



LA SALUD COMO ESTANDARTE



¿SABÍAS QUE...

el Aceite de Oliva Virgen Extra (AOVE) es la grasa de origen vegetal más saludable que existe

BENEFICIOS DEL AOVE

piel y cabello

debido a su contenido en sustancias antioxidantes, entre ellas la vitamina E, ejerce un efecto tonificante y, por tanto, previene el envejecimiento

más info

salud ocular

el carácter anti-inflamatorio de algunos componentes del AOVE ayuda a proteger los vasos sanguíneos de los ojos, reduciendo el riesgo de degeneración macular

más info

salud bucal

previniendo la periodontitis y la caries y protegiendo las encías gracias a su efecto aislante frente a las bacterias

más info

regulación de la glucosa

la oleuropeína, un compuesto presente en la pulpa de la aceituna, actúa reduciendo los niveles de glucosa en sangre y, por tanto, previniendo la diabetes tipo 2

más info

tránsito intestinal

el AOVE tiene un efecto lubricante que favorece la evacuación intestinal y previene el estreñimiento; también mejora la salud de la microflora intestinal

más info

sobrepeso

el AOVE reduce la penetración de grasas en los alimentos respecto a otros aceites vegetales, lo cuál disminuye la ingesta de calorías y previene el sobrepeso. Además, el 80% de sus sustancias antioxidantes se conservan después de la fritura

más info

OTROS NO TANTO

deterioro cognitivo

los ácidos grasos monoinsaturados, la vitamina K y, especialmente, el oleocantal, son componentes del AOVE que previenen la pérdida de memoria y los síntomas del Alzheimer

más info

efecto antitumoral

el hidroxitirosol, un potente antioxidante del AOVE se ha utilizado en ensayos médicos contra el cáncer de mama

más info

salud cardiovascular

gracias a su composición en ácidos grasos y moléculas antioxidantes, que reducen los niveles de colesterol LDL

más info

función digestiva

los efectos diuréticos del AOVE nos protegen de enfermedades gastrointestinales, reduciendo la secreción y evitando la acidez de estomago

más info

respuesta inmune

los antioxidantes y nutrientes esenciales del AOVE fortalecen y mantienen activo el sistema inmunológico

más info

salud ósea

ya que estimula la absorción del calcio en los huesos gracias a su contenido en vitaminas D y K, contribuyendo a prevenir la osteoporosis

más info

LOS MÁS CONOCIDOS

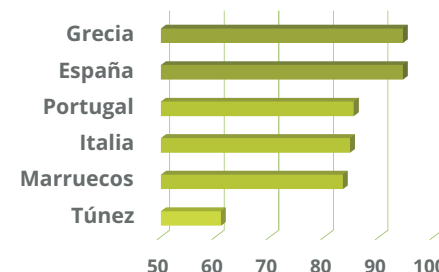
TEN EN CUENTA QUE...

cuando se refina el AOVE, desaparecen buena parte de sus propiedades organolépticas (olor, sabor). También desaparecen muchos de sus componentes de alto valor biológico, perdiéndose por tanto, muchos de los beneficios para la salud del consumidor.

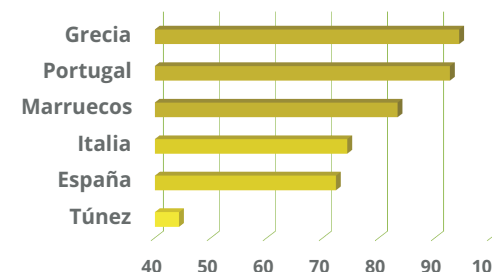
El aceite de oliva (a secas) posee al menos un 90% de aceite refinado.

LA OPINIÓN DEL SECTOR

¿Está de acuerdo en que la mejora de la sostenibilidad es una prioridad en la supervivencia de los olivares?



¿Está de acuerdo en que los objetivos de sostenibilidad son muy relevantes en las estrategias de manejo del olivar?

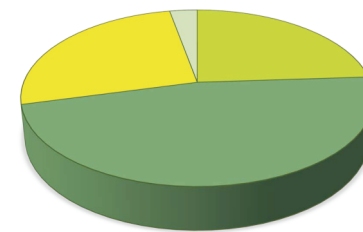


Porcentajes promedio de respuestas afirmativas recibidas desde productores, académicos, lobbies, administraciones públicas y especialistas del sector del olivar (44 encuestas)

Antes de la pandemia de COVID-19, la Organización Europea del Consumidor (BEUC; beuc.eu) realizó una encuesta para determinar la sensibilidad de los consumidores europeos respecto a la sostenibilidad de sus alimentos. Estos fueron los resultados.

¿Qué importancia tiene la sostenibilidad de los alimentos en sus decisiones de compra?

- No me importa en absoluto
- Presto poca atención
- Presto mucha atención
- Influye en mis decisiones



Los consumidores europeos, más aún a raíz de la pandemia, demandan alimentos saludables y responsables con su entorno. El sector olivarero no solo debe **explotar los beneficios del AOVE sobre la salud** para abrir nuevos nichos de mercado y consolidar los existentes, sino que debe adquirir conciencia de que la **aplicación de prácticas de manejo sostenible** en el olivar tiene un efecto directo en su cuenta de resultados.