

# Maklumat khasiat sawit disebar kepada pengamal perubatan

→ Seminar ketengah topik khasiat pemakanan minyak sawit, kelebihan fitonutrien

Oleh Nor Asliza Semiran  
norasliza@mpob.gov.my

▀ Serdang

Seramai 230 peserta dalam kalangan pengamal perubatan menyertai seminar berkaitan kebaikan dan khasiat minyak sawit yang diadakan sempena Mesyuarat Agung Khas

Pertubuhan Doktor-Doktor Islam Malaysia (PERDIM) di Universiti Putra Malaysia (UPM), di sini, baru-baru ini.

Seminar berkenaan menegenahkan topik berkaitan khasiat pemakanan minyak sawit dan kelebihan fitonutrien yang terkandung dalam minyak sawit.

Seramai tiga pembentang kertas kerja yang juga pakar dalam bidang masing-masing turut menjayakan seminar ini.

Peluang interaksi dengan pengamal perubatan ini digunakan sepenuhnya oleh Pengarah Pembangunan Produk dan Khidmat Nasihat Lembaga Minyak, Sawit Malaysia (MPOB), Rosidah Radzian, terutama bagi menerangkan kepentingan industri sawit dalam menjana pendapatan negara, kegunaan minyak sawit yang serba boleh serta memperbetulkan persepsi negatif terhadap minyak sawit dengan membekalkan mak-

lumat tepat berhubung pemakanan minyak sawit.

Selain itu, kertas pembentangan oleh Ketua Unit Pemakanan MPOB, Dr Kangarani Selvaduray, pula lebih menekankan hasil penyelidikan minyak sawit yang dijalankan MPOB bersama pusat penyelidikan terulung luar negara seperti Kings College London dan Ohio State University.

## Minyak sawit bebas kolesterol

Beliau menjelaskan, hasil penyelidikan itu berjaya membuktikan minyak sawit adalah seimbang, membekalkan tenaga, bebas kolesterol dan asid lemak serta kaya dengan fitonutrien seperti karotenoid dan vitamin E.

Minyak sawit akan bertindak seperti lemak tidak tepu dalam badan dan tidak memberikan impak kepada paras kolesterol, sekali gus menjadikan minyak sawit pilihan yang baik setanding dengan mi-



Peserta mendengar penerangan mengenai produk sawit yang dipamerkan MPOB.

nyak zaitun.

Sementara itu, Profesor Kehormat di Pusat Pengajian Sains Farmasi, Universiti Sains Malaysia (USM), Prof Dr Yuen Kah Hay turut mengambil peluang ini untuk menerangkan lebih terperinci mengenai kebaikan fitonutrien yang terkandung dalam minyak sawit.

Katanya, dalam aplikasi makanan, minyak sawit bukan saja mempunyai ciri minyak penggorengan yang bagus, malah ia juga sumber pelbagai fitonutrien yang baik untuk kesihatan seperti vitamin E, karotena, fitosterol, fosfolipid, Q en-

zyme (Q10) dan polifenolik.

Kebanyakan peserta yang ditemui berkata, seminar ini berjaya membuka mata dan minda mereka berhubung pelbagai khasiat pemakanan minyak sawit dan kegunaannya dalam sektor makanan serta bukan makanan.

Selain seminar, maklumat berkenaan kebaikan minyak sawit juga disampaikan menerusi pameran MPOB.

Pengunjung juga mendapat manfaat berhubung penjelasan terperinci mengenai khasiat produk sawit terutama produk tokotrienol.