Некоторые недобросовестные производители применяют пальмовое масло в пищевой промышленности взамен животного жира, не сообщая об этом потребителю, что свидетельствует об обмане потребителя и фальсификации продукции.

Благодаря своим химическим и физическим свойствам пальмовое масло стало одним из самых распространенных видов растительного жира в мире. Также это связано с тем, что оно легкодоступно и стоит очень дешево. Пальмовое масло отличается высокой устойчивостью к окислению, поэтому может храниться долгое время.

В связи с этим не утихают споры о пальмовом масле – полезно оно для человека, или все-таки вредно? Согласно уверениям производителей, масло можно широко применять не только для выпечки, но и в косметологии, промышленности, а также в целях лечения от различных недугов. Однако все больше диетологов сходится во мнении, что данный продукт является сильнейшим канцерогеном.

Пальмовое масло добывают из масличного вида пальм (а именно мякоти плодов, которые вначале варят, а потом отжимают), которые произрастают в основном в тропических странах, в частности в западной Африке. В натуральном виде продукт представляет собой жидкую субстанцию, имеет оранжево-желтый цвет и обладает довольно приятным ароматом и сладким привкусом. При температуре ниже тридцати градусов масло становится твердым, напоминающим по структуре маргарин. Пальмовое масло единственное в мире, которое называют твёрдым растительным маслом, по составу походящим на животные жиры.

В своем составе масло содержит в огромных количествах пальмитиновую кислоту, но, несмотря на это, в нем присутствуют также другие насыщенные и ненасыщенные жирные кислоты, в частности, стеариновая, олеиновая, арахиновая, линолевая, миристиновая, лауриновая и т.п. Кроме того, в масле содержатся витамины E, D, K, лецитин, фитостеролы, сквален, коэнзим Q10, магний, фосфор и др.

Данный продукт достаточно калорийный, энергетическая ценность составляет около 900 ккал на 100 г продукта.

Применение пальмового масла

В основном, пальмовое масло используют в пищевой промышленности. Оно применяется при приготовлении вафель, бисквитных рулетов, тортов, кремов, на нем обжариваются полуфабрикаты. Пальмовое масло входит в состав сырных, творожных продуктов, комбинированного масла, его добавляют и в прочие продукты. Многие современные рецептуры не обходятся без пальмового масла. Вообще — легче перечислить те продукты, в которых нет пальмового масла, чем те, в которых оно присутствует.

Пальмовое масло, применение которого не ограничивается пищевой промышленностью, используется еще и при изготовлении свечей и мыла. В косметологии его обычно применяют для ухода за сухой и увядающей кожей лица, так как оно питает, смягчает и увлажняет кожу.

Многих интересует вопрос: **Действительно ли вредно пальмовое масло?**

Если говорить о его пользе, то в первую очередь необходимо подчеркнуть что в нем содержится большое количество каротиноидов, сильнейших антиоксидантов, представляющих большую ценность для организма человека. Каротиноиды положительно влияют на ослабленные волосы и кожу. Поэтому его используют многие известные косметические фирмы.

Масло пальмы является рекордсменом по содержанию витамина Е, который состоит из токотриенолов и токоферола. Токотриенолы крайне редко встречаются в растениях, они борются со свободными радикалами, которые провоцируют появление рака.

Пальмовое масло богато триглицеринами, которые перевариваются очень быстро, а когда попадают в печень, то идут на выработку энергии, не попадая в кровоток. Это масло особенно полезно людям, плохо переваривающим другие жиры.

Также в пальмовом масле присутствует много ненасыщенных жиров: олеиновой и линолевой кислоты, которые способствуют снижению уровня холестерина в крови. Эти

кислоты участвуют в структурировании костей, суставов и полезны для здоровья кожи.

Провитамин А обеспечивает функционирование анализатора зрения, участвует в производстве зрительного пигмента сетчатки глаза.

Что же получается, пальмовое масло вредно или полезно? Удивительно, но польза и вред масла сопоставимы. Например, из–за насыщенных жиров масла при его употреблении возникают проблемы с сердцем, но в это же время в нем содержатся витамины А, Е, которые делают пальмовое масло полезным для профилактики сердечных и раковых заболеваний. Пальмовое масло ценится из–за содержание в нем линолевой кислоты, но в то же время ее гораздо меньше, чем в других маслах. Сочетание вредных и полезных свойств получается? Нет, все намного проще — пальмовое масло бывает нескольких разновидностей.

Виды пальмового масла

Самым полезным и натуральным является красное пальмовое масло. Для его получения используют щадящую технологию, при которой большая часть полезных веществ сохраняется. Это масло имеет красный цвет благодаря высокому содержанию каротина.

Красное пальмовое масло имеет сладковатый вкус и запах. Исследователи пришли к выводу, что в процессе рафинирования масла пальмы полезные вещества из него выходят. А в необработанном красном пальмовом масле полезных веществ содержится огромное количество. Описываемые полезные свойства пальмового масла в основном и относятся к красному пальмовому маслу. Некоторые ученые утверждают, что это масло по полезным свойствам не отличается от оливкового, столь популярного у жителей Европы.

Рафинированное и дезодорированное пальмовое масло – это уже другой продукт. Оно не имеет запаха и цвета. Делается это специально для использования в пищевой промышленности. Это масло также обладает полезными свойствами, что и пальмовое красное масло, но гораздо в меньшем количестве.

Есть еще одна разновидность пальмового масла, которая используется для производства косметики, мыла и многого другого. Это масло дешевле в пять раз, чем другие виды пальмового масла. Оно отличается от пищевого масла кислотно-жировым составом. Из-за низкой степени очистки в нем содержится много вредных окисленных жиров. Случается, что недобросовестные производители добавляют такое масло в продукты, при употреблении которых в организме человека происходит накапливание свободных радикалов, провоцирующих онкологические заболевания. Также употребление такого масла приводит к образованию холестериновых бляшек.

Эксперты уверены, что некоторые производители используют это масло при производстве пищевой продукции. Говоря о вреде пальмового масла, в основном имеют в виду именно такую возможность. Из нашего организма такое пальмовое масло плохо выводится, кроме того, данное масло является сильнейшим канцерогеном.

В связи с изложенным, Управление Роспотребнадзора по Республике Алтай(далее – Управление) предостерегает потребителей от покупки продовольственных товаров с содержанием растительных жиров, советует не гнаться за низкой ценой продуктов питания, в изготовлении которых используется дешевое пальмовое масло, а приобретать продукты проверенного качества, производители которых зарекомендовали себя на потребительском рынке.

Информацию о производителях, в продукции которых Управлением выявлялась фальсифицированная продукция, Вы можете найти на ресурсе Управления по ссылке: http://zpp.rospotrebnadzor