

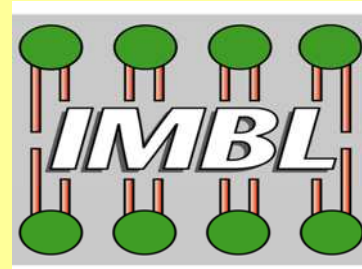
Huile de palme et Santé

Michel Lagarde

(michel.lagarde@insa-lyon.fr)

Université de Lyon, CarMeN, INSERM / Univ-Lyon 1
INSA-Lyon / INRA

IMBL / LISA Carnot Institute



Recommandations internationales

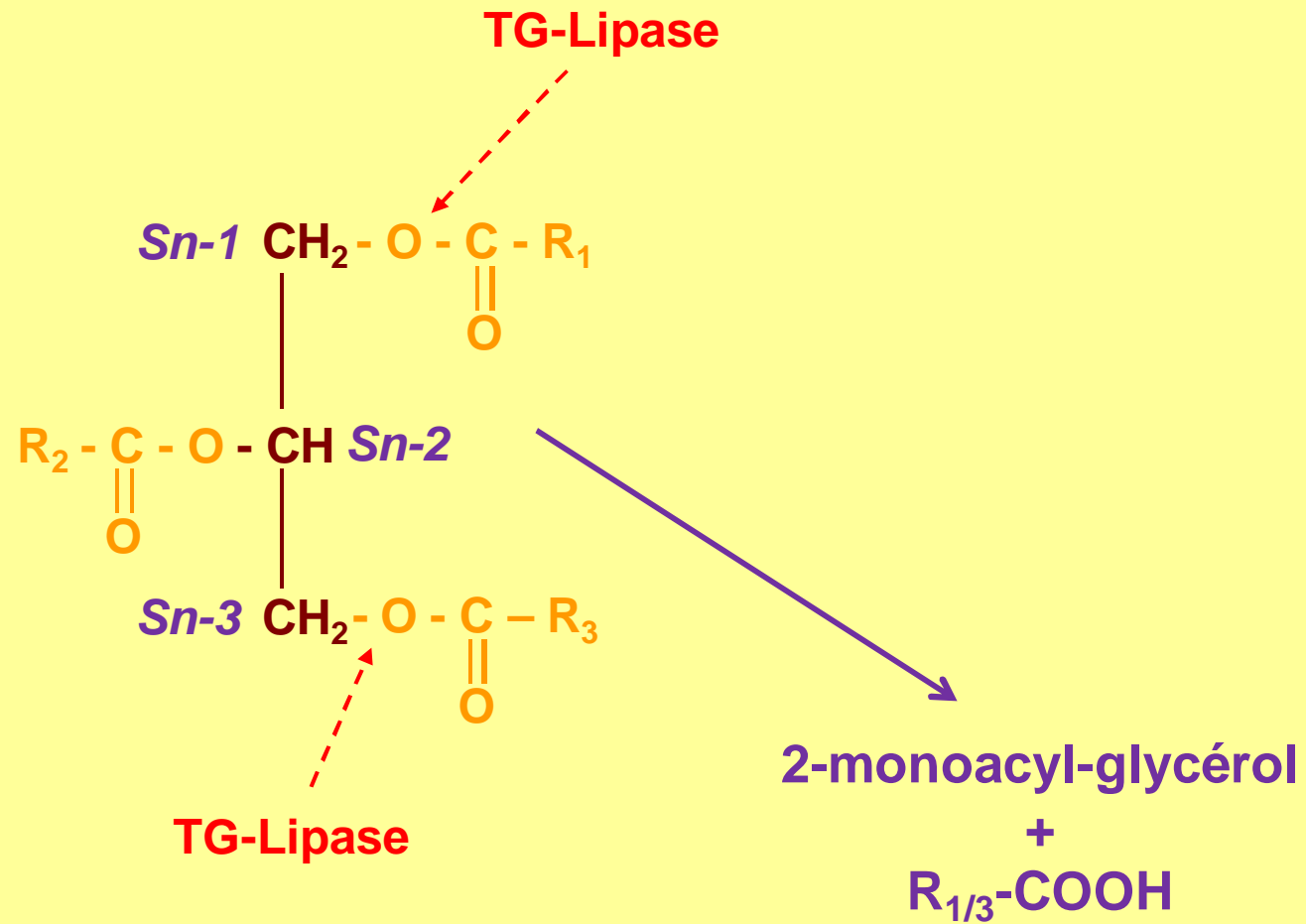
Rapport de l'OMS intitulé « Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases » rapport technique Série 916, Genève 2003.

