



BENEFICIOS DEL ACEITE DE SOYA:

Una guía para los
profesionales de la
salud



EL ACEITE DE SOYA ELABORADO EN LOS

El aceite de soya es uno de los aceites vegetales más abundantes del mundo. De hecho, la mayoría de los “aceites vegetales” disponibles en las estanterías de las tiendas de comestibles es 100 por ciento aceite de soya elaborado a partir de soya cultivada en los EE. UU. El aceite de soya convencional aporta 0 gramos de grasas trans por porción y es una de las fuentes principales de ácido alfa-linolénico (ALA) –un ácido omega 3– en la alimentación estadounidense.¹⁻² En 2017, la Administración de Fármacos y Alimentos (FDA) autorizó el uso de una afirmación calificada sobre salud confirmando la capacidad del aceite de soya de reducir el riesgo de cardiopatía coronaria.³

Puesto que se prevé que la industria de servicios alimentarios y la de fabricación de alimentos utilizarán a gran escala el aceite de soya elaborado en los EE. UU., el mejoramiento continuo del perfil de salud de dicho aceite podría beneficiar positivamente al público. Es importante que los profesionales de la salud conozcan estas mejoras y sepan cómo influyen en la salud de sus pacientes y clientes.

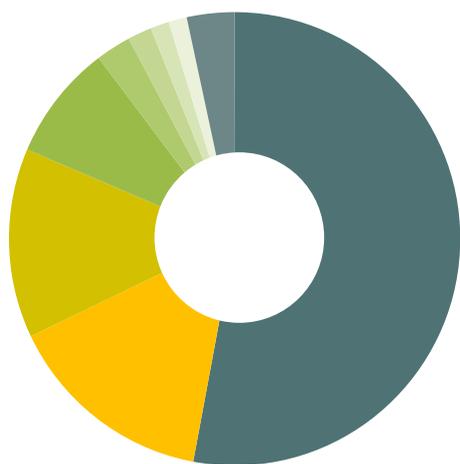


LOS PRODUCTOS CALIFICADOS QUE CONTENGAN ACEITE DE SOYA AHORA PUEDEN SER ETIQUETADOS COMO SALUDABLES PARA EL CORAZÓN.³

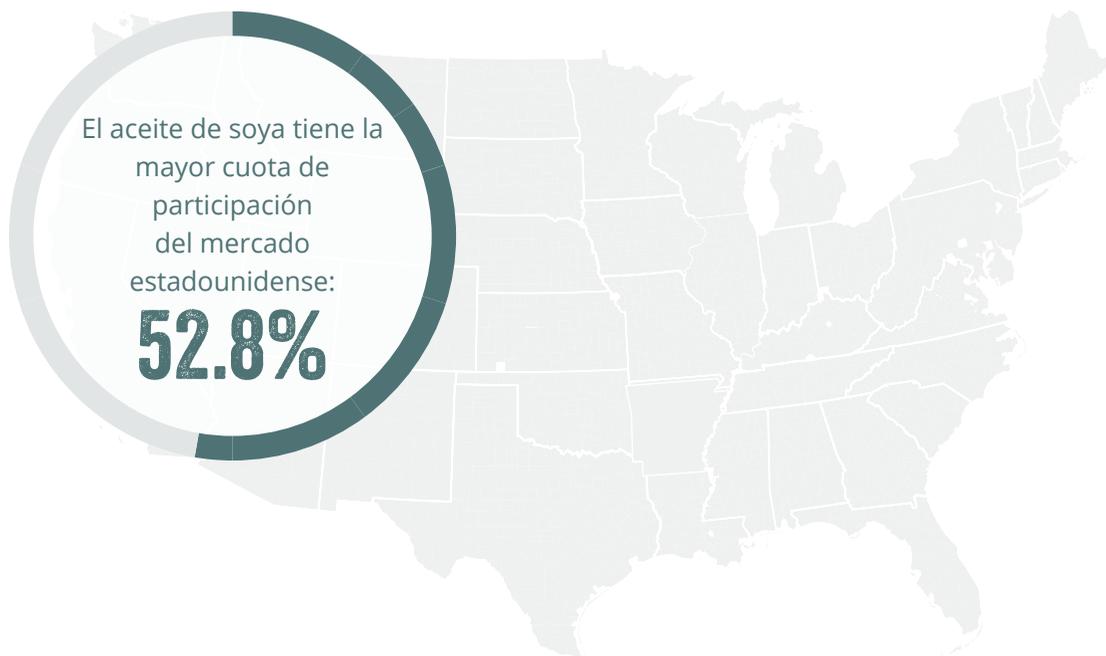


DE LOS CONSUMIDORES PROBABLEMENTE COMPRARÍAN ACEITE DE SOYA 100% ELABORADO A PARTIR DE SOYA CULTIVADA EN LOS EE. UU. SI ESTUVIERA ETIQUETADO COMO PRODUCTO SALUDABLE PARA EL CORAZÓN.⁴

