



ALIMENTAZIONE

OLIO DI PALMA

basso costo a...costi alti

di Alessandro Fornaro, giornalista e farmacista

Semisolido a temperatura ambiente, conferisce fragranza e conservabilità alle preparazioni alimentari.

Per questo motivo è largamente utilizzato dall'industria del settore.

Ma in molti ne segnalano la pericolosità.

Sapevi che non lo sanno?

Tante donne rimangono sorprese da quanto possa essere difficile rimanere incinta. Ma tu sai come aiutarle.



Il test di ovulazione Clearblue Digital con doppio indicatore ormonale è l'unico test che rileva non solo l'ormone luteinizzante (LH) ma anche l'estrogeno per identificare 4 o più giorni fertili¹.

Motivi per raccomandare Clearblue:

- Il Picco di fertilità è determinato da un picco di LH. Appena prima, il livello di estrogeno aumenta e questo determina i giorni di Fertilità elevata.
- Identificare il Picco di fertilità e i giorni di Fertilità elevata significa avere maggiori possibilità di concepimento rispetto ai test che rilevano solo l'LH.
- È l'unico test in grado di rilevare il Picco di fertilità e i giorni di Fertilità elevata mentre accadono realmente, a differenza delle semplici stime ottenute dai metodi basati sul calendario e dalle app.
- Accuratezza superiore al 99% nel rilevare il picco di LH.
- Investimenti pubblicitari significativi da gennaio 2014.



Clearblue[®]
www.clearblue.com

Clearblue Digital test di Ovulazione con Doppio Indicatore Ormonale è un dispositivo medico DIV CE. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Per ulteriori informazioni, comprese le istruzioni per l'uso, consultare il sito web di Clearblue. ¹Da una ricerca su 87 donne, nell'80% dei cicli sono stati identificati 4 o più giorni fertili usando la lunghezza attuale del ciclo. ²Da una ricerca su 101 donne del Regno Unito, confrontando un metodo semplice di calendario con la probabilità di effettuare il test durante un giorno di picco della fertilità (2011). Clearblue è un marchio registrato di SPD Swiss Precision Diagnostics GmbH. © 2014 SPD. Tutti i diritti sono riservati. FY1516H-0106.1.IT

Nel mese di apertura dell'Expo, continuiamo ad occuparci di alimentazione, analizzando una questione che racchiude in sé temi fondamentali per la salute

Dal punto di vista nutrizionale, viene spesso paragonato al burro. Forse, per quel 50% di grassi saturi che accomuna i due alimenti e conferisce loro una certa solidità a temperatura ambiente. Questa caratteristica rende l'olio di palma una vera e propria risorsa per l'industria alimentare, che ne apprezza anche la stabilità nel tempo e il fatto che sia in grado di aumentare la morbidezza e la lavorabilità dei prodotti. Inoltre, è privo di gusto e ha un costo inferiore rispetto a ogni altro ingrediente con caratteristiche simili. Dopo anni di massiccio e silenzioso utilizzo di questo olio vegetale, all'improvviso, il concatenarsi di una serie di eventi ha posto sotto i riflettori mediatici l'olio di palma, andando a ingrossare le fila degli "ingredienti canaglia". Proprio come accade per il glutine, di cui ci siamo occupati nello scorso numero di Nuovo Collegamento, oggi c'è già chi commercializza prodotti con la scritta "palm-oil free". In ordine di tempo, i primi a contestare questo ingrediente sono stati gli ambientalisti. La trasformazione su larga scala di foreste tropicali in palmeti agricoli ha determinato enormi costi in termini ambientali nel sud est asiatico. Negli ultimi tempi, la pratica si è estesa all'America latina e all'Africa occidentale. Tale deforestazione, argomentano gli ambientalisti,

