



Они повсюду...

# ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ

На сегодняшний день число пищевых добавок, применяемых в различных странах, составляет около 500. Из 480 исследованных в Украине добавок к применению в пищевой промышленности разрешена 371 добавка, из них приблизительно половина - натуральные, а остальные - синтетические. 105 добавок не получили абсолютного разрешения к применению, а **4 - запрещены.**

**Запрещенными в Украине добавками являются:**

**E 121** - "цитрус красный", искусственный краситель;

**E 123** - "амарант", искусственный красный краситель;

**E 239** - "гексаметилентетрамин", консервант;

**E 240** - "формальдегид", консервант



# Красители

**Опасные добавки группы E-100-199** (придают продуктам питания цвет, восстанавливают цвет продукта утраченный при обработке. Могут быть естественными, как бета-каротин или химическими, как тартразин.)

**E-102, E-110, E-120, E-124, E-127** - канцерогены, провоцируют приступы астмы, кожные заболевания;

**E-131, E-142** - вызывают аллергические реакции, гиперактивность у детей, не всасываются



# Консерванты

## Опасные добавки группы E-200-E-299

отвечают за сохранность продуктов, предотвращая размножение бактерий или грибков. Химические стерилизующие добавки для остановки созревания вин, дезинфектанты.

**E-210, E-211, E-212, E-213, E-215, E-216, E-217, E-240** – способствуют возникновению раковых заболеваний;

**E-230, E-231, E-232, E-238** – вредны для кожи ;

**E-221, E-222, E-223, E-224, E-226** – вызывают расстройство кишечника;

**E-250, E-251** – влияют на артериальное давление.



# Антиоксиданты

## Опасные добавки группы E-300-

**E-399** (защищают продукты питания от окисления, прогорькания и изменения цвета. Представляют собой как природные соединения (аскорбиновая кислота, витамин E), так и химически синтезированные, не встречающиеся в природе соединения. Добавляют в жировые и масляные эмульсии (например, майонез).

**E-330** - канцероген;

**E-311, E-312, E-313** - могут вызывать сыпь;

**E-320, E-321** - ни что иное, как холестерин;

**E-322, E-338, E-340, E-311** - вызывает сильное расстройство желудка, от



# Стабилизаторы

## Опасные добавки группы E-400-

**E499** (сохраняют консистенцию продуктов, повышают их вязкость. Например пектин E440).

**E-450** - чрезмерное употребление фосфатов чревато ухудшением усвоения кальция, что приводит к отложению в почках кальция и фосфора и способствует развитию остеопороза;

**E-461, E-462, E-463, E-465, E-466** - вызывают расстройства желудка.



# Загустители

## Модифицированный

**крахмал** – продукт, который получают в результате воздействия на обычный крахмал различными химическими реагентами с целью получить готовое соединение с предварительно определенными характеристиками и свойствами; считается пищевой добавкой, которая предотвращает образование комков в готовой продукции пищевого назначения. Не несет ощутимого вреда живым организмам, однако производители часто скрывают несвежий вид продуктов, которые используют в приготовлении, добавлением этого крахмала.

**Содержится практически во всех продуктах значит, что производителям не столь трудно человека в бесспорном качестве продук**



**Запомните эти пищевые добавки, чтобы сохранить свое здоровье на долгие годы!**

### Схема воздействия Е-добавок на организм

- Неправильное развитие плода E233
- Приводят к заболеваниям кожи E230-E233

Аллергены E131, E132, E160, E210, E214, E217, E230, E231, E232, E239, E311-E313

Влияет на уровень холестерина в крови E320

Нежелательно астматикам E102, E107, E122-E124, E155, E211-E214, E217, E221-E227

Влияют на печень и почки E171-E173, E220, E302, E320-E322, E510, E518

Расстройство пищеварения E338-E341, E407, E450, E461, E463, E465, E466

Расстройство кишечника E220-E224







# Конец

Выполнила : Заикина Алина,  
ученица 11-Б класса