CONSUMO DE ACEITE VEGETAL COMESTIBLE EN LOS EE. UU.⁵



ACEITE	LIBRAS (EN MILLONES)	% PARTICIPACIÓN EN EL MERCADO
Soy	21,000	52.8%
Canola	6,040	15.2%
Maíz	5,340	13.4%
Palma	3,350	8.4%
Coco	1,004	2.5%
Oliva	723	1.8%
Girasol	526	1.3%
Algodón	504	1.3%
Todos los demás	1,310	3.3%



PRODUCTOS CON ETIQUETAS MÁS LIMPIAS E INGREDIENTES MÁS SALUDABLES

Comenzando por brindar soluciones que permitan elaborar un aceite más beneficioso para la salud, la industria estadounidense de la soya se ha comprometido a ayudar a las empresas alimentarias a ofrecer productos que satisfagan las necesidades nutricionales y de salud de los consumidores, quienes constantemente están buscando formas sencillas de alimentarse bien. Las nuevas variedades de frijol de soya permiten producir aceites con un perfil de grasas mejorado y de mayor funcionalidad.

Además, el 78 por ciento de los consumidores afirmaron que para ellos es importante apoyar la agricultura nacional mediante la compra de alimentos elaborados con ingredientes cultivados en los EE. UU.⁴ La mayoría del aceite de soya es 100 por ciento aceite elaborado a partir de soya cultivada en los EE. UU. de manera sostenible.

Mientras que los profesionales de la industria entienden cuáles son los beneficios de salud que aportan los diferentes tipos de aceite, entre los consumidores sigue habiendo confusión en cuanto a cuáles son las grasas saludables.



de los consumidores afirman que la nutrición es muy o un poco importante a la hora de seleccionar artículos comestibles.⁴



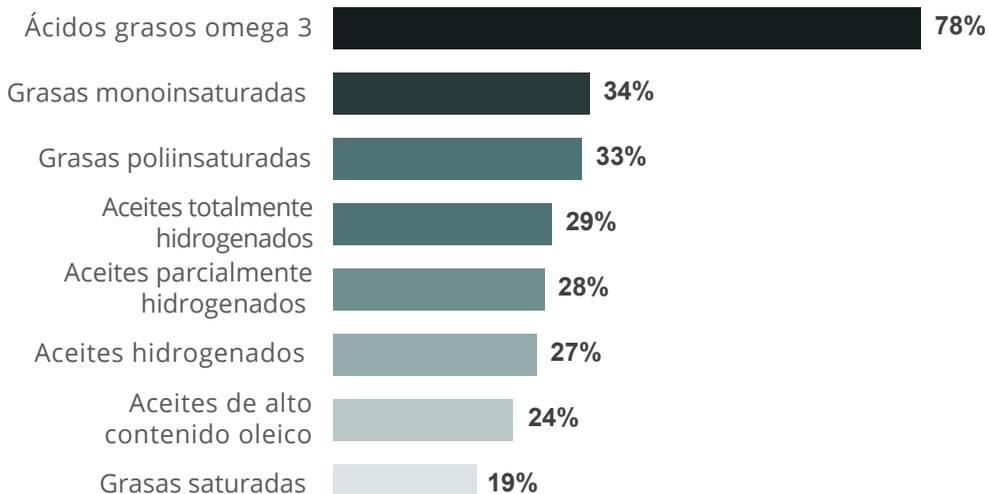
de los consumidores tienen preocupaciones relacionadas con el contenido nutricional de los alimentos que consumen.⁴



de los consumidores han cambiado sus hábitos alimentarios debido a preocupaciones nutricionales y de salud.⁴



LOS CONSUMIDORES DE GRASAS OPINAN QUE ESTOS ELEMENTOS SON MUY O UN POCO



EL ACEITE DE SOYA ALTO OLEICO ELABORADO EN LOS EE. UU. MEJORA LAS PROPIEDADES NUTRICIONALES DE LOS PRODUCTOS

La soya de alto contenido oleico –una nueva variedad de soya– produce un aceite con un perfil de grasas mejorado que permite a las empresas de servicios alimentarios y de fabricación de alimentos mejorar las propiedades nutricionales de sus productos y al mismo tiempo brindar un rendimiento superior.

