

## Una investigación del IMIM clave para la aprobación de una alegación en salud de la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA)

- Los estudios del grupo de investigación en riesgo cardiovascular y nutrición del IMIM han sido claves para establecer el efecto protector de los polifenoles del aceite de oliva virgen.
- Sólo un 20% de las alegaciones de salud presentadas son aprobadas por la EFSA
- Es un importante hito de traslación entre la investigación y la empresa.

**Barcelona, a 24 de mayo de 2011.**- A petición de la Comisión Europea, la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) ha realizado un dictamen científico-llamado alegación de salud-sobre un producto alimenticio, en este caso, sobre las propiedades saludables del aceite de oliva . La declaración "**el consumo de aceite de oliva rico en polifenoles (hidroxitirosol, 5 mg / día) contribuye a la protección del daño oxidativo de los lípidos en sangre**", ha sido posible gracias a la aportación del grupo de investigación en riesgo cardiovascular y nutrición del IMIM (Instituto de Investigación Hospital del Mar). **La aprobación de esta alegación permitirá que el mensaje sobre el efecto protector del aceite de oliva virgen sea incluido en las etiquetas del producto, conjuntamente con la recomendación de consumo diario para que la protección sea efectiva.**

La EFSA es el organismo de la UE responsable de la evaluación de los riesgos alimentarios. En estrecha colaboración con las autoridades nacionales y en consulta abierta con las partes interesadas, proporciona asesoramiento científico independiente y comunicación clara sobre los riesgos existentes y emergentes. Asimismo, la EFSA es el organismo europeo competente para realizar declaraciones sobre las propiedades saludables de determinados alimentos. Una declaración de propiedades saludables se define como cualquier reclamo que afirme, sugiera o implique que existe una relación entre una categoría de alimentos, un alimento o uno de sus constituyentes y la salud. **Desde 2002, año de su creación, la EFSA sólo ha validado un 20% de las alegaciones de salud solicitadas, la mayor parte referidas a principios activos y no a alimentos.** En esta ocasión se han aprobado también la relación entre las nueces y la mejora de la función de los vasos sanguíneos y el efecto de la cafeína en el estado de alerta y la resistencia física.

Para validar la alegación realizada a petición de una o varias empresas, la EFSA contacta con los investigadores de excelencia en el ámbito y examinan todos los estudios científicos existentes sobre el tema. En base a los datos presentados por esta alegación en concreto, la EFSA ha concluido que **existe una relación de causa-efecto entre el consumo de polifenoles del aceite de oliva y la protección de las partículas de LDL del daño oxidativo**. El colesterol alto es peligroso, pero el mayor peligro es cuando el colesterol se oxida, porque entonces puede fácilmente promover la aterosclerosis (acumulación de depósitos de grasa en las paredes arteriales).

***"Hace doce años que nuestro grupo está estudiando los efectos del aceite de oliva virgen en la salud y hemos demostrado que el consumo de aceite de oliva aumenta los niveles de lipoproteína de alta densidad (HDL), el colesterol bueno, y que esto es directamente proporcional al contenido de polifenoles que contiene "* afirma la Dra. M<sup>a</sup> Isabel Covas, coordinadora del grupo de investigación en riesgo cardiovascular y nutrición del IMIM.**

***"También, y en colaboración con el grupo de investigación Clínica en Farmacología Humana y Neurociencias del IMIM, hemos constatado la implicación de los polifenoles del aceite de oliva en la disminución de la oxidación lipídica, uno de los principales factores de riesgo de la enfermedad cardiovascular"* añade la investigadora.**

La cantidad de aceite de oliva virgen que se debe consumir diariamente dependerá de la cantidad de polifenoles que contenga cada aceite, que puede variar de un aceite de oliva virgen a otro, pero en general es recomendable consumir entre 25 ml y 40 ml diarios y dos o tres cucharadas soperas-cantidades que pueden ser fácilmente consumidas en el contexto de una dieta equilibrada.

Asimismo, remarcar que la investigadora M<sup>a</sup> Isabel Covas ha sido recientemente galardonada con el *"I Premio Aceites Catalanes al / a la investigador / a, profesional o dirigente que ha destacado en su labor de difusión del aceite de oliva virgen extra con Denominación de Origen Protegida "* que otorgan los productores de las cinco denominaciones de origen protegidas de aceite de oliva de Cataluña. La Dra. Covas ha recibido también el Premio AEMO (Asociación Española de Municipios del Olivo) en 2009 y el mismo año el premio Carles Martí Heinneberg concedido por el Instituto Danone en su trayectoria de investigación en nutrición

---

#### **Paramás información**

Servicio de Comunicación del IMIM:

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