

L'industria alimentare reintroduce l'olio di palma, cercando di non farsi notare

Negli ultimi anni la scritta «**senza olio di palma**» è diventata una delle più diffuse sugli scaffali dei supermercati e nelle pubblicità. Come forse ricorderete **nel 2014 ci fu una intensa campagna mediatica contro questo grasso**, da parte di associazioni ambientaliste e dei consumatori, che coinvolse diversi Stati europei e che portò ad un risultato spettacolare: la stragrande maggioranza delle aziende alimentari abbandonò l'olio di palma e lo sostituì con altri oli vegetali. L'unica assenza di rilievo fu la **Ferrero**, che ancora oggi utilizza questo grasso per la Nutella e decine di altri prodotti.

La produzione di olio di palma è responsabile infatti di una **deforestazione significativa in Malesia e Indonesia** (e di recente anche in Africa) e contribuisce alla scomparsa di alcune specie animali come gli oranghi (la loro popolazione è diminuita di oltre il 90% in un secolo sull'isola di Sumatra dove si è diffusa la piantagione dell'olio di palma). L'olio di palma ha inoltre **sollevato molte preoccupazioni per la salute collettiva** anche da parte di enti che si occupano della salute pubblica, come l'OMS, la FAO e l'EFSA (Autorità europea per la sicurezza alimentare). Queste hanno infatti sottolineato a più riprese la necessità di limitare, da parte dell'industria, l'utilizzo di questo grasso nei prodotti alimentari (quali merendine, biscotti, cornetti e brioches, salse pronte, gelati, piatti pronti, torte confezionate ecc.) e nelle frittiture della ristorazione collettiva (mense, ristoranti). Il motivo è soprattutto quello che la raffinazione dell'olio di palma messo in atto dall'industria porta allo **sviluppo di contaminanti tossici e cancerogeni**, come gli esteri degli acidi grassi (GE) e il glicidolo (sostanze che si ritrovano anche nella panatura dei [bastoncini di pesce](#) di cui abbiamo parlato qualche giorno fa).

In conseguenza di tutto ciò, **l'olio di palma fu quasi del tutto abbandonato nel 2018** dall'industria alimentare e sostituito in prevalenza con olio di girasole e di colza. **Tuttavia, nel 2022 c'è stata una ripresa dell'impiego di questo grasso** da parte delle aziende. Il motivo: lo scoppio della guerra in Ucraina. In sostanza, dal 2022 ad oggi l'olio di palma è tornato piano piano nelle nostre tavole per colpa dei [rincari](#) folli dell'olio di girasole. Il rincaro è dovuto al fatto che l'Ucraina detiene il 60% della produzione e il 75% dell'export mondiale, essendo il principale coltivatore di girasoli al mondo, come dichiarato da [Assitol](#), l'associazione italiana dell'industria olearia. Le difficoltà create dalla guerra per le esportazioni dell'olio dall'Ucraina, hanno determinato la crisi di questa materia prima e il conseguente rialzo dei prezzi del 66%.

La deroga del Governo italiano

L'industria alimentare reintroduce l'olio di palma, cercando di non farsi notare



l'Ucraina detiene il 60% della produzione e il 75% dell'export mondiale di olio di girasole, essendo il principale coltivatore di girasoli al mondo

A quel punto le industrie alimentari hanno smesso di utilizzare l'olio di girasole e si sono subito fiondate sull'olio di palma e su altri oli vegetali, chiedendo anche al Governo, in Italia, una deroga temporanea affinché esse potessero riportare sulle etichette dei prodotti una dicitura generica di «oli vegetali» per poter utilizzare vari tipi di olio al posto di quello di girasole, in particolare quello di palma. E [ottenendo](#) infatti già a Marzo 2022 una deroga dal Ministero dello Sviluppo Economico, che ha dato il via libera all'operazione. Ma nel frattempo **i prezzi dell'olio di girasole sono tornati al loro valore di partenza** e l'emergenza è quindi rientrata. Anche perché in realtà l'Ucraina, nonostante la guerra, è riuscita a [garantire](#) l'esportazione puntando oltre al trasporto via mare, anche su quello ferroviario e su gomma e i prezzi si sono progressivamente sgonfiati dall'estate dell'anno scorso allineandosi ai livelli precedenti la guerra. Pertanto adesso sarebbe opportuno che l'industria sospendesse l'uso dell'olio di palma e tornasse ad usare quello di girasole, per logica. Non bisogna dimenticare infatti, oltre al devastante impatto ambientale dell'olio di palma, anche i timori che esso fa sorgere da tempo per la salute delle persone. Si sappia che

L'industria alimentare reintroduce l'olio di palma, cercando di non farsi notare

per quanto riguarda la problematica ambientale **l'Italia ha addirittura vietato l'impiego di olio di palma e olio di soia** per la produzione di biocarburanti e di elettricità a partire dal 1 gennaio 2023, grazie ad una [petizione parlamentare](#) per iniziativa di Legambiente.

I timori inerenti la salute

Al di là di aspetti economici, commerciali e ambientali, comunque importanti, bisogna parlare di questa ripresa e reimpiego dell'olio di palma in numerosi prodotti alimentari soprattutto per il fatto che quest'olio comporta degli aspetti di pericolosità per la salute dei consumatori. Infatti esso **ha un contenuto di sostanze nocive**, che si formano durante i processi di raffinazione, dieci volte superiore rispetto a quello degli altri oli vegetali raffinati, e in particolare dell'olio di girasole. La pericolosità e nocività di queste sostanze [è attestata](#) dal parere ufficiale congiunto degli esperti dell'**OMS** e della **FAO**, oltre che dal parere tecnico-scientifico di [EFSA](#), l'autorità europea per la sicurezza alimentare, secondo la quale, alla data di emissione del parere, non erano solo i lattanti a rischiare un'esposizione eccessiva ai contaminanti tossici dell'olio di palma GE e 3-MCPD, ma anche bambini e adolescenti consumatori di grandi quantità di dolci confezionati, snack e biscotti. Vorrei ricordare infatti che l'olio di palma **si aggiungeva da anni anche nelle formulazioni di latte artificiale in polvere** per neonati, prima di essere sostituito da olio di girasole, di colza e di cocco.

Prodotti che contengono ancora olio di palma

L'industria alimentare reintroduce l'olio di palma, cercando di non farsi notare



Alcune foto scattate in data 4 Aprile 2025, di prodotti al supermercato che contengono l'olio di palma

L'industria alimentare reintroduce l'olio di palma, cercando di non farsi notare



L'industria alimentare reintroduce l'olio di palma, cercando di non farsi notare



Alla data odierna ci sono ancora diversi prodotti alimentari in commercio che impiegano questo olio. Possiamo citare alcuni risotti pronti, gelati in biscotto, snack da aperitivo, creme spalmabili alla nocciola, salse da condimento e sughi pronti. Ora non resta altro da fare che aspettare e vedere se le aziende alimentari torneranno ad un comportamento più responsabile nei confronti dei consumatori e dell'ambiente (almeno nelle intenzioni e all'apparenza) come fu nel 2018 quando abbandonarono spontaneamente l'uso di questo grasso. **Il tempo ci mostrerà le vere intenzioni dell'industria e le sue scelte**, se saranno a favore della collettività o del loro mero interesse economico. Segnalo infatti che **l'olio di palma è un grasso che consente all'industria maggiori profitti** rispetto a quello di girasole o al burro, infatti costa 3-4 volte meno di questi altri grassi.



L'industria alimentare reintroduce l'olio di palma, cercando di non farsi notare

Gianpaolo Usai

Educatore Alimentare, ha conseguito nel 2014 il Diploma di Nutrizione presso il College of Naturopathic Medicine (UK). Fondatore di ciboserio.it, il portale sulla spesa sana e l'educazione alimentare. Si occupa dello sviluppo di progetti di educazione alimentare in tutta Italia.