientifico rilasciato dal Consiglio Superiore di Sanità (CSS) raccomanda pertanto di limitare il consumo di olio di palma all'8% dell'apporto energetico giornaliero.

In un avviso emesso lunedì scorso, che non ha sinora avuto alcun rilievo negli altri Paesi UE, il Consiglio superiore di sanità (CSS) ha, infatti, raccomandato di limitare il consumo di alimenti che contengono olio di palma. Questo olio, presente in notevole quantità in alimenti come dolci e torte, pasti, dolci ed altro, contiene infatti oltre il 40% di grassi acidi saturi cosiddetto "aterogeno" (che possono indurre l'aterosclerosi), che hanno effetti negativi sulla salute, compreso l'aumento del rischio di incidenti cardiovascolari.
Pertanto, la massima autorità sanitaria del Belgio, consiglia di limitare l'assunzione di tali acidi grassi al massimo all’8% dell'assunzione totale di energia quotidiana.

L’olio di Palma, che costa molto meno di altri tipi di oli vegetali, è una fonte importante di grassi nel

mondo e, come detto, è utilizzato in molti alimenti e preparazioni (pasticcini e torte, paste, dolci, pizze, torte salate e torte salate, panini, biscotti dolci e bar, o margarine).
Il riferimento a questo tipo di olio è spesso nascosto in etichetta sotto la dicitura 'olio vegetale' ha riferito il professor Yvon Carpentier, docente di nutrizione e biochimica patologica presso l'Università di Bruxelles (ULB).

Per completezza, il CSS belga, ha raccomandato, inoltre, che i consumatori riducano il consumo del grasso di latte come quello contenuto in burro e panna, per la presenza importante di acidi grassi saturi aterogeni e hanno consigliato, pertanto, alimenti ricchi di olio d'oliva e altri oli vegetali (mais, girasole, soia, colza e lino).

Alla luce di tale autorevole giudizio e delle conseguenti raccomandazioni, Giovanni D'Agata, presidente e fondatore dello "Sportello dei Diritti" si chiede cosa faranno le autorità sanitarie italiane anche perché siamo nel Paese del buon olio d'oliva che costituisce un elemento portante della dieta mediterranea, ma che troppo spesso, è stato sostituito senza alcuna remora dall'industria alimentare con oli certamente meno costosi, ma dannosi per la salute, come quello di palma.

Come sovente avviene in questi casi, non resta che al consumatore autoregolarsi e individuare tutti quei prodotti che non contengano queste sostanze pericolose, o in cui siano almeno utilizzati in minima parte.
È da sottolineare che in tal senso, da dicembre 2014, un cambiamento nella legislazione europea obbligherà tuttavia l'industria alimentare ad indicare l'origine dell'olio per garantire una maggiore consapevolezza da parte dei cittadini. [MORE]

(Notizia segnalata da Giovanni D'Agata)

Notizia approvata, redatta e pubblicata da Elisa Signoretti

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/olio-di-palma-belgio-il-consiglio-superiore-di-sanita-chiede-di-limitarne-il-consumo/49464