

Pengaruh asupan asam lemak trans terhadap profil lipid darah

Sartika, Ratu Ayu Dewi

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=9760&lokasi=lokal>

Abstrak

Masalah gizi di Indonesia menunjukkan adanya transisi epidemiologis, dimana penyakit pembunuh yang dulu hanya didominasi oleh penyakit infeksi, kini meningkat disebabkan oleh penyumbatan pembuluh darah yang merupakan ciri penyakit modern. Penyebabnya antara lain gaya hidup sebagian anggota masyarakat yang cenderung lebih bersifat sedentary life style dengan pola makan salah. Salah satu jenis asupan asam lemak selain asam lemak jenuh yang menjadi sorotan akhir-akhir ini adalah asam lemak trans yang dapat meningkatkan kolesterol LDL (K-LDL), rasio kolesterol total/K-HDL, rasio K-LDL/K-HDL dan menurunkan kolesterol HDL (K-HDL). Asam lemak trans secara alami terdapat pada ruminansia dan hasil proses menggoreng (deep frying) Serta margarin/produk makanan jadi yang menggunakan minyak terhidrognasi.

Nutrition related problems in Indonesia has showed the epidemiological transition, from the domination of infectious diseases to blood vessel clotting related diseases which is typical to be a modern disease. One of the reasons is that the life style of some society tends to become so called a sedentary life style, with an improper eating pattern. Another type of the intake of fatty acid from saturated fatty acid, namely trans fatty acid has recently come into consideration as it can elevating such LDL cholesterol (LDL-C), ratio of total colesteroL/HDL-C, ratio of LDL- CIHDL-C, and decreasing the HDL cholesterol (HDL-C). By nature, the trans fatty has found in the ruminant and the products of deep frying processes, as well as margarine food that processed with hydrogenated vegetable oil.