MANIFIESTO DE LISBOA

DEL OLIVE OIL WORLD CONGRESS

«Aceite de oliva virgen extra:
evidencia científica para la salud global»

Este Manifiesto recoge el consenso científico sobre los beneficios del aceite de oliva virgen extra para la salud y la nutrición humanas, y hace un llamamiento a los Gobiernos, las organizaciones internacionales y los sistemas sanitarios para que integren el AOVE en sus estrategias de Salud Pública orientadas a la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles.

Olive Oil World Congress — Lisboa, 2 y 3 de julio de 2026

PREÁMBULO

En el marco del Olive Oil World Congress (OOWC) celebrado en Lisboa los días 2 y 3 de julio de 2026, representantes de todo el sector oleícola mundial suscriben el presente Manifiesto.

Este Manifiesto tiene por objeto consolidar el consenso científico sobre los beneficios para la salud del aceite de oliva virgen extra (AOVE), impulsar la adopción de políticas públicas basadas en la evidencia y promover el consumo de AOVE como medio para mejorar la salud pública en todo el mundo.

Recordando que:

- **El aceite de oliva virgen extra** es una piedra angular de la Dieta Mediterránea, inscrita en 2010 en la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad de la UNESCO y que figura entre los patrones alimentarios con mayor respaldo de la evidencia científica para la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles.
- El olivo (*Olea europaea*) encarna más de seis mil años de historia, cultura y medicina en la cuenca mediterránea, y sus usos terapéuticos han quedado documentados en numerosas civilizaciones desde la Antigüedad.
- El Consejo Oleícola Internacional (COI), la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) y la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA) han reconocido formalmente los beneficios nutricionales y para la salud cardiovascular asociados al aceite de oliva.
- El Olive Oil World Congress reúne a destacados investigadores, profesionales de la salud y agentes de todo el sector oleícola mundial, unidos por el objetivo común de reforzar la relación entre la investigación científica, la salud humana y la producción de aceite de oliva.

Reconociendo que:

- Décadas de investigación científica rigurosa, incluido el estudio PREDIMED —el mayor ensayo clínico realizado hasta la fecha sobre Dieta Mediterránea y salud cardiovascular, con más de 7.000 participantes continuados durante casi cinco años—, han demostrado que un patrón de esta dieta, enriquecido con aceite de oliva virgen extra, puede reducir aproximadamente un 30 % el riesgo de eventos cardiovasculares mayores en comparación con una dieta control.
- El aceite de oliva virgen extra es una fuente alimentaria especialmente rica en ácido oleico —un ácido graso monoinsaturado con efectos cardioprotectores bien establecidos—, así como en compuestos biológicamente activos, entre ellos los polifenoles oleocantal, oleuropeína e hidroxitirosol, cuyas propiedades antiinflamatorias, antioxidantes y neuroprotectoras están respaldadas por un volumen creciente de evidencia científica.
- El oleocantal, compuesto fenólico característico del aceite de oliva virgen extra, actúa, sobre las mismas vías inflamatorias que el ibuprofeno —una analogía basada en el mecanismo y no en el efecto terapéutico—, según han demostrado estudios de laboratorio y, por tanto, puede contribuir a prevenir enfermedades crónicas asociadas a la inflamación sistémica, una de las principales causas de morbilidad y mortalidad en todo el mundo.
- Un amplio conjunto de investigaciones científicas asocia el consumo de AOVE a un menor riesgo de cáncer de mama, colorrectal y de próstata. Entre los mecanismos propuestos, basados principalmente en estudios experimentales y observacionales, figuran la inducción de la apoptosis celular, la inhibición de la angiogénesis tumoral y la protección del ADN frente al daño oxidativo.
- El consumo regular de AOVE puede contribuir a mejorar la sensibilidad a la insulina, reducir la glucemia en ayunas y disminuir el riesgo de diabetes tipo 2 y de síndrome metabólico, trastornos que afectan a más de 500 millones de personas en todo el mundo y que suponen una enorme carga para los sistemas sanitarios.
- La evidencia científica más reciente, presentada en el VI Congreso Internacional sobre Aceites de Oliva y Salud, celebrado en Jaén en junio de 2026 y coorganizado por las Universidades de Jaén y de Navarra y la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard, pone de relieve el importante potencial neuroprotector del AOVE y su posible papel en la prevención del deterioro cognitivo, la enfermedad de Alzheimer y otras enfermedades neurodegenerativas;
- La EFSA ha reconocido oficialmente que los polifenoles del aceite de oliva contribuyen a proteger las partículas de colesterol LDL frente al daño oxidativo, un proceso clave en el desarrollo de la aterosclerosis y de las enfermedades cardiovasculares. La brecha geográfica entre los países productores de aceite de oliva y las regiones que soportan la mayor carga de enfermedades crónicas no transmisibles representa a la vez un importante reto de salud pública y una oportunidad para extender a las poblaciones de todo el mundo los beneficios para la salud documentados del aceite de oliva virgen extra.

