



# MITOS:

## "MINYAK SAWIT TIDAK BAIK UNTUK KESEHATAN TUBUH MANUSIA"



# FAKTA:



Minyak sawit mengandung senyawa aktif seperti karotenoid 50 kali lebih banyak dari tomat, tokoferol dan tokotrienol (vitamin E) dan asam lemak esensial (oleat, linoleiat, linolenat) yang berperan penting sebagai antioksidan dan mencegah berbagai penyakit degeneratif pada manusia.



Kelapa sawit memiliki sumber vitamin A 15 kali lebih banyak dari wortel. Kandungan vitamin A dalam buah ini cukup banyak, sehingga dapat memenuhi kebutuhan Anda akan vitamin A. Terutama dalam manfaatnya untuk menjaga kesehatan mata dan juga mencegah penyakit katarak.



Kelapa sawit bisa menjadi sumber nutrisi yang baik untuk dikonsumsi ibu hamil. Kandungan vitamin dalam buah ini bisa membantu perkembangan janin dengan lebih baik dan menghindari kecacatan janin saat dilahirkan.



Kandungan gizi, Vitamin A, vitamin E, asam lemak esensial yang dimiliki minyak sawit justru berkontribusi pada pencegahan berbagai penyakit, seperti penyakit jantung, kanker/tumor, kolesterol, anti radikal bebas, mencegah penuaan dini, pembengkakan hati.



Kelapa sawit juga berfungsi sebagai penambah energi. Buah ini berfungsi sama seperti multivitamin.



Nutrisi dari minyak kelapa sawit membuat kulit segar, lembut dan sehat serta melindungi kulit dari sinar ultraviolet.



Pasokan antioksidan pada kelapa sawit ini juga bermanfaat untuk membantu mencegah degenerasi saraf dengan menghentikan radikal bebas yang merusak otak dan jaringan syaraf, dan meningkatkan sirkulasi, yang meningkatkan perlindungan terhadap penyakit seperti demensia, Alzheimer, Parkinson, dan kondisi mental lainnya.



**FAKTA LAINNYA:** Pada segi Sosial, Ekonomi dan Lingkungan, kelapa sawit menjadi penyumbang devisa negara andalan pada sektor non-migas. Kelapa sawit juga sudah terbukti mampu berperan untuk pengentasan kemiskinan dan pembangunan daerah pinggiran. Untuk masalah lingkungan kelapa sawit menjadi tanaman minyak nabati yang menjadi sumber masalah lingkungan dengan tingkat paling rendah.



# KELAPA SAWIT YANG MENOLONG, JANGAN DIRONGRONG, DENGAN MEMPERCAYAI BERITA BOHONG.