

*default watermark*



Alimentazione, fisiologo Banni: “L’olio di palma non è cattivo”

## Descrizione

(Adnkronos) Non esiste un olio cattivo o un olio buono. È importante variare molto nella dieta perché tutti gli acidi grassi e tutti i grassi hanno loro ruolo biologico e nutrizionale ben specifico. Quindi è inutile demonizzare un olio piuttosto che un altro. A dirlo è Sebastiano Banni, professore ordinario di fisiologia presso l'università di Cagliari, al seminario organizzato oggi dall'Unione italiana per l'Olio di palma sostenibile (Uiops) e dall'Associazione italiana dell'industria olearia (Assitol) nell'ambito del Sigep, il Salone internazionale dedicato a Gelato, Pastry & chocolate, coffee, bakery e pizza, a Rimini. Un incontro organizzato per presentare il Position Paper “Olio di palma sostenibile: nutrizione e sicurezza alimentare”, recentemente adottato dal Comitato Tecnico Scientifico Uiops.

C’è spesso una demonizzazione soprattutto verso l’olio di palma fa notare Banni. L’acido palmitico in esso contenuto è il più presente nel nostro corpo e il più presente nella nostra dieta, indipendentemente dall’olio di palma. Il latte umano ricorda che contiene tantissimo palmitico che svolge delle funzioni nutrizionali e biologiche fondamentali, conclude.

?

sostenibilità

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

## Categoria

1. Comunicati

## Tag

1. Ultimora

## Data di creazione

Gennaio 19, 2026

## Autore

redazione