non solo modifica l'ecosistema e distrugge il territorio, ma rischia di provocare l'estinzione di numerose specie animali, tra le quali la tigre delle foreste malesiane. Tuttavia, le battaglie ambientaliste interessano fino ad un certo punto l'opinione pubblica. Il vero impatto mediatico è arrivato quando si è iniziato a parlare dei possibili danni alla salute dei consumatori che, inconsapevoli, assumono quantità "industriali" di questo olio. Fino allo scorso dicembre, ovvero prima dell'applicazione di una normativa europea del 2011, in Italia, le etichette non prevedevano l'indicazione della tipologia degli oli vegetali utilizzati e, dietro la dicitura generica "grassi vegetali", nella quasi totalità dei casi si nascondeva l'onnipresente olio di palma. E' quindi solo da qualche mese che i consumatori hanno iniziato a poter leggere le etichette e a comprendere che l'olio di palma è pressoché ovunque. Dati i bassi costi di produzione e la sua alta resa industriale, il suo utilizzo è tuttora in fase di crescita: nel corso del 2014, il suo già elevato giro d'affari è cresciuto di un ulteriore 19%. E' così che le differenti problematiche relative all'olio di palma hanno iniziato ad intrecciarsi tra loro: interessi economici legati alla sua produzione; deforestamento; estinzione di specie animali rare; pratiche agricole non controllate (in molti dei paesi produttori si usa ancora il DDT); attenzione crescente dei cittadini per un'alimentazione sana. La miscela di questi elementi ha scatenato la macchina mediatica. Anche la Coldiretti è intervenuta, denunciando "l'invasione di un prodotto preoccupante dal punto di vista nutrizionale e ambientale proprio nella patria dell'olio extravergine". A rendere la questione ancora più attuale e complicata, uno studio pubblicato lo scorso mese dall'Università di Bari in collaborazione con quelle di Padova e Pisa ha valutato gli effetti dell'acido grasso monoinsaturo



Venite a trovarci
a FARMACISTA PIÙ
8/10 Maggio 2015

MILANO FIERA MILANO CITY

Stand C28-B33

Padiglione 4

TEVA

**N.1 IN ITALIA
E NEL MONDO
NEI FARMACI
EQUIVALENTI**



FarmacistaPiù
il futuro della Professione



Gli oli vegetali non sono tutti uguali tra loro e non sono benefici a prescindere.

presente nell'olio di palma sull'espressione di una proteina killer a livello di cellule delle isole pancreatiche umane e del topo. Gli autori hanno evidenziato che l'esposizione al palmitato provoca un aumento di una proteina denominata p66Shc. Questa induce un incremento della morte cellulare e quindi una ridotta produzione di insulina che conduce, inevitabilmente, al diabete. Ora, però, occorre fare un poco di chiarezza. L'olio di palma, prima della pubblicazione dei dati di questo studio italiano, era al centro delle polemiche non tanto per i rischi legati al diabete, bensì per quelli cardiovascolari, determinati dalle sue componenti lipidiche sature e monoinsature. L'olio di palma è infatti ricco di grassi saturi e, come tale, ha un'azione aterogena. Questa cosa la si sa da tempo, ma si è fatto a lungo credere che i grassi vegetali fossero sempre benefici o facessero, comunque, meno male di quelli animali. Ciò è in larga parte vero, ma acidi saturi come laurico, miristico, palmitico e stearico non sono presenti soltanto in prodotti come la carne, lo strutto, il latte e i derivati: si nascondono anche in molti oli vegetali come quello di colza, di palma e di girasole. In questo senso, la dichiarazione della Coldiretti, evidenziando la contraddizione di un paese ricco di olio di oliva, i cui cittadini assumono grandi quantità

di olio di palma, pone l'attenzione su una questione cruciale: gli oli vegetali non sono tutti uguali tra loro e non sono benefici a prescindere. Ecco allora che questa vicenda porta sotto gli occhi di tutti il fatto che esistono oli vegetali più dannosi di altri, aprendo le porte ad una nuova consapevolezza, ma anche a un nuovo mercato: quello di prodotti preparati non solo biologicamente, ma anche utilizzando costosi oli nobili. Essendo maliziosi, si potrebbe anche pensare che, dietro al caso olio di palma, si muova una campagna di marketing ben orchestrata da qualche multinazionale per lanciare una nuova linea palm-oil free o magari una nuova moda alimentare. Staremo a vedere. Sta di fatto che, fino ad oggi, il cittadino faceva attenzione a quale olio utilizzare unicamente al momento di condire l'insalata e friggere le patatine. Da domani, faremo attenzione anche agli oli impiegati per preparare merendine, creme



Disboscamento e palme da olio distruggono le foreste natali della tribù dei Penan

I Penan del Sarawak, la parte malese del Borneo, stanno lottando per salvare dalla distruzione quel che resta delle loro foreste e del loro stile di vita. Le loro foreste vengono rase al suolo da tagliatori di legname, piantagioni di palma da olio e dighe idroelettriche che li derubano dei loro mezzi di sostentamento.

