

# Palme : production, composition, propriétés et impact nutritionnel de l'huile

*La problématique posée en particulier en France autour de l'utilisation de l'huile de palme revêt plusieurs aspects liés à la nature particulière de la ressource, au développement durable de sa production et aux utilisations qui en sont faites, étant données les propriétés particulières de cette huile.*

*Ce dossier réunit trois auteurs : le traitement des aspects environnementaux, sociaux et développement durable a été confié à l'expertise d'Alain Rival (Coordinator for Oil palm Research, Cirad BioS – UMR DIADE, Montpellier) ; les volets nutrition et santé sont exposés et commentés par le Docteur Jean-Michel Lecerf (Institut Pasteur, Lille) ; et enfin les aspects techniques et réglementaires synthétisés par Odile Morin (Communication Scientifique et Technique, ITERG).*

*Le Fonds Français Alimentation & Santé a récemment publié un « état des lieux » sur l'huile de palme<sup>1</sup>, document de synthèse et d'information élaboré à partir des contributions de ces mêmes auteurs.*

*Alain Rival dans son article « Palmier à huile : défis et questions à*

*la recherche », explique pourquoi cette plante oléagineuse d'exception possède par ses rendements et sa plasticité agronomique, des atouts considérables pour répondre aux défis combinés de la sécurité alimentaire et de l'intensification écologique (filière agroalimentaire globale au cœur de nouveaux enjeux Nord/Sud en matière de certification, traçabilité, impacts sanitaires et environnementaux). La part primordiale et croissante de l'huile de palme parmi les productions mondiales d'huiles végétales doit aujourd'hui répondre aux critères du développement durable sur la base de résultats scientifiques solides et partagés.*

*Les aspects fonctionnels mis en œuvre dans la formulation et les recettes de l'industrie agroalimentaire sont rappelés par Odile Morin : la composition en acides gras et triglycérides de l'huile de palme ; ses caractéristiques tout à fait particulières (stabilité, fonction solide), le plus souvent bien adaptées (en l'état ou après fractionnement) aux problématiques posées au début des années 2000 (recherche de matières grasses alternatives contenant peu ou pas d'acides gras trans). De ce fait, la question de formuler avec ou sans huile de palme doit avant tout être abordée en termes d'optimisation nutritionnelle (réduction des acides gras*

<sup>1</sup> « L'huile de palme : aspects nutritionnels, sociaux et environnementaux » (FFAS, novembre 2012) [http://www.alimentation-sante.org/wp-content/uploads/2013/02/Presentation\\_Hd-P\\_1112.pdf](http://www.alimentation-sante.org/wp-content/uploads/2013/02/Presentation_Hd-P_1112.pdf).

saturés au bénéfice de lipides insaturés, réduction des teneurs en matière grasse) et de fonctionnalité ; selon les cas, les optimisations seront possibles, impossibles ou résulteront d'un nécessaire compromis.

Par ailleurs, en matière d'information du consommateur, les évolutions réglementaires actuelles et futures composent entre les attentes d'une plus grande transparence de la part des consommateurs et les contraintes rencontrées par l'industrie alimentaire : étiquetage des origines spécifiques dans la liste des ingrédients à l'horizon 2014 et affichage nutritionnel pour chaque produit fin 2016.

En matière de nutrition et de santé, le Docteur Jean-Michel Lecerf expose les résultats tirés

de plus de 70 références bibliographiques portant principalement sur l'impact de l'huile de palme ou des acides gras saturés sur les facteurs de risque cardiovasculaire (CV) : études d'intervention (effets sur lipides et lipoprotéines en fonction de la nature du régime – hypolipidique, normolipidique et hyperlipidique) ; effets postprandiaux sur les lipides plasmatiques et d'autres paramètres ; études épidémiologiques ; impacts liés à certains composés non glycéridiques de l'huile de palme ; rôle des acides gras saturés vis-à-vis du risque CV (effets métaboliques, études épidémiologiques et d'intervention). Il ressort de cette analyse que l'interprétation des effets doit être nuancée ; ils dépendent des apports lipidiques pris en comparaison, des quantités consommées

et du contexte nutritionnel (régime global, paramètres physiologiques) : effet de l'huile de palme plus favorable que celui des matières grasses partiellement hydrogénées sur le cholestérol LDL et le cholestérol HDL, moins favorable sur le cholestérol LDL que celui des huiles riches en acide linoléique, proche de celui des huiles à prédominance mono-insaturée. . .

Enfin, en conclusion, l'auteur propose une évaluation argumentée du niveau de consommation de l'huile de palme en France.

Odile Morin  
<o.morin@iterg.com>  
ITERG, Communication Scientifique &  
Technique,  
11 rue Gaspard Monge,  
Parc Industriel Bersol 2  
F 33600 Pessac