

Пищевые добавки



Выполнила ст.гр.ТППРС 2-16
Ахмедова Нурпери

Цель исследования:

Изучение пищевых добавок в продуктах питания, их предназначение, и влияние на здоровье человека.

Задачи

исследования:

- Раскрыть значение пищевых добавок, применяемых для производства пищевых продуктов.
- Определить, как влияют пищевые добавки на человеческий организм.

Пищевые добавки-

— природные или искусственные вещества и их соединения, специально вводимые в пищевые продукты в процессе их изготовления в целях придания пищевым продуктам определенных свойств и сохранения качества пищевых продуктов.

Пищевые добавки — вещества, в нормальных условиях не используемые как пища или как типичные пищевые ингредиенты, которые в технологических целях добавляются в продукты питания в процессе производства, упаковки, транспортировки или хранения для придания им желаемых свойств.

Зачем нужны пищевые добавки?

- История применения консервантов и красителей насчитывает тысячелетия. Первоначально это были всем известные специи – **соль, сахар, уксус**. В качестве красителей выступали овощи и куркума.

С развитием химической и пищевой промышленности в наш обиход вошло великое множество синтетических заменителей, которые на этикетках продуктов обозначаются буквенные кодом Е.

Современные пищевые добавки выполняют две главные задачи:

- увеличивают срок хранения продуктов питания, что необходимо для их транспортировки в разные уголки земного шара;
- придают продуктам питания необходимые и приятные свойства – красивый цвет, привлекательный вкус и аромат, густую консистенцию.

пищевые добавки разделяют на несколько групп:

- вещества, улучшающие внешний вид пищевых продуктов (красители, стабилизаторы окраски, отбеливатели);
- вещества, регулирующие вкус продукта (ароматизаторы, вкусовые добавки, подслащивающие вещества, кислоты и регуляторы кислотности);
- вещества, регулирующие консистенцию и формирующие текстуру (загустители, гелеобразователи, стабилизаторы, эмульгаторы и др.);
- вещества, повышающие сохранность продуктов питания и увеличивающие сроки хранения (консерванты, антиоксиданты и др.).

К пищевым добавкам не относят соединения, повышающие пищевую ценность продуктов питания и причисляемые к группе биологически активных веществ, такие как витамины, микроэлементы, аминокислоты и др.

Классификация по номерам

- Для классификации пищевых добавок в странах Евросоюза разработана система нумерации (действует с 1953 года). Каждая добавка имеет уникальный номер, начинающийся с буквы «Е».
- E100 - E182 - красители;**
- E200 - и далее - консерванты;**
- E300 - и далее - антиокислители (антиоксиданты);**
- E400 - и далее - стабилизаторы консистенции;**
- E450 - и далее - эмульгаторы;**
- E300 - и далее - регуляторы кислотности, разрыхлители;**
- E600 - и далее - усилители вкуса и аромата;**
- E700 - E800 - запасные индексы для другой возможной информации;**



Пищевые добавки E и безопасность

- Как искусственные ингредиенты влияют на наше здоровье – вот главный вопрос, который волнует современных потребителей.

Существует целый список солидных международных и отечественных организаций, которые занимаются исследованием влияния пищевых добавок на организм человека.

Индекс Е специалисты отождествляют как со словом Европа, так и с аббревиатурами ЕС/ЕУ, которые в русском языке тоже начинаются с буквы Е, что в переводе на русский означает «съедобный».

Индекс Е в сочетании с трех- или четырехзначным номером - синоним и часть сложного наименования конкретного химического вещества, являющегося пищевой добавкой.

Присвоение конкретному веществу статуса пищевой добавки и идентификационного номера с индексом «Е» имеет четкое толкование, подразумевающее, что:

- а) данное конкретное вещество проверено на безопасность;
- б) вещество может быть применено в рамках его установленной безопасности и технологической необходимости при условии, что применение этого вещества не введет потребителя в заблуждение относительно типа и состава пищевого продукта, в который оно внесено;
- в) для данного вещества установлены критерии чистоты, необходимые для достижения определенного уровня качества продуктов питания

Запрещённые добавки:

— это добавки, достоверно приносящие вред организму.

