



Hoy, en una visita al Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba

Nota de prensa

Luis Planas: Los estudios científicos avalan las bondades del aceite de oliva virgen extra

- El ministro ha visitado el Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba, cuyos estudios demuestran la eficiencia de la dieta mediterránea en la prevención de enfermedades cardiovasculares por encima de otras bajas en grasas

1 de julio de 2022. El ministro de Agricultura, Pesca y Alimentación, Luis Planas, ha destacado hoy la importancia de contar cada vez con más informes científicos que avalan los beneficios saludables del aceite de oliva virgen extra de cara a una mejor valoración de éste y a que en un futuro se pueda autorizar alguna declaración nutricional y de propiedades saludables de este producto.

El ministro ha visitado hoy las instalaciones del Instituto Maimónides de Investigación Biomédica (IMIBIC) de Córdoba, uno de los 32 institutos acreditados en España para la investigación sanitaria por el Instituto Carlos III, donde se realizan en la actualidad más de una decena de investigaciones sobre los valores del aceite de oliva. Ha destacado la colaboración interadministrativa en esta labor investigadora entre el Gobierno, la Junta de Andalucía, el Hospital Reina Sofía y las diputaciones de Córdoba y Jaén.

Planas ha reiterado la importancia de los resultados de estos estudios porque “muchas veces nos movemos por presunciones, pero el conocimiento científico es el mejor instrumento que tenemos para sacar conclusiones y marcar pautas”. Cada vez está más claro, ha dicho el ministro, de que el aceite de oliva virgen extra supone un elemento fundamental de prevención de enfermedades y accidentes cardiovasculares.

Todo este acervo de estudios científicos puede resultar muy importante de cara a la discusión europea sobre el etiquetado de productos alimenticios y la identificación de propiedades saludables, en la que España defenderá la dieta





mediterránea, reconocida Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la Organización de Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO)

Planas ha conocido en detalle los resultados de la investigación más reciente, el estudio Cordioprev, desarrollado por investigadores del IMIBIC, el Hospital Universitario Reina Sofía y la Universidad de Córdoba y publicado en la revista internacional Lancet, que pone de manifiesto que la dieta mediterránea es más eficiente en la prevención de la recurrencia de enfermedades cardiovasculares que otra dieta baja en grasas.

Tanto una dieta baja en grasa (rica en hidratos de carbono complejos) como la dieta mediterránea (rica en grasa monoinsaturada cuya fuente de grasa principal es el aceite de oliva virgen), ya habían probado ser eficaces en la prevención primaria de enfermos de alto riesgo que aún no han desarrollado enfermedad cardiovascular. La importancia de este estudio es que hasta el momento, la dieta mediterránea no había demostrado efectos beneficiosos sobre la salud en pacientes con enfermedad cardiovascular establecida, comparada con otra dieta cardiosaludable como es la dieta baja en grasa.

El estudio Cordioprev ha sido un ensayo clínico aleatorizado realizado en el Hospital Universitario Reina Sofía. En este estudio, 1.002 pacientes con enfermedad coronaria establecida de entre 20 y 76 años recibieron una intervención dietética con dieta mediterránea o de dieta baja en grasa y fueron seguidos durante siete años. El objetivo principal del estudio fue valorar la aparición de nuevos eventos cardiovasculares mayores, (o evento principal) que incluía infarto de miocardio, revascularización (bypass, cateterismos, stents), accidente cerebrovascular isquémico (ictus), enfermedad arterial periférica y muerte de origen cardiovascular (muerte súbita) evaluando su aparición en los dos tipos de dieta.

La prevención con dieta mediterránea ya ha sido tratada en otros estudios como Predimed. Esta investigación, coordinada por el doctor Ramón Estruch, se realizó sobre una muestra de 7.477 personas con alto riesgo de padecer una enfermedad cardiovascular, a las que se aplicó dieta mediterránea sin recomendación de restricción calórica ni ejercicio físico. El estudio, publicado en la revista New England Journal of Medicine, demostró que la dieta mediterránea suplementada





con aceite de oliva o frutos secos como nueces, avellanas y almendras resulta más eficaz que otras dietas bajas en grasas recomendadas para prevenir patologías cardiovasculares.

Planas ha reiterado las grandes ventajas que tiene España como primera productora mundial de aceite de oliva, más del 46 % del total, y sus enormes posibilidades de crecimiento, ya que, pese a todas estas cualidades saludables, apenas supone el 3 % del total de grasas vegetales que se consumen en el mundo. “Tenemos que conseguir aumentar estas cifras, por razones de comercialización y venta de producto, pero también de salud”, ha afirmado.

