

8. Los estudios más recientes 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. Sin embargo, 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 a sus beneficios.

### **La FDA (USA) autoriza la Declaración sobre las Propiedades Saludables para Disminuir el Riesgo de Cardiopatías Coronarias**



La FDA, el Organismo para el Control de los Alimentos y Medicamentos de los EE.UU., ha anunciado hoy (1 de Noviembre de 2004) la declaración de las propiedades saludables del aceite de oliva gracias a su contenido en grasa monoinsaturada y su consiguiente riesgo reducido de desarrollar cardiopatías coronarias.

Una declaración sobre las propiedades saludables de un alimento tradicional debe basarse en una evidencia científica que le aporte credibilidad. A través de una evaluación sistemática de los datos científicos disponibles, como se describe en la investigación de la FDA que responde al título de "Interim Procedures for Qualified Health Claims in the Labeling of Conventional Human Food and Human Dietary Supplements", la FDA anuncia la posibilidad de utilizar esta declaración en las etiquetas de alimentos, del aceite de oliva y en las de otros productos que contienen aceite de oliva.

*"La evidencia científica, limitada pero no concluyente, sugiere que ingerir dos cucharadas (23 gramos) de aceite de oliva al día puede ayudar a reducir el riesgo de padecer cardiopatías coronarias gracias a la grasa monoinsaturada presente en el aceite de oliva. Para beneficiarse de estas posibles ventajas, el aceite de oliva debe sustituir en la misma medida a las grasas saturadas, no incrementando la cantidad total de calorías que se ingieren al día. Una ración de este alimento [Nombre del producto] contiene [X] gramos de aceite de oliva".*