En comparación con el aceite de soya convencional, el aceite de soya alto oleico aporta tres veces más ácidos grasos monoinsaturados (AGM) beneficiosos para la salud. Este alto contenido de AGM hace que dicho aceite sea extremadamente estable, lo cual elimina la necesidad de hidrogenación parcial.⁶⁻⁷

Además, un estudio sobre alimentación humana concluido recientemente sugiere que –en comparación con la oleína de palma– el aceite de soya alto oleico se comporta de forma similar al aceite de soya convencional al reducir el colesterol LDL y el colesterol total. Los hallazgos de este estudio sugieren que la sustitución de aceites ricos en grasas saturadas por aceite de soya alto oleico generaría efectos favorables sobre el riesgo de cardiopatía coronaria en general.⁸

EL ACEITE DE SOYA ALTO OLEICO SE CARACTERIZA POR SER BAJO EN GRASAS SATURADAS* A LA VEZ QUE CONSERVA 0 GRAMOS DE GRASAS TRANS POR PORCIÓN.¹¹

** En comparación con aceites convencionales y otros aceites de alta estabilidad.*





BENEFICIOS DE UN MAYOR CONTENIDO DE GRASAS MONOINSATURADAS



Los AGM, tales como el ácido oleico, son beneficiosos para la salud cardíaca cuando se consumen en cantidades moderadas y se utilizan para reemplazar las grasas saturadas o grasas trans. Los AGM también pueden reducir los niveles de LDL en la sangre, lo cual disminuye el riesgo de enfermedad cardíaca y accidente cerebrovascular.⁹



Los estudios han indicado que los AGM disminuyen la presión arterial. Se ha demostrado que el componente de ácido oleico es el factor que contribuye a este efecto hipotensor.¹⁰



La sustitución de grasas saturadas por AGM mejora la sensibilidad a la insulina y reduce los triglicéridos plasmáticos, lo que significa una modificación dietética importante para quienes son vulnerables al síndrome metabólico.¹¹

ACEITES DE SOYA MEJORADOS EN PROCESO DE DESARROLLO: MAYOR CONTENIDO DE OMEGA 3

Los ácidos grasos omega 3 son esenciales y beneficiosos para la salud humana. La investigación indica que las dietas ricas en grasas omega 3 reducen la inflamación y pueden ayudar a disminuir el riesgo de enfermedades crónicas tales como la cardiopatía.¹²

El cuerpo utiliza más fácilmente los ácidos grasos omega 3 de cadena larga –ácido eicosapentaenoico (EPA) y ácido docosahexaenoico (DHA)–, los cuales se encuentran principalmente en los alimentos de origen marino. Aunque el ácido alfa-linolénico (ALA) –el tipo de omega 3 que se encuentra en el aceite de soya– es la fuente principal de omega 3 en la alimentación estadounidense,¹³ el cuerpo no puede convertir ALA a EPA y DHA de manera eficiente.

La industria estadounidense de la soya está diseñando una variedad de soya que contiene ácido estearidónico (SDA), el cual es un ácido graso omega 3. A diferencia de lo que sucede con los omega 3 ALA procedentes de fuentes vegetales, el cuerpo puede convertir los omega 3 SDA en EPA de manera más eficiente.

Esta variedad de soya generará una fuente asequible, vegetal y renovable de omega 3.

