



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 –влияю 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 - вызывают 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