

Una recerca de l'IMIM clau per l'aprovació d'una al·legació en salut de l'Autoritat Europea de Seguretat Alimentària (EFSA)

- Els estudis del grup de recerca en risc cardiovascular i nutrició de l'IMIM han estat claus per establir l'efecte protector dels polifenols de l'oli d'oliva verge.
- Només un 20% de les al·legacions de salut presentades són aprovades per l'EFSA
- És una important fita de translació entre la recerca i l'empresa.

Barcelona, a 26 de maig de 2011. - A petició de la Comissió Europea, l'Autoritat Europea de Seguretat Alimentària (EFSA) ha realitzat un dictamen científic –anomenat al·legació de salut– sobre un producte alimentari, en aquest cas, sobre les propietats saludables de l'oli d'oliva. La declaració "el consum d'oli d'oliva ric en polifenols (hidroxitirosol, 5 mg/dia) contribueix a la protecció del dany oxidatiu dels lípids en sang", ha estat possible gràcies a l'aportació del grup de recerca en risc cardiovascular i nutrició de l'IMIM (Institut de Recerca Hospital del Mar). **L'aprovació d'aquesta al·legació permetrà que el missatge sobre l'efecte protector de l'oli d'oliva verge sigui inclòs a les etiquetes del producte, conjuntament amb la recomanació de consum diari per tal que la protecció sigui efectiva.**

L'EFSA és l'organisme de la UE responsable de l'avaluació dels riscos alimentaris. En estreta col·laboració amb les autoritats nacionals i en consulta oberta amb les parts interessades, proporciona assessorament científic independent i comunicació clara sobre els riscos existents i emergents. Així mateix, l'EFSA és l'organisme europeu competent per a realitzar declaracions sobre les propietats saludables de determinats aliments. Una declaració de propietats saludables es defineix com qualsevol reclam que afirmi, suggereixi o impliqui que existeix una relació entre una categoria d'aliments, un aliment o un dels seus constituents i la salut. **Des del 2002, any de la seva creació, l'EFSA només ha validat un 20% de les al·legacions de salut sol·licitades, la major part referides a principis actius i no a aliments.** En aquesta ocasió s'han aprovat també la relació entre les nous i la millora de la funció dels vasos sanguinis i l'efecte de la cafeïna en l'estat d'alerta i la resistència física.

Per a validar l'al·legació realitzada a petició d'una o varies empreses, l'EFSA contacta amb els investigadors d'excel·lència en l'àmbit i examinen tots els estudis científics existents sobre el tema. En base a les dades presentades per aquesta al·legació en concret, l'EFSA ha conclòs que **hi ha una relació de causa-efecte entre el consum de polifenols de l'oli d'oliva i la protecció de les partícules de LDL del dany oxidatiu.** El colesterol alt és perillós, però el major perill és quan el colesterol s'oxida, perquè llavors pot fàcilment promoure l'aterosclerosi (acumulació de dipòsits de greix a les parets arterials).

“Fa dotze anys que el nostre grup està estudiant els efectes de l’oli d’oliva verge en la salut i hem demostrat que el consum d’oli d’oliva augmenta els nivells de lipoproteïna d’alta densitat (HDL), el colesterol bo, i que això és directament proporcional al contingut de polifenols que conté”. afirma la Dra. M^a Isabel Covas, coordinadora del grup de recerca en risc cardiovascular i nutrició de l’IMIM. ***“També, i en col·laboració amb el grup de recerca Clínica en Farmacologia Humana i Neurociències de l’IMIM, hem constatat la implicació dels polifenols de l’oli d’oliva en la disminució de l’oxidació lipídica, un dels principals factors de risc de malaltia cardiovascular”*** afegeix la investigadora.

La quantitat d’oli d’oliva verge que s’ha de consumir diàriament dependrà de la quantitat de polifenols que contingui cada oli, que pot variar d’un oli d’oliva verge a un altre, però en general és recomanable consumir entre 25 ml i 40 ml diaris -dues o tres cullerades soperes- quantitats que poden ser fàcilment consumides en el context d’una dieta equilibrada.

Així mateix, remarcar que la investigadora M^a Isabel Covas ha estat recentment guardonada amb el ***“I Premi Olis Catalans a l’/a la investigador/a, professional o dirigent que ha destacat en la seva tasca de difusió de l’oli d’oliva verge extra amb Denominació d’Origen Protegida”*** que atorguen els productors de les cinc denominacions d’origen protegides d’oli d’oliva de Catalunya. La Dra. Covas ha rebut també el Premi AEMO (*Asociación Española de Municipios del Olivo*) l’any 2009 i el mateix any el premi Carles Martí Heinneberg concedit per l’Institut Danone a la seva trajectòria de recerca en nutrició.

Per a més informació

Servei de Comunicació de l’IMIM:

Rosa Manaut, Telf: 618509885 o Marta Calsina Telf: 933160680 / 638720000