

1. Record Nr.	UNINA9910466556303321
Autore	Robert Herve
Titolo	L'huile de palme : vrai/faux sur cet aliment controversé // docteur Herve Robert
Pubbl/distr/stampa	[Place of publication not identified] : , : EDP Sciences, , 2016 ©2016
ISBN	2-7598-2010-6
Descrizione fisica	1 online resource (217 pages) : illustrations (some color)
Collana	Alimentation et Sante
Disciplina	332.71
Soggetti	Palm oil Electronic books.
Lingua di pubblicazione	Francese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references.
Nota di contenuto	Frontmatter -- Sommaire -- Préface -- 1re Partie : Bien connaître l'huile de palme -- 2e Partie : Bien comprendre les lipides -- 3e Partie : L'huile de palme et la santé -- 4e Partie : La polémique sur l'huile de palme, impacts écologiques, éco nomiques et sociaux -- Bibliographie -- Remerciements
Sommario/riassunto	Beaucoup de personnes sont persuadées qu'il faut manger peu gras et les plus informées évitent surtout les graisses saturées. Ce livre va vous montrer que ces idées ne sont pas forcément fondées. L'huile de palme a été stigmatisée et jetée à la vindicte populaire. Pourtant, elle n'est en rien toxique. Ses graisses saturées ont été longtemps diabolisées et suspectées de favoriser les maladies cardio-vasculaires. Mais ces notions répétées depuis 60 ans, sans être actualisées, se sont avérées fausses. Depuis une dizaine d'années, de nombreuses études scientifiques internationales ont permis de faire volte-face et de remettre les graisses saturées à leur juste place en nutrition. Que disent ces travaux ? NON, les acides gras saturés de l'huile de palme n'augmentent pas le cholestérol ! NON, l'huile de palme ne favorise pas les maladies cardio-vasculaires ! La démonstration scientifique faite dans ce livre vous montre que les critiques émises contre l'huile de palme sont périmées et injustifiées. Ces découvertes récentes ont créé une gêne dans les sociétés savantes et parmi les autorités sanitaires dans le monde entier. Il faudrait pourtant arriver à actualiser les

conseils sanitaires et en terminer avec ce dogme du bannissement des acides gras saturés et de la dangerosité de l'huile de palme pour la santé. Quant à l'impact négatif de l'huile de palme sur l'environnement, le climat, la faune et la biodiversité, c'est un problème quasi réglé, seuls quelques irréductibles idéologues le mettent encore en avant. Aujourd'hui, la culture de l'huile de palme dite « RSPO » répond aux critères du développement durable et du respect des hommes et de l'environnement.