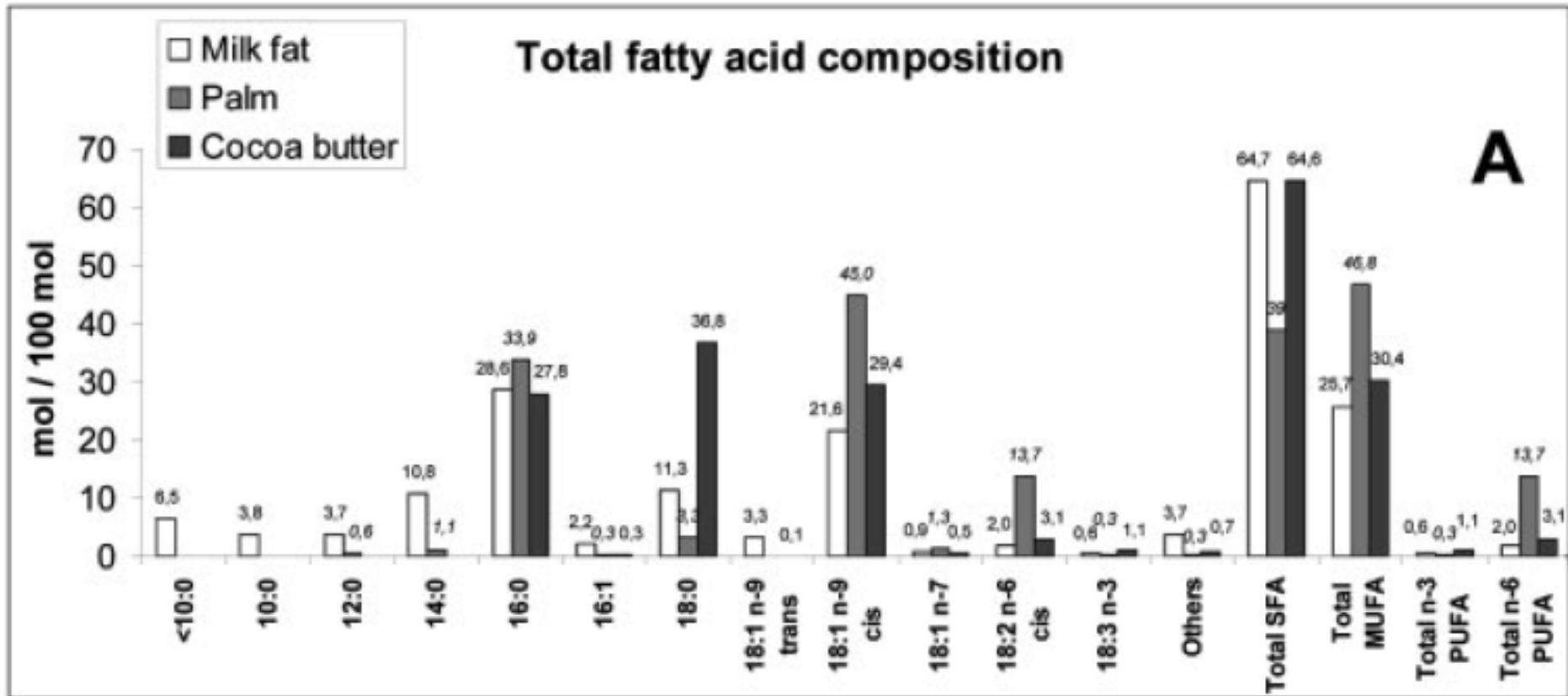
Etudes du NIH et USDA ont conclu en 2006 que l'huile de palme n'est pas un substitut (safe) aux graisses partiellement hydrogénées pour l'industrie, car elle induit des modifications du LDL-Cholestérol comme le font les acides gras *trans*.

