



¿Qué tiene que ver el colesterol con la deforestación???

El aceite de palma, un ingrediente escondido e indeseable

Hoy desayuno croissant y café con leche. El mercado mundial del café, ya lo sé, es un juego injusto. Lo que no sabía es que el croissant está hecho con aceite de palma, un recurso natural tropical que se comercializa del mismo modo, devora bosques y además me hace subir el colesterol.

¿Sabes qué? Me haré una tostada con mermelada.

El aceite de palma es un aceite vegetal que se obtiene del fruto de la palmera *Elaeis guineensis*. El 90% del aceite de palma que se produce se destina a la industria alimentaria, que lo usa para elaborar, desde bollería y galletas, hasta margarinas y salsas, pasando por aperitivos fritos, helados o comida precocinada (en un estudio sobre 50 productos en el mercado español, casi tres de cada cuatro lo llevaban). El 10% restante se usa para hacer piensos y en las industrias química, farmacéutica, del metal y del cuero. Es el segundo aceite más usado en el mundo —tras el de soja—, cada vez se utiliza más (ver las gráficas), y aun así no es habitual saber que existe, menos aún que está asociado con varias problemáticas.

El aceite de palma es atractivo para la industria alimentaria porque tiene algunas ventajas técnicas y es **muy barato**: las palmeras son el cultivo oleaginoso que da más aceite por hectárea y las plantaciones, que tienen que estar en países tropicales, pagan poco por el uso de la tierra y por la mano de obra. Malasia e Indonesia cultivan el 84% de la producción mundial. Otros grandes productores son Nigeria, Tailandia o Colombia.

¿QUÉ TIENE DE MALO, EL ACEITE DE PALMA?

Deforestación Casi la mitad de las plantaciones de palmeras del Sureste asiático se han ubicado en áreas previamente ocupadas por bosques tropicales.⁴ Según varios

¹ Malaysian Palm Oil Promotion Council

² *Gasas industriales*, Revista OCU-Salud n. 48, junio del 2003.

³ Oil World Annual 2003.

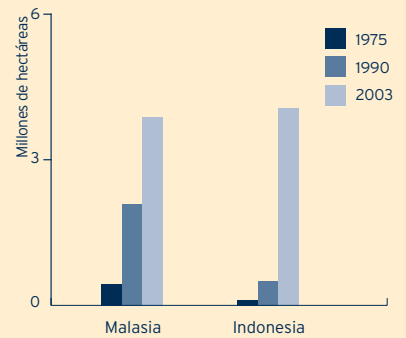
⁴ Un 48%, según cifras de la industria citadas en el estudio *Greasy Palms. Palm oil, the environment and big business* de Friends of the Earth, marzo del 2004.

PARA MÁS INFORMACIÓN:

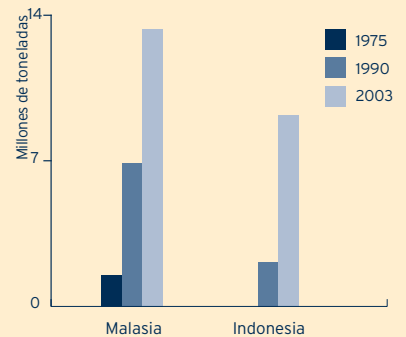
The Ethical Consumer n. 89, julio-agosto 2004
 Friends of the Earth: www.foe.org.uk/pubsinfo/pubscat/reports.html

ACEITE DE PALMA: CRECIMIENTO ESPECTACULAR EN 25 AÑOS

SUPERFICIE DE PLANTACIONES



PRODUCCIÓN



Fuentes: Departamento de Estadística de Malasia, Malaysian Palm Oil Board, Oil World Annual 2000 y 2003, Oficina de Estadística de Indonesia.

El aceite de palma se usa cada vez más porque es más barato que otros aceites y tiene algunas ventajas técnicas. Se estima que el área plantada en Indonesia se doblará en los próximos 20 años.



estudios del gobierno malasio y de la ONU, hasta un 87% de la pérdida de selva entre 1985 y 2000 se puede atribuir a plantaciones de palmeras. También se cree que el uso de fuego para preparar la tierra antes de plantar palmeras ha contribuido a los grandes incendios forestales de la zona a finales de los 90.⁵

Impactos sobre las formas de vida locales En Indonesia, unos 40 millones de habitantes (más o menos la población española) forman comunidades indígenas que viven en los bosques y su economía está totalmente integrada en ellos. Raramente tienen títulos de propiedad sobre sus tierras, y la ley indonesia no reconoce que habiéndolas habitado toda la vida signifique tener un derecho sobre ellas. Por esto se conceden permisos para convertirlas en plantaciones sin tener en cuenta la gente que vive allí (como es habitual, el gobierno valora por encima de todo la obtención de ingresos monetarios). Se estima que las plantaciones de palmeras originan un tercio de los conflictos sociales relacionados con los derechos sobre la tierra en Indonesia.