Per saperne di più:

<http://www.survival.it/popoli/penan/minacce>



MATERIE PRIME
E CONSULENZA
PER IL TUO
LABORATORIO GALENICO



ACEF SpA
via Umbria 8/14 - 29017 Fiorenzuola d'Arda (PC)
Tel. 0523.241911 - Fax 0523.241929
www.acef.it



Fabbrica di olio di palma, Sumatra Indonesia

ALIMENTAZIONE

olio di palma

La diffusione indiscriminata dell'utilizzo di olio di palma ci pone con forza di forte alla forte contraddizione alimentare che stiamo vivendo

spalmabili e biscotti. Naturalmente, trovandoci sempre più spesso di fronte ad un interrogativo quasi shakespeariano: salute o portafoglio? La diffusione indiscriminata dell'utilizzo di olio di palma ci pone con forza di forte alla forte contraddizione alimentare che stiamo vivendo. Da un lato, aumenta l'attenzione del pubblico ad una alimentazione sana; dall'altro lato, le multinazionali del cibo non rinunciano ad ingredienti dannosi ma convenienti in termini di costi e di fragranza del prodotto. La sollevazione mediatica e popolare che si profila per il caso olio di palma, che sia o meno pilotata da interessi economici, rappresenta forse lo spartiacque tra oggi e il futuro, tra un'alimentazione popolare ed una d'élite. Non si spende più per comprare tanta merce o merce di marca: si spende per comprare alimenti sani. A prima vista, questo ragionamento può apparire eccessivo. Tuttavia, se ci pensiamo bene, i casi sono due: o si prende atto che alimenti come l'olio di palma sono potenzialmente dannosi e ne si limita o vieta l'utilizzo; oppure si andrà, per forza di cose, verso la produzione di alimenti a basso costo e dubbia salubrità, da contrapporre ad alimenti costosi ma più salutari. Alcuni paesi hanno colto questo pericolo. I paesi "illuminati" sono Messico e India, che stanno adottando politiche mirate a contenere il fenomeno olio di palma, come una tassazione aumentata per la sua produzione. Forse, questi paesi sono consapevoli di non essere il target di riferimento per l'industria alimentare d'élite. O forse, sono preoccupati, oltre che per la salute della popolazione, anche per uno sfruttamento indiscriminato delle proprie foreste. Non c'è che dire: questa vicenda sembra rappresentare la sceneggiatura migliore per un romanzo salgariano, con Sandokan, l'amico delle tigri, che difende il popolo oppresso dagli interessi cinici delle multinazionali britanniche. Pardon, occidentali.



Olio di palma: cuore rosso e anima bianca

E' un olio vegetale ricavato dalla polpa dei frutti di palma. A temperatura ambiente presenta una consistenza solida e una colorazione rossa, dovuta all'alto contenuto di carotenoidi. Prima di essere utilizzato dall'industria alimentare, viene però sbiancato e raffinato perdendo i micronutrienti, come la vitamina E, i fitosteroli e i composti fenolici. L'olio di palma non deve essere confuso con l'olio di palmisto, che deriva invece dai semi del frutto.



Acidità e reflusso?

Spegni il bruciore ma non lo stomaco

Bianacid^{neo}

Protegge la mucosa contrastando il bruciore

In un unico prodotto la soluzione per il trattamento di reflusso, gastrite e difficoltà di digestione

Con poliprotect®



Anche in gravidanza e allattamento



COMPRESSE MASTICABILI



BUSTINE GRANULARI MONODOSE

- grande campagna TV 2015
- nuova operazione con tanti strumenti per il tuo punto vendita
- attività di informazione medica



INNOVAZIONE PER LA SALUTE

SONO DISPOSITIVI MEDICI  0373

Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso.

IN FARMACIA, PARAFARMACIA ED ERBORISTERIA

PER SCOPRIRE TUTTE LE NOVITÀ E I DETTAGLI CONTATTA L'AGENTE DI ZONA O L'UFFICIO COMMERCIALE (frontoffice@aboca.it - 0575 746 316)

www.aboca.com