Compositions en acide gras

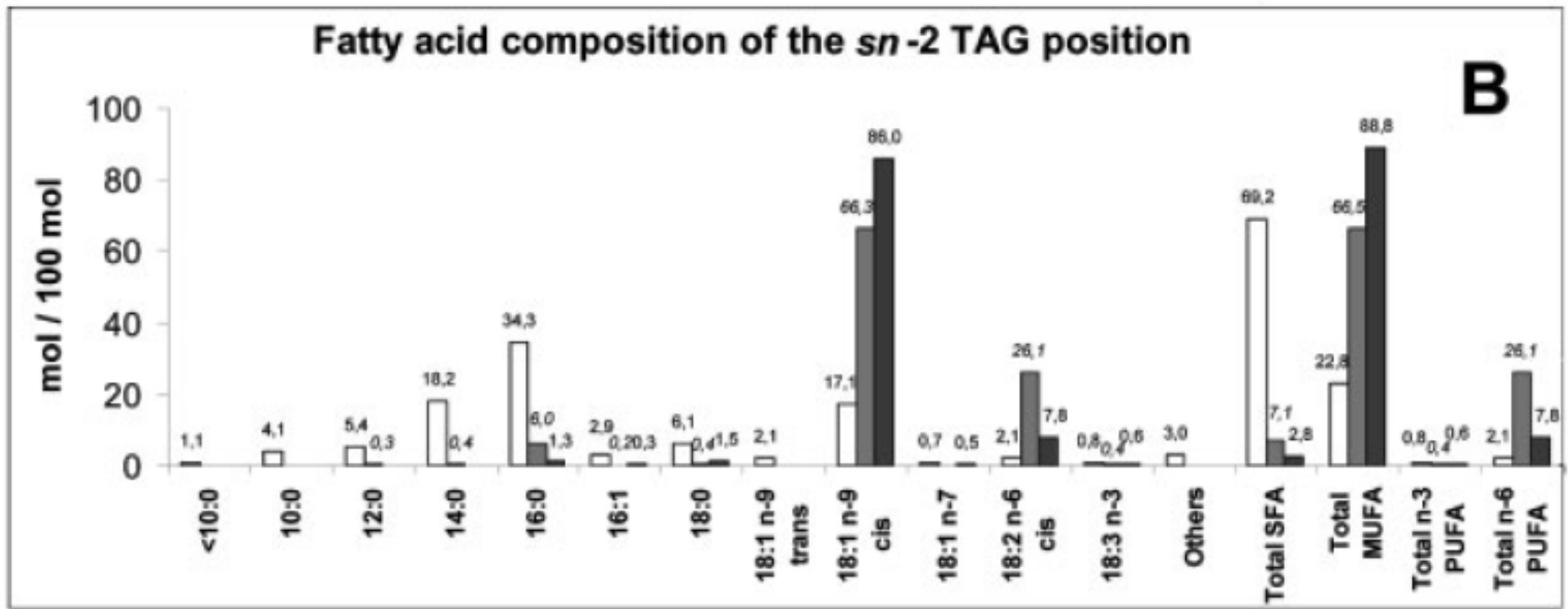
	16:0	18:0	18:1	18:2	18:3
Palme :	44	5	39	10	
Arachide :	10	3	50	30	
Colza :	6	2	58	22	9
Noix :	7	2	22	55	13
Olive :	12	3	75	10	
Sésame :	10	5	42	42	
Tournesol :	6	5	20	67	

Triacylglycérols (triglycerides)