E121 — Цитрусовый красный 2 (**краситель**)

E123 — Красный амарант (краситель)

E128 — 03.09.2007. Красный 2G (краситель)

E216 — Пара-гидроксibenзойной кислоты пропиловый эфир, группа **парабенов** (**консервант**)

E217 — Пара-гидроксibenзойной кислоты пропилового эфира натриевая соль (**консервант**)

E240 — Формальдегид (**консервант**)

ОПАСНЫЕ ПИЩЕВЫЕ
E-ДОБАВКИ

информационно-справочное пособие

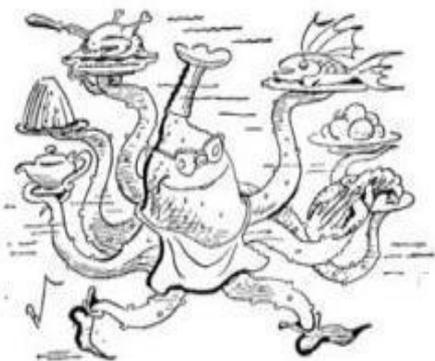
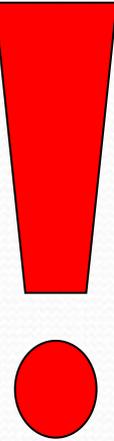


Таблица вредных пищевых добавок

ТАБЛИЦА ВРЕДНЫХ ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК								
ОЧЕНЬ ОПАСНЫЕ	E123	E510	E513E	E527				
ОПАСНЫЕ	E102	E110	E120	E124	E127	E129	E155	E180
	E201	E220	E222	E223	E224	E228	E233	E242
	E400	E401	E402	E403	E404	E405	E501	E502
	E503	E620	E636	E637				
КАНЦЕРОГЕННЫЕ	E131	E142	E153	E210	E212	E213	E214	E215
	E216	E219	E230	E240	E249	E280	E281	E282
	E283	E310	E954					
РАССТРОЙСТВО ЖЕЛУДКА	E338	E339	E340	E341	E343	E450	E461	E462
	E463	E465	E466					
КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	E151	E160	E231	E232	E239	E311	E312	E320
	E907	E951	E1105					
РАССТРОЙСТВО КИШЕЧНИКА	E154	E626	E627	E628	E629	E630	E631	E632
	E633	E634	E635					
ДАВЛЕНИЕ	E154	E250	E252					
ОПАСНЫЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ	E270							
ЗАПРЕЩЕННЫЕ	E103	E105	E111	E121	E123	E125	E126	E130
	E152	E211	E952					
ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ	E104	E122	E141	E171	E173	E241	E477	



Практически во всех продуктах питания присутствуют пищевые добавки, которые по-разному влияют на организм человека.



В майонез E-320 и E-330,
содержащиеся в Провансале
оливковом и Mr.Risso имеют
тенденцию к появлению и
развитию онкологических
заболеваний



В чипсах, как и в кетчупах много добавок. Чаще всего встречается глутамат натрия **E-621** о котором мы рассказали при описании добавок в продуктах быстрого приготовления. Здесь, производители так же пишут полное название, надеюсь, на неграмотность населения.

Самые обычные продукты питания представленные на этой фотографии, в сумме имеют следующие добавки:
E-234, E-407, E-331, E-339, E-452, E-420, E-967, E-421, E-965, E-950, E-951, E-330, E-296, E-322, E-903, E-321, E-415, E-260, E-200, E-385, E-416, E-418*, E-162, E-160a, E-473, E-322, E-953, E-296...
Порой надо узнать не только расшифровку кода, а наоборот код из названия добавки. **Наша памятка справится с этим!**

Берегите свое здоровье, обращайтесь внимание на состав,
ведь, например, мало кто знает, что на одном из этих продуктов написано:
НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ БЕРЕМЕННЫМ И КОРМЯЩИМ ЖЕНЩИНАМ.



В состав *газированных напитков* входят различные консерванты, ароматизаторы и красители, которые неблагоприятно влияют на желудочно-кишечный тракт.

Колбаса докторская «Экстра»

включают в себя
пищевую *добавку E 627*,
пищевая добавка вредная
для здоровья



Вывод:

Необходимо использовать в пищу натуральные продукты, овощи, фрукты, а не принимать полуфабрикаты и продукты быстрого приготовления, сразу готовые к употреблению. Все изученные продукты имеют большой срок хранения. Тогда как натуральные продукты долго невозможно хранить без добавления пищевых добавок.



Что необходимо знать потребителям о пищевых добавках.

- Пищевые добавки **E** присутствуют практически во всех продуктах питания на прилавках наших магазинов. Информация о них обязательно должна отражаться на этикетке товара.

Благодаря исследованиям специалистов, в списки вредных для здоровья пищевых добавок постоянно вносятся изменения. За информацией об их безвредности необходимо следить постоянно, так как ряд недобросовестных производителей в целях уменьшения себестоимости продукции нарушают рекомендованную технологию производства.

Следует также обратить внимание на синтетические добавки, формально не запрещенные, но, по мнению многих специалистов, небезопасные для нашего здоровья.

Информационные ресурсы:

- http://naturalika.ru/perechen_pischevyh_dobavok,
http://prodobavki.com/modules.php?name=articles&article_id=65,
<http://appetissimo.ru/index.php/akademiya/2161-eeeeeee.html>.



**Спасибо за
внимание!**

Будьте здоровы!