

# Los investigadores de aceite de oliva piden más apoyo económico

Valoran el trabajo hecho hasta ahora, pero consideran que se necesita más esfuerzo para que sea efectivo. El II Congreso sobre Aceite de Oliva y Salud llegó ayer a su fin tras tres días de un alto nivel científico. Es importante que se consuma aceite de oliva desde la infancia y que prolongue durante toda la vida.

23.11.08 -  
MÓNICA LOPERA

Al menos en España y en otros países de la cuenca mediterránea, donde su consumo es abundante y cada vez resulta más raro sustituirlo por otro tipo de grasas. Tiene efectos positivos contra las enfermedades cardiovasculares, parece claro que es un claro combatiente del cáncer y de las enfermedades neurodegenerativas y los expertos piden a voz en grito que se incluya como un elemento indispensable de la dieta mediterránea.

Es sobre todos estos aspectos que se ha estado debatiendo en profundidad durante los últimos tres días. Primero en Córdoba y después en Jaén, ciudades que han acogido la celebración del II Congreso Internacional sobre Aceite de Oliva y Salud (CIAS 2008), un encuentro en el que se han dado cita los más prestigiosos investigadores a nivel internacional sobre aceite de oliva y sus más que evidentes cualidades para combatir diversas enfermedades.

Pero parece que el esfuerzo sigue siendo escaso, quizás porque las investigaciones son caras y hasta el momento no se ha puesto sobre la mesa todo el dinero necesario para dar pasos realmente efectivos. Fue la principal conclusión que se pudo extraer ayer tras la lectura de la II Declaración de Jaén-Córdoba sobre Aceite de Oliva y Salud. Los expertos coinciden en que «a pesar de los significativos avances producidos en los últimos años, se requieren más investigaciones para conocer los mecanismos específicos implicados en dichos efectos, así como la contribución de los distintos componentes del aceite de oliva virgen en sus beneficios».

Quizás por eso algunos de los políticos presentes en la clausura del congreso, como por ejemplo el presidente de la Diputación de Jaén, Felipe López, prometió todo su «apoyo y esfuerzo para que la investigación siga avanzando porque, a la vista de lo que hemos escuchado aquí, es el presente y el futuro del aceite de oliva y estoy seguro de que vale la pena dedicar tiempo y dinero a vincular el consumo de aceite de oliva a una mejor salud».

Tras los tres días de celebración del congreso, se ha llegado a la conclusión de que en los países desarrollados existe una preocupación importante por el envejecimiento de la población, debido a patologías como la arteriosclerosis, el parkinson, el alzheimer, la demencia vascular, el deterioro cognitivo, diabetes y cáncer. A ello se une el creciente problema de la obesidad.

Asimismo, queda claro que la investigación demuestra que consumir una dieta mediterránea se asocia a una disminución de diversas patologías relacionadas con las enfermedades cardiovasculares, incluyendo la obesidad, síndrome metabólico, diabetes mellitus tipo 2 e hipertensión arterial, además de una menor morbilidad por enfermedad cardíaca coronaria.

También esa cada vez más valorada dieta mediterránea se asocia a mejoría de los principales factores de riesgo cardiovascular y modula positivamente la función endotelial, la inflamación y el estrés oxidativo. Algunos de estos efectos se atribuyen a los componentes minoritarios del aceite de oliva virgen, por lo que en la definición de dieta mediterránea los expertos consideran que debería incluirse la presencia de este aceite. Además, estudios recientes sustentan la hipótesis de los efectos anti-inflamatorios, anti-trombóticos y vasculoprotectores de estos componentes.

Y no es baladí el hecho de que en países con poblaciones que mantienen la dieta mediterránea tradicional, y donde el aceite de oliva virgen es la principal fuente de grasa, como ocurre en España, Grecia e Italia, los datos epidemiológicos indican que la incidencia de cáncer es menor que en los países del Norte de Europa.

Del mismo modo, varios estudios observacionales sugieren que la dieta mediterránea protege del desarrollo de la enfermedad de alzheimer y del deterioro cognitivo relacionado con el envejecimiento.

Los estudios más recientes, como los que se han conocido en este congreso, también apoyan de modo consistente que la dieta mediterránea, basada en el consumo de aceite de oliva virgen, se acompaña de un envejecimiento saludable y aumenta la longevidad.

Y como el de otros alimentos saludables, el efecto protector del aceite de oliva virgen dentro del contexto de la dieta mediterránea sería más importante en las primeras décadas de la vida, lo que aconseja que su consumo se inicie en la infancia y se mantenga a lo largo de la vida.

**Ideal**