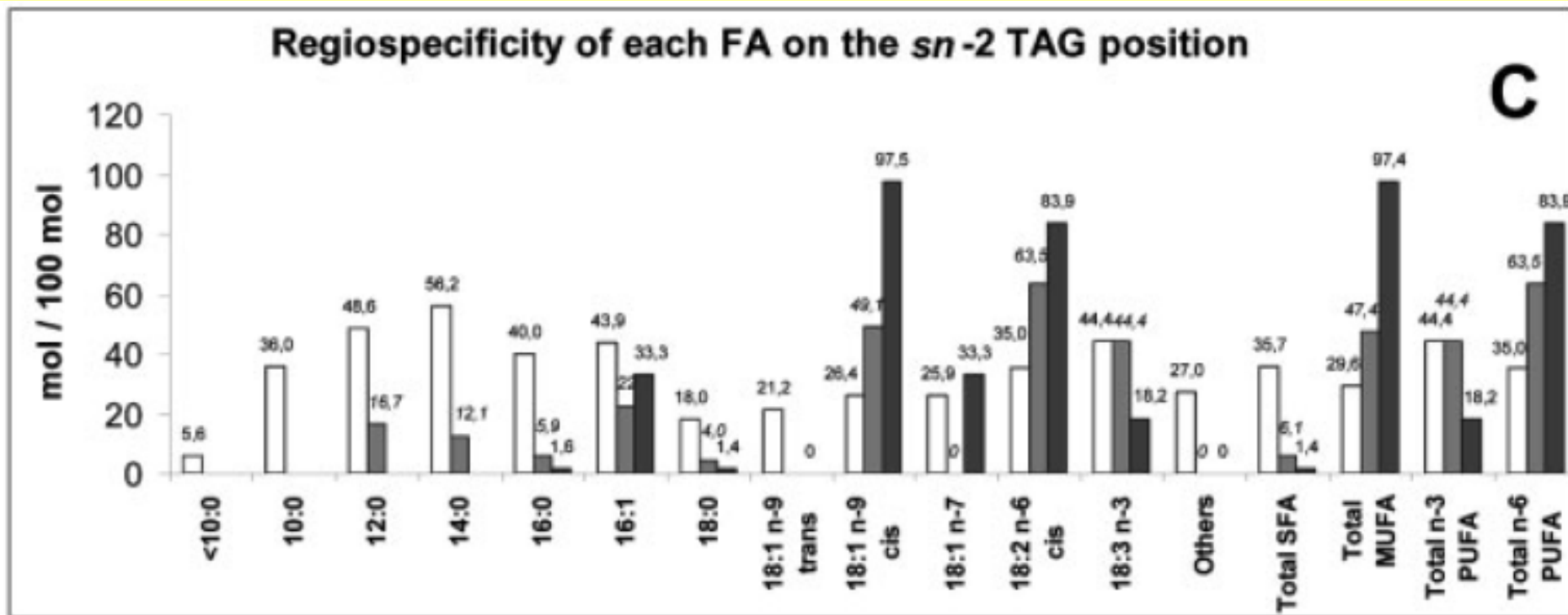




Michalski EJLST 2009



Michalski EJLST 2009

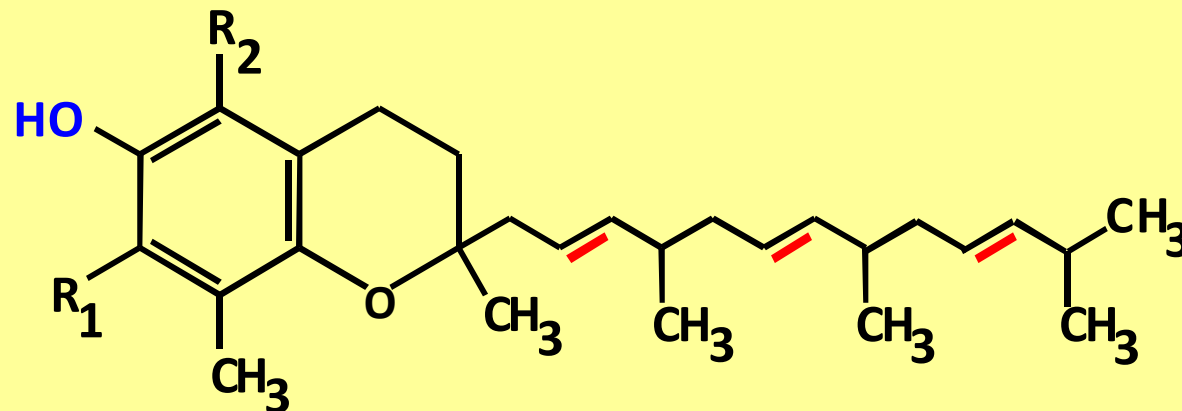


Michalski EJLST 2009

Huile de palme non raffinée contient :

- carotènes et lycopène

- tocophérols et tocotriénols



Conclusions

- Huile très riche en résidu palmitoyle.
- Positionnement des résidus palmitoyles en Sn-2 à 6% seulement, donc moins bien absorbés que dans les graisse animales.
- Richesse en caroténides et anti-oxydants, en particulier de l'huile vierge.