El objetivo es producir un aceite de soya de sabor neutro con un contenido de 18 a 20 por ciento de SDA. Este tipo de aceite de soya omega 3 SDA proporcionará a la industria alimentaria un ingrediente funcional que se puede agregar a una variedad de alimentos tales como sopas, salsas, bebidas, yogures y panes. La incorporación de este tipo de omega 3 en los alimentos puede tener enormes beneficios para la salud pública.¹⁴⁻¹⁵

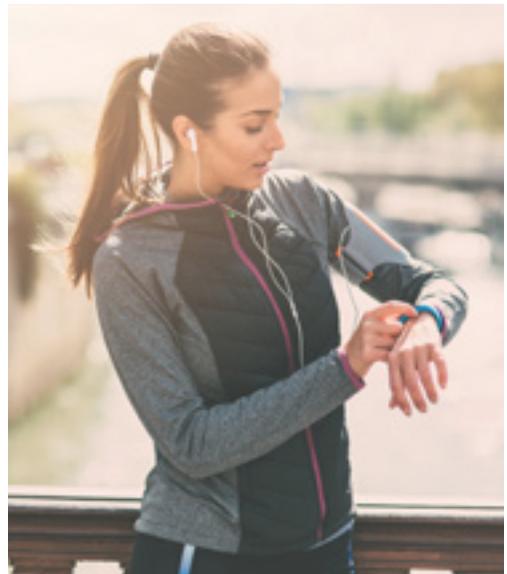


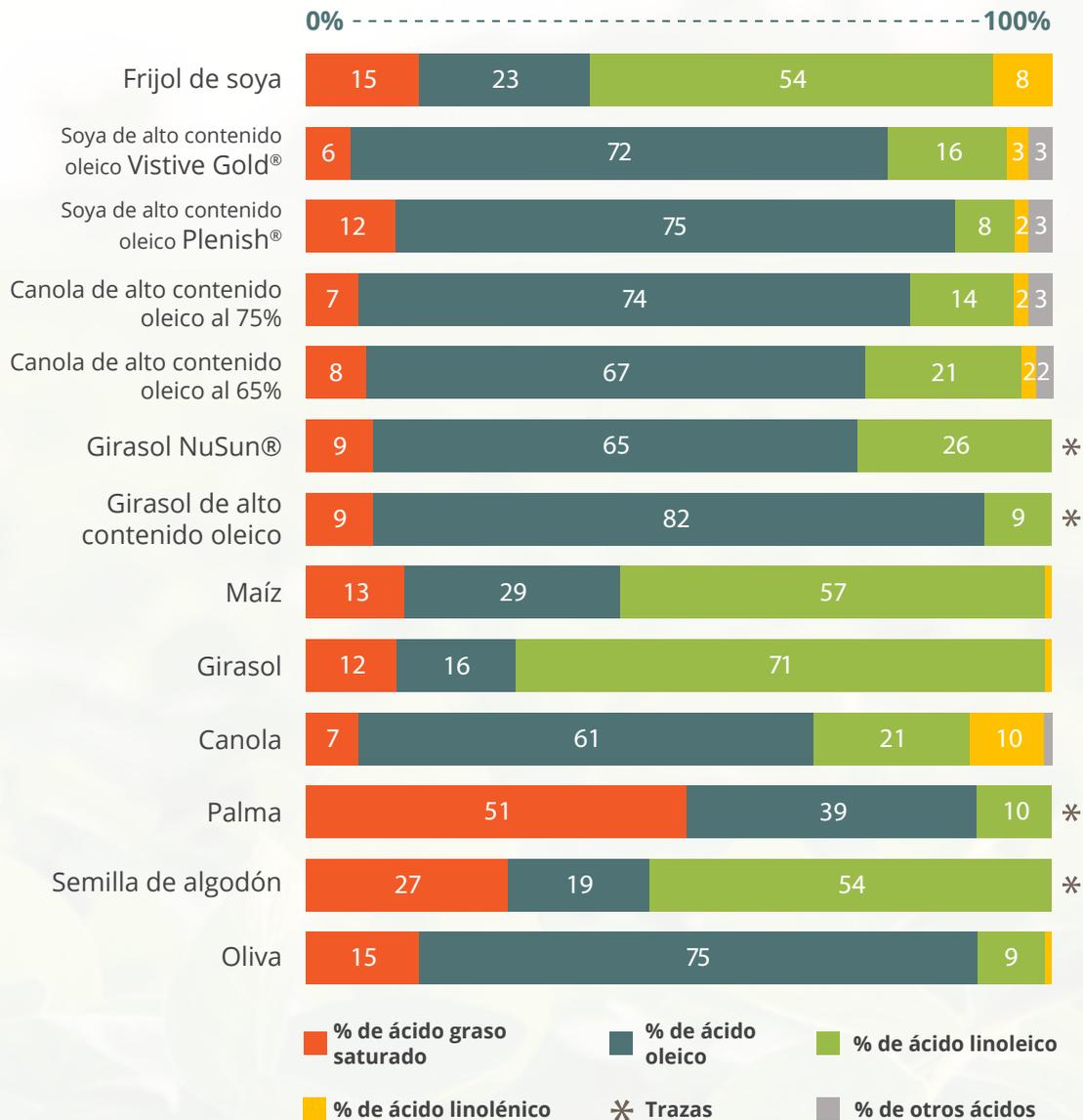
TABLA DE CONVERSIÓN DEL ALA

Consumir productos de soya con omega 3 SDA ayuda al cuerpo a suprimir el paso de conversión del ALA.

- Aceite de soya con omega 3 SDA
- Aceite de soya convencional



COMPARACIÓN DE PERFILES DE ÁCIDOS GRASOS



HOY



Alto contenido oleico

RASGOS FUTUROS



Omega-3



Mayor suministro de aceite



Fósforo bajo en fitato



VENTAJAS PRINCIPALES DE UN ACEITE CON MAYOR CONTENIDO DE OMEGA 3



Las empresas que están desarrollando variedades mejoradas de frijol de soya se proponen lograr un contenido de omega 3 de 18 a 20 por ciento.

Los ácidos grasos omega 3 tienen efectos antiinflamatorios potentes que brindan protección contra las enfermedades coronarias y autoinmunes.¹⁹

El aceite de soya con omega 3 SDA es un recurso eficaz y ambientalmente sostenible que permite aumentar los niveles corporales de EPA, lo cual es beneficioso para la salud cardíaca.²⁰





BENEFICIOS PARA LA SALUD Y EL MEDIOAMBIENTE

Los aceites de soya mejorada diseñados mediante la biotecnología agrícola pueden ayudar a los consumidores a llevar un estilo de vida más saludable. Por ejemplo, incluir aceite de soya mejorada en la alimentación significa consumir más ácidos grasos omega 3 y menos grasas saturadas. Además de ayudar a la industria alimentaria a suministrar ingredientes saludables a los consumidores, la biotecnología también ayuda a los agricultores a trazar un futuro sostenible para el beneficio de los sistemas agrícolas de todo el mundo. Los estudios muestran que la biotecnología reduce el impacto de la agricultura sobre el medioambiente a un grado significativo, pues permite aumentar el uso de la labranza de conservación, mejorar la calidad del agua, conservar la capa superior del suelo y reducir el uso de pesticidas.²¹

**LA INDUSTRIA DE LA
SOYA ESTÁ TRABAJANDO
CONTINUAMENTE PARA
MEJORAR EL PERFIL
NUTRICIONAL Y LAS
CARACTERÍSTICAS
FUNCIONALES DE LA SOYA.**

QUALISOY APORTA ACEITES MEJORADOS AL MERCADO

QUALISOY® es una asociación independiente de terceros que promueve el desarrollo y fomenta el mercado de los últimos rasgos de la soya. QUALISOY proporciona aceites de soya con un perfil de grasas mejorado y de mayor funcionalidad a la industria de servicios alimentarios y a la de fabricación de alimentos. QUALISOY está guiada por representantes de todos los sectores de la industria de la soya.



QUALISOY ES SU ALIADO EN LA INNOVACIÓN DEL ACEITE Y SU FUENTE DE INFORMACIÓN SOBRE LOS ÚLTIMOS RASGOS DEL ACEITE DE SOYA

EL GRUPO DE INTERÉS DE QUALISOY

El diverso grupo por el que está compuesto QUALISOY garantiza que todos los integrantes de la cadena de valor de la soya participen en el desarrollo de aceites mejorados de soya. Dicha alianza singular también impulsa la investigación, evalúa tecnologías nuevas y emergentes, facilita las relaciones entre las partes interesadas y fomenta la adopción de variedades beneficiosas de la soya.



Los productores de soya de los EE. UU. están trabajando junto con empresas de tecnología de semillas para aumentar la producción y estimular el suministro de soya de alto contenido oleico.



EL ACEITE DE SOYA DE ALTO CONTENIDO OLEICO YA ESTÁ A SU DISPOSICIÓN

Recientemente se aprobó el uso del aceite de soya a nivel mundial, las cantidades están aumentando y se prevé que para 2027 llegarán a los nueve mil millones de libras aproximadamente.²²

REFERENCIAS

1. United States Department of Agriculture Nutrient Database.
2. Blasbalg, T. L., Hibbeln, J. R., Ramsden, C. E., Majchrzak, S. F., & Rawlings, R. R. (2011). Changes in consumption of omega-3 and omega-6 fatty acids in the United States during the 20th century. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 93(5), 950-962.
3. United States Food and Drug Administration (2017). Soybean Oil and Reduced Risk of Coronary Heart Disease.
4. United Soybean Board. 2018 Food Industry Insights consumer study.
5. United States Department of Agriculture, Economic Research Service. 2016 ERS Oilseed Yearbook, Edible Vegetable Oil Consumption Numbers.
6. Boyle, M. A., & Anderson, S. L. (2007). A Comparison of Saturated and Unsaturated Fatty Acids in Dietary Fats and Oils. *Personal Nutrition*, 6.
7. Plenish. Plenish High Oleic Soybean Oil Profile. <https://www.plenish.com/food/oil-profile/>.
8. Huth, P. J., Fulgoni, V. L., & Larson, B. T. (2015). A Systematic Review of High-Oleic Vegetable Oil Substitutions for Other Fats and Oils on Cardiovascular Disease Risk Factors: Implications for Novel High-Oleic Soybean Oils. *Advances in Nutrition*, 6(6), 674-693.
9. Berglund, L., Lefevre, M., Ginsberg, H. N., Kris-Etherton, P. M., Elmer, P. J., Stewart, P. W., ...Phillips, K. M. (2007). Comparison of monounsaturated fat with carbohydrates as a replacement for saturated fat in subjects with a high metabolic risk profile: Studies in the fasting and postprandial states. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 86(6), 1611-1620.
10. Terés, S., Barceló-Coblijn, G., Benet, M., Álvarez, R., Bressani, R., Halver, J. E., & Escribá, P. V. (2008). Oleic acid content is responsible for the reduction in blood pressure induced by olive oil. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 105(37), 13811-13816.
11. Riccardi, G., Giacco, R., & Rivellese, A. A. (2004). Dietary fat, insulin sensitivity and the metabolic syndrome. *Clinical Nutrition*, 23(4), 447-456.
12. Zivkovic, A. M., Telis, N., German, J. B., & Hammock, B. D. (2011). Dietary omega-3 fatty acids aid in the modulation of inflammation and metabolic health. *California Agriculture*, 65(3), 106-111.
13. Kris-Etherton, P. M., Taylor, D. S., Yu-Poth, S., Huth, P., Moriarty, K., Fishell, V., ...Etherton, T. D. (2000). Polyunsaturated fatty acids in the food chain in the United States. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 71(1), 179S-188S.
14. Burdge, G. (2004). Alpha-Linolenic acid metabolism in men and women: Nutritional and biological implications. *Current Opinion in Clinical Nutrition and Metabolic Care*, 7(2), 137-144.
15. Pawlosky, R. J., Hibbeln, J. R., Novotny, J. A., & Salem, N. (2001). Physiological compartmental analysis of alpha-linolenic acid metabolism in adult humans. *Journal of Lipid Research*, 42, 1257-1265.
16. Vistive Gold. Vistive Gold Composition vs. Other Oils. <http://www.vistivegold.com/About/>.
17. CanolaInfo. Classic and High-Oleic Oils. https://www.canolacouncil.org/media/515008/classic_and_high-oleic_canola_oils.pdf.
18. National Sunflower Association. Oil Profiles. <http://www.sunflowernsa.com/oil/oil-profiles/>.
19. Simopoulos, A. P. (2002). Omega-3 fatty acids in inflammation and autoimmune diseases. *Journal of the American College of Nutrition*, 21(6), 495-505.
20. Lemke, S. L., Vicini, J. L., Su, H., Goldstein, D. A., Nemeth, M. A., Krul, E. S., & Harris, W. S. (2010). Dietary intake of stearidonic acid-enriched soybean oil increases the omega-3 index: Randomized, double-blind clinical study of efficacy and safety. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 92(4), 766-775.
21. United States Department of Agriculture. Biotechnology Frequently Asked Questions. <https://www.usda.gov/topics/biotechnology/biotechnology-frequently-asked-questions-faqs>.
22. United Soybean Board projections from individual company estimates.



SOY

16305 Swingley Ridge Road, Suite 200
Chesterfield, MO 63107- U.S.A.

Phone: 636.449.6400 | fax: 636.449.1292
ussec.org | ussoy.org

