

Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 9 г. Тихвина

Пищевые добавки и их влияние на здоровье человека

Выполнила: Игнатьева Валерия
8 «Б» класс

Тихвин 2017 г.

Одно из изобретений человечества для получения пищевого разнообразия - пищевые добавки. Ежедневно практически любой человек на земном шаре использует с продуктами питания хотя бы одну из самых популярных пищевых добавок - соль, сахар, перец, лимонную кислоту.



*Актуальность:

1. Что представляют эти продукты?
2. Как они влияют на организм человека?
3. Задумываемся ли мы над этими вопросами, когда идем в магазин?

* Цель



Исследовать продукты питания на наличие пищевых добавок и влияние их на организм человека.

*Задачи

- Узнать историю пищевых добавок.
- Изучить классификацию используемых пищевых добавок.
- Провести опрос и выявить знания ровесников о пищевых добавках.

* **Пищевые добавки** - вещества, добавляемые в технологических целях в пищевые продукты в процессе производства, упаковки, транспортировки или хранения для придания им желаемых свойств, например, определённого аромата (ароматизаторы), цвета (красители), длительности хранения (консерванты), вкуса, консистенции и т. п.



* История пищевых добавок

- * История применения пищевых добавок (уксусная и молочная кислоты, поваренная соль, некоторые специи и др.) насчитывает несколько тысячелетий.
- * 1856 году немецкий химик Юстус Либих изобрел «мясной экстракт» без добавления мяса, распространенный теперь в качестве бульонных кубиков.
- * В 1869 году был получен твердый жир
- * В 1902 году американец Норманн сумел так усовершенствовать гидрирование, что в итоге получалась не плотная, а мягкая жирная масса - маргарин.
- * 1969 году запрещен к применению Циклакат - синтетическое вещество на основе нефти, слаще сахара в 200 раз канцероген, провоцирует рак.

* Классификация пищевых добавок

- Антиокислители



- Красители

■ Эмульгаторы



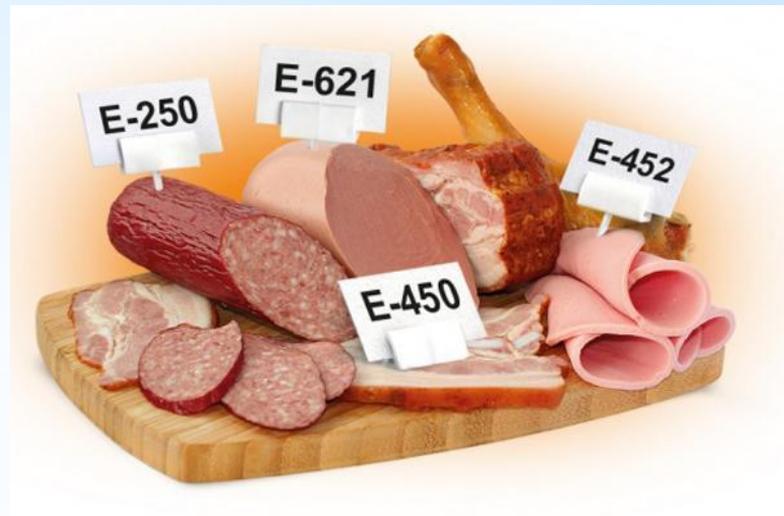
■ Консерванты



■ Усилители вкуса и запаха



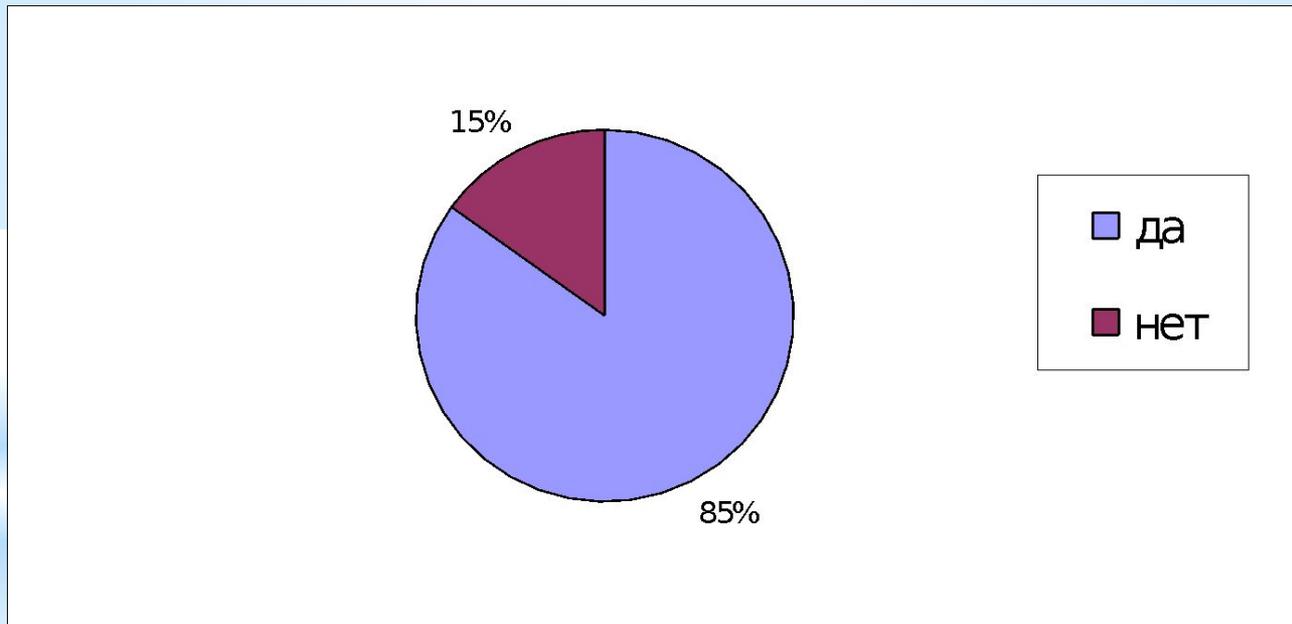
- Стабилизаторы



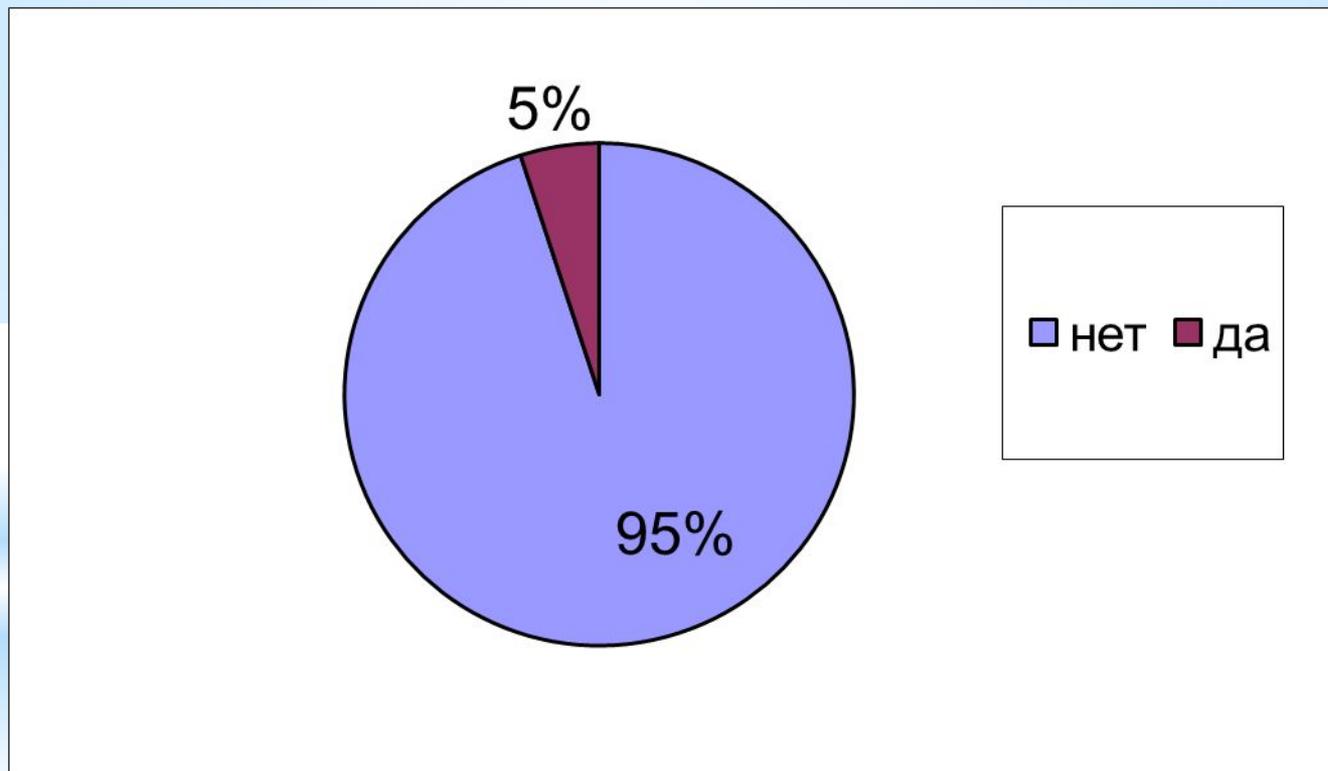
- Подсластители

* Анкетирование

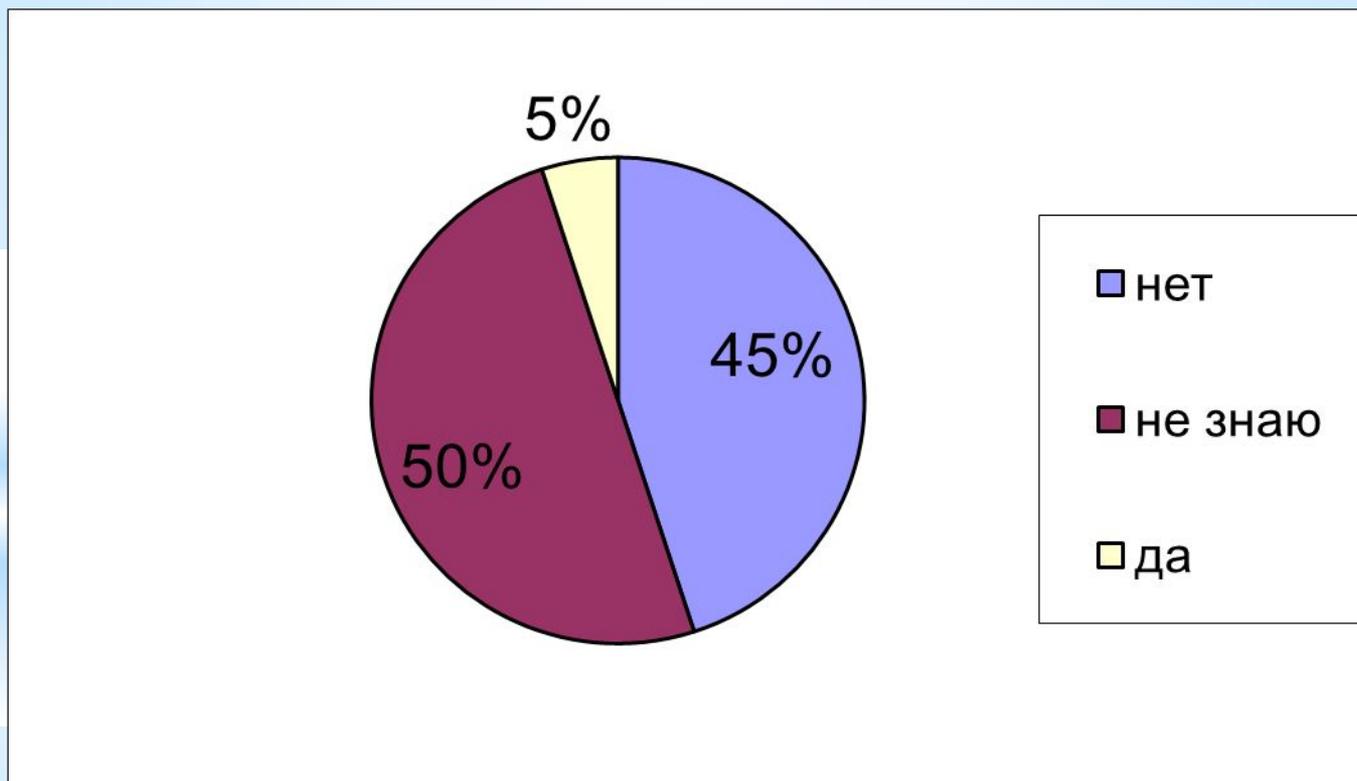
* Знаете ли Вы, что в продукты добавляют пищевые добавки?



*Обращаете ли Вы внимание на состав при выборе продуктов питания?



* Как вы считаете, полезны ли пищевые добавки, входящие в продукты питания?



* Заключение

- * Не покупать продукты неестественно яркого цвета. Скорее всего, в них повышенное содержание красителей!
- * Избегать продуктов со слишком долгим сроком хранения!
- * Убрать со своего рациона чипсы, сухарики газированные напитки!
- * Выбирая продукты питания, быть внимательным!

**Будьте
здоровы!**



Список используемой литературы.

1. Биоактивные пищевые добавки. Сила и здоровье вашего организма: Вера Соловьева – Москва, Центрполиграф, МИМ-дельта, 2003 г.
2. Биологически активные добавки. Здоровье женщины и мужчины: Г.Н. Докучаева – Москва, ИЦ ЭНАС, 2006 г.
3. <http://www.abakbot.ru/online> Здоровье и медицина.