Cuando se establece una plantación, estas personas suelen pasar a trabajar en ella. El hecho de recibir un salario estable y de adoptar una forma de vida que tiende hacia el modelo mayoritario en Occidente es considerado por algunos como una mejora. Otras consecuencias del cambio se pueden ver como inconvenientes, como que las comunidades pierden su hábitat tradicional, que el fin de su actividad deja de ser el bienestar propio y pasa a ser la satisfacción de la demanda mundial de aceite de palma, que los trabajadores no tienen voz ni voto en el precio que se saca del fruto de su trabajo —el aceite de palma se comercializa a través de bolsas mundiales de bienes, igual que el café o el trigo— o que la mayor parte

de los beneficios económicos van a parar a los diferentes agentes de la cadena de comercialización. Las fluctuaciones en el precio responden más a estrategias para obtener beneficios financieros especulativos que a circunstancias reales como las necesidades salariales de la mano de obra, el valor de la tierra o los costes derivados de los perjuicios medioambientales.

El actual crecimiento en el consumo de aceite de palma, está pues originando las mismas situaciones de desigualdad y degradación ambiental que se dan desde hace años en el caso de otros recursos naturales como el café o el cacao, y que han dado pie a la aparición de otras formas de comercialización como el comercio justo.

Salud La mayoría de los aceites de origen animal (todos excepto los del pescado azul) contienen grasas saturadas. Comer muchas grasas saturadas puede derivar en un exce-

so de colesterol, obesidad o variadas enfermedades cardiovasculares. Los aceites vegetales son apreciados porque las grasas que contienen son insaturadas y no causan estos problemas, y además contribuyen a reducir el nivel de colesterol malo del cuerpo.

Sólo hay dos aceites vegetales que contienen grasas saturadas: el de coco y el de palma, que pueden causar los mismos problemas que los aceites animales. Según la Organización Mundial de la Salud, el ácido palmítico (presente en el aceite de palma y también en lácticos y carne) es el que más hace elevar el colesterol malo.⁶

¿QUÉ TIENE DE BUENO?

Con el aceite de palma se puede producir **biodiésel**. Se obtienen sustancias que se pueden usar como **sustitutos para derivados del petróleo** para hacer jabón, detergentes, cosméticos, champús, pinturas, lubricantes, etc.

A diferencia del petróleo, el aceite de palma es un recurso renovable y biodegradable, y los impactos ambientales y sociales asociados por el momento son menos graves. Los últimos años se está empezando a desarrollar la industria oleoquímica como alternativa a la petroquímica, y de hecho hoy Malasia e Indonesia están entre los principales proveedores mundiales de productos oleoquímicos. ■

⁶ OMS: *Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases*, 2003.

¿Y YO QUÉ PUEDO HACER?

Muchos de los alimentos procesados que quizás **comemos habitualmente**

- Contienen un ingrediente del cual ni siquiera conocíamos la existencia.
- Este ingrediente nos puede traer problemas de salud si comemos mucho.
- Viene del otro lado del mundo, cuando en nuestra región hay otros aceites muy saludables.
- Producirlo contribuye a la deforestación de nuestro planeta y a generar conflictos sociales entre personas que no tendrían porque tener nada que ver con nuestro desayuno o nuestro aperitivo.

Para no participar en esta situación **absurda**, no consumamos aceite de palma:

- **Reduzcamos** el consumo de alimentos procesados.
- Busquemos comida de la que podamos **conocer** los ingredientes, su origen y la forma de elaboración. Por ejemplo, hornos de pan que nos ofrezcan garantías sobre quién y cómo hace la bollería.
- **Descartemos** los restaurantes y churrerías que fríen con aceite de palma.
- Busquemos el tipo de aceite en las **etiquetas**. Según la ley de etiquetado, el fabricante puede optar por poner el tipo de aceite o indicar sólo si es vegetal o animal. En general, cuando se especifica el aceite concreto no es de palma ni de coco, de forma que la inscripción "aceites/grasas vegetales" suele esconder la presencia de aceite de palma. **¡Cuidado!** Los aceites *hidrogenados* tienen los mismos problemas para la salud que las grasas animales, aunque sean de oliva, girasol, soja, etc.

⁵ Roundtable on Sustainable Palm Oil