Afirmando que:

- La evidencia científica disponible respalda la inclusión del aceite de oliva virgen extra en las guías alimentarias nacionales e internacionales como fuente preferente de grasa saludable para la población general.
- La promoción del consumo de AOVE no es únicamente un objetivo sectorial, sino una prioridad de Salud Pública con potencial para contribuir de forma directa y medible a reducir la mortalidad por enfermedades cardiovasculares, oncológicas y neurodegenerativas.
- La cooperación entre el sector oleícola y la comunidad científica es esencial para garantizar la calidad, la autenticidad y la trazabilidad del aceite de oliva que llega a los

consumidores, requisitos indispensables para maximizar sus posibles beneficios para la salud.

- La evidencia científica actual identifica el AOVE como una de las fuentes de grasa alimentaria más saludables. No obstante, su consumo debe mantenerse dentro de los límites recomendados para la ingesta diaria total de grasas. Por consiguiente, el AOVE debe promoverse como fuente preferente de grasa en el marco de una dieta equilibrada que respete las recomendaciones sobre macronutrientes establecidas internacionalmente.

DECLARAMOS

1. El AOVE como alimento funcional para la salud cardiovascular

Los firmantes reconocen y respaldan el amplio conjunto de evidencia científica que avala el consumo regular de aceite de oliva virgen extra como parte de una estrategia alimentaria para prevenir las enfermedades cardiovasculares. El ensayo PREDIMED y sus posteriores estudios de seguimiento constituyen la base científica más sólida disponible en la actualidad para recomendar el AOVE como principal fuente de grasa en una dieta cardioprotectora. Un patrón de Dieta Mediterránea enriquecido con aceite de oliva virgen extra se ha asociado a una reducción aproximada del 30% del riesgo combinado de ictus, infarto de miocardio y muerte cardiovascular en comparación con una dieta control. Este resultado se refiere al patrón alimentario en su conjunto y no al AOVE considerado de forma aislada.

Los firmantes se comprometen a promover la incorporación de esta evidencia a las estrategias de salud cardiovascular de todo el mundo y a impulsar el reconocimiento del AOVE como parte integrante de los enfoques basados en la evidencia para la prevención y el abordaje de las enfermedades cardiovasculares.

2. Polifenoles del AOVE: más allá de su perfil de ácidos grasos

Los firmantes subrayan que los beneficios para la salud del aceite de oliva virgen extra van más allá de su composición en ácidos grasos. Los polifenoles presentes en el AOVE —entre ellos, el oleocantal, la oleuropeína y el hidroxitirosol— contribuyen a sus potentes propiedades antiinflamatorias y antioxidantes, que complementan y, posiblemente, refuerzan los efectos cardioprotectores del ácido oleico.

Los firmantes reclaman más investigación sobre los mecanismos de acción de estos compuestos, el desarrollo de métodos analíticos normalizados para su cuantificación y la inclusión de información sobre el contenido en polifenoles en el etiquetado del aceite de oliva, de modo que los consumidores puedan tomar decisiones alimentarias mejor informadas. El oleocantal actúa como antiinflamatorio natural mediante mecanismos que, según estudios de laboratorio, se asemejan a los del ibuprofeno. Esta comparación se refiere exclusivamente a su mecanismo de acción y no implica un efecto terapéutico equivalente. El consumo regular de AOVE rico en oleocantal, en el marco de un patrón de dieta mediterránea, puede contribuir a reducir el riesgo de enfermedades relacionadas con la inflamación crónica, como la artritis, las enfermedades cardiovasculares y determinados tipos de cáncer.

3. El AOVE y la prevención del cáncer

Los firmantes reconocen el creciente volumen de evidencia científica que asocia el consumo regular de aceite de oliva virgen extra a un menor riesgo de determinados tipos de cáncer, en particular de mama, colorrectal y de próstata. Esta evidencia procede predominantemente de

estudios observacionales y mecanísticos. Entre los mecanismos propuestos, que siguen en investigación, figuran la modulación epigenética, la inducción de la apoptosis, la inhibición del crecimiento tumoral y la protección frente al daño oxidativo causado por los radicales libres.

Se insta a los organismos de Salud Pública nacionales e internacionales a considerar el papel del AOVE en las estrategias de prevención primaria del cáncer. Asimismo, se exhorta a la comunidad científica a seguir investigando los mecanismos biológicos subyacentes a través de la biología molecular, la epidemiología nutricional y la medicina de precisión.

4. El AOVE, la salud metabólica y la prevención de la diabetes

Los firmantes reconocen el posible papel del aceite de oliva virgen extra para mejorar el control glucémico, reducir la resistencia a la insulina y ayudar a prevenir la diabetes tipo 2 y el síndrome metabólico. Los estudios clínicos y epidemiológicos indican que el consumo regular de AOVE puede mejorar el perfil glucémico, reducir la inflamación de bajo grado asociada a la obesidad y aumentar la sensibilidad periférica a la insulina.

Ante las epidemias mundiales de obesidad y diabetes —solo la diabetes afecta a más de 500 millones de personas en todo el mundo—, los firmantes consideran prioritario incorporar el AOVE a las estrategias basadas en la evidencia para la prevención y el abordaje de los trastornos metabólicos, así como promover activamente su consumo entre las poblaciones de riesgo.

5. El AOVE y la salud neurológica: una nueva frontera de la investigación

Los firmantes reconocen el papel emergente y prometedor del aceite de oliva virgen extra en el mantenimiento de la salud cerebral y su posible contribución a la prevención del deterioro cognitivo asociado a la edad. La evidencia científica reciente sugiere que los compuestos bioactivos del AOVE —en particular, el oleocantal— pueden contribuir a reducir la acumulación de las proteínas amiloide y tau en el cerebro, ambas con un papel central en la patogenia de la enfermedad de Alzheimer.

Los firmantes expresan su firme apoyo a que se siga investigando el posible papel del AOVE en la prevención de la demencia y de otras enfermedades neurodegenerativas. Hacen un llamamiento a la comunidad científica internacional —en particular, a los investigadores en neurología, geriatría y epidemiología nutricional— para que intensifique sus esfuerzos en este campo de importancia estratégica.

6. La Dieta Mediterránea con AOVE como patrimonio de salud global

Los firmantes reafirman que el aceite de oliva virgen extra es una piedra angular de la dieta mediterránea, el patrón alimentario que cuenta con el conjunto de evidencia científica más sólido sobre su papel en la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles. Instan a las organizaciones internacionales de salud, entre ellas la OMS, la FAO y la OPS, a reconocer formalmente el AOVE como alimento funcional de relevancia para la salud pública global.

Asimismo, defienden la Dieta Mediterránea como un modelo alimentario saludable, sostenible y accesible, adaptable a las diversas culturas culinarias del mundo, con lo que contribuye de forma simultánea a la nutrición humana, la salud, la sostenibilidad ambiental y el desarrollo de las comunidades rurales de las regiones productoras de aceite de oliva.

Aunque hunden sus raíces en la Dieta Mediterránea, los beneficios para la salud del aceite de oliva virgen extra no se limitan a las culturas mediterráneas. Las grasas alimentarias están presentes en todas las tradiciones culinarias y están sujetas a niveles de ingesta mínimos y máximos recomendados. Optar por el AOVE como «la grasa de elección» permite a personas de todo el mundo incorporar a su alimentación sus propiedades cardioprotectoras y antiinflamatorias —y sus posibles beneficios neuroprotectores— sin imponer barreras culturales ni restringir su uso a contextos mediterráneos.

COMPROMISOS Y LLAMAMIENTO A LA ACCIÓN

Los firmantes de este Manifiesto de Lisboa se comprometen a trabajar conjuntamente, de forma coordinada y sostenida, para impulsar las siguientes acciones:

- **Actualizar las guías alimentarias.** Abogar por la revisión de las guías alimentarias nacionales e internacionales para que incluyan recomendaciones específicas y cuantificadas sobre el consumo de aceite de oliva virgen extra y reconozcan el AOVE como fuente preferente de grasa alimentaria saludable.
- **Financiar la investigación científica.** Promover una mayor financiación de la investigación de alta calidad sobre los efectos del AOVE en la salud humana, en particular en los ámbitos de la neuroprotección, la prevención del cáncer, la salud metabólica y la longevidad saludable.
- **Formar a los profesionales sanitarios.** Promover la educación y la formación en nutrición de médicos, enfermeros, dietistas, nutricionistas y farmacéuticos sobre los beneficios del AOVE para la salud y sobre los criterios de calidad que influyen en su potencial preventivo y promotor de la salud.
- **Garantizar la calidad, la autenticidad y la trazabilidad.** Apoyar el desarrollo de mecanismos sólidos de control y trazabilidad que aseguren que el aceite de oliva que llega a los consumidores conserva los compuestos bioactivos asociados a sus beneficios para la salud, con especial atención al contenido en polifenoles.
- **Integrar el AOVE en los entornos sanitarios y asistenciales.** Colaborar con las autoridades públicas en el desarrollo de políticas que fomenten el consumo de AOVE en hospitales, residencias, comedores escolares y centros de atención primaria, como medida asequible y de gran impacto para favorecer la salud pública y la prevención de enfermedades.
- **Impulsar la cooperación internacional.** Reforzar la colaboración entre centros de investigación, Universidades y organismos de Salud Pública para acelerar la transferencia del conocimiento científico sobre el AOVE a la práctica clínica, las políticas de nutrición y las estrategias de prevención de enfermedades crónicas.
- **Mejorar la comunicación al consumidor.** Desarrollar campañas de comunicación y sensibilización pública rigurosas, accesibles y basadas en la evidencia, que garanticen a los consumidores un acceso fácil a información clara y comprensible a través de todos los canales adecuados, incluido el etiquetado de los productos.
- **Desarrollar estrategias de comunicación inclusivas.** Superar las barreras culturales y geográficas presentando el AOVE como una fuente de grasa saludable accesible, adaptable y respaldada por la evidencia. Los mensajes dirigidos al público deben destacar que el AOVE puede mejorar los patrones alimentarios de cualquier tradición culinaria, lo que favorece su reconocimiento como alimento de relevancia para la salud global.
- **Combatir la desinformación.** Contrarrestar activamente la desinformación sobre las grasas alimentarias y el aceite de oliva, promoviendo el acceso público a evidencia científica fiable y rebatiendo las afirmaciones infundadas que puedan perjudicar la salud pública o desvirtuar los beneficios del AOVE.
- **Reforzar la cooperación entre los firmantes.** Fomentar la colaboración entre las organizaciones que suscriben este Manifiesto y las que puedan adherirse a él en el futuro, en particular en materia de investigación científica y de difusión eficaz de sus resultados.

MANIFIESTO CONJUNTO

Representantes de instituciones científicas y sanitarias, junto con organizaciones de todo el sector oleícola mundial, se han unido para emitir este Manifiesto Conjunto, en el que

respaldan expresamente el reconocimiento del aceite de oliva virgen extra como un alimento de valor excepcional para la salud humana, avalado por décadas de investigación científica rigurosa.

Los firmantes se comprometen a trabajar de forma coordinada para que la evidencia científica sobre el AOVE se traduzca en políticas de salud pública eficaces en todo el mundo y para que el aceite de oliva virgen extra se reconozca, se promueva y se haga accesible como medio para favorecer la prevención de enfermedades, la salud y el bienestar de las personas en todo el planeta.

COMPROMISOS INSTITUCIONALES

Cada firmante se compromete a presentar este Manifiesto ante sus respectivos gobiernos, sistemas sanitarios, organizaciones internacionales y autoridades competentes, con el fin de promover políticas públicas y estrategias de colaboración que reconozcan el AOVE como un valioso recurso de salud pública y faciliten su integración en los sistemas sanitarios y en los programas de prevención de enfermedades crónicas.

Asimismo, los firmantes se comprometen a contribuir a la construcción de un consenso científico internacional sobre el valor del aceite de oliva virgen extra para la salud y la nutrición humanas, y a defender la calidad, la autenticidad y la investigación como pilares de una cadena de valor del aceite de oliva comprometida con la salud y el bienestar en todo el mundo.

Septiembre de 2026

Olive Oil World Congress

17156974D RAUL COMPES (R: N0011376A) Firmado digitalmente por 17156974D RAUL COMPES (R: N0011376A) Fecha: 2026.09.11 18:28:26 +02'00'

Presidente del Congreso

Coordinador General

Nota científica: *Este Manifiesto se fundamenta en la evidencia científica disponible, incluidos los resultados de los estudios PREDIMED y PREDIMED-Plus, las investigaciones presentadas en el VI Congreso Internacional sobre Aceites de Oliva y Salud (Jaén, 2026), los informes del Consejo Oleícola Internacional, los dictámenes científicos y las comunicaciones publicados por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) y la investigación nutricional basada en la evidencia realizada por las universidades de Jaén y de Navarra y la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard.*

La adhesión al Manifiesto de Lisboa permanece abierta. Cualquier organización que comparta sus principios puede sumarse a él, por lo que la relación de entidades firmantes que figura a continuación se actualiza de forma periódica.

Más información y consulta de las organizaciones adheridas al Manifiesto de Lisboa en:
https://www.oliveoilworldcongress.com/manifiesto-lisboa

ORGANIZACIONES FIRMANTES

actelgrup
España

ADSAICA
Portugal

AgriFood comunicación
España

ALMAZARA ECOLÓGICA DE ENCINASOLA 100% ORGANIC
España

ANIERAC
ASOCIACIÓN NACIONAL DE INDUSTRIALES ENVASADORES Y REFINADORES DE ACEITES COMESTIBLES
España

Anita Zachou
THE OLIVE OIL CONNOISSEUR
Grecia

APOAC
Portugal

ASOLUR
ASOCIACIÓN OLIVÍCOLA URUGUAYA
Uruguay

ASSITOL
Associazione Italiana dell'Industria Olearia
Italia

ASSOLIVE
Brasil

BENESANO
PRODUCTS BASED ON THE OLIVE TREE
Países Bajos

CIHEAM ZARAGOZA
España

CITOLIVA
España

Confagricoltura
Italia

CUOR D'VERDE
Italia

Darmmess
EARLY HARVEST PREMIUM EXTRA VIRGIN OLIVE OIL
HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA
HIGH PHENOLIC
Líbano

Dazeite
OLIVE OIL BUSINESS
Portugal

d'O Oli de Mallorca
DENOMINACIÓ D'ORIGEN
España

DRUŠTVO MASLINARA BAR
Montenegro

EPAMIG
Pesquisa Agropecuária
Brasil

EEZ
ESTACIÓN EXPERIMENTAL DEL ZAIDÍN
España

ETSIAM
Escuela Técnica Superior de Ingeniería Agronómica y de Montes
UNIVERSIDAD D CÓRDOBA

UNIVERSIDAD D CÓRDOBA

España

FEDEROLIO
Federazione Nazionale del Commercio Oleario
Italia

FEN
España

Más información y consulta de las organizaciones adheridas al Manifiesto de Lisboa en: **https://www.oliveoilworldcongress.com/manifiesto-lisboa**

FINUT Fundación Iberoamericana de Nutrición
España

FRANCE Olive
Francia

FUDS FARMER'S UNION FOR DEVELOPMENT & SUSTAINABILITY
Túnez

Desde 1990 FUNDACIÓN DEL OLIVAR BASE DE LA DIETA MEDITERRÁNEA
España

Fundación Patrimonio Comunal Olivarero
España

Pakistán

HPK
Croacia

IBRAOLIVA Instituto Brasileiro de Olivicultura
Brasil

inct institutos nacionais de ciência e tecnologia
Brasil

Oliva e Azeite BRASILEIROS
Brasil

INOVTECHAGRO
Portugal

Institut za poljoprivredu i turizam 1875
Croacia

Instituto Alimentación y Sociedad
Universidad CEU San Pablo
España

JAHANGIR TVTC (Olive School)
Irán

Loralai Olives
Pakistán

North American Olive Oil Association NAOOA
Estados Unidos

Olea Conseils
Analyse sensorielle, formation conseil et accompagnement
Túnez

Oleaphen
Chipre

Oleo
España

OlieOlie FROM GROVE TO TABLE
Estados Unidos

Olive Health INSTITUTE
Países Bajos

Olivedos do Carso
Portugal

Olivum Associação de Olivicultores e Lagares de Portugal
Portugal

Pak Olive
A Project of Government of Pakistan
Pakistán

Más información y consulta de las organizaciones adheridas al Manifiesto de Lisboa en: **https://www.oliveoilworldcongress.com/manifiesto-lisboa**

Portugal

Portugal

España

España

España

España

Grecia

Albania

Croacia

Brasil

Brasil

Brasil

España

Internacional

Croacia

Portugal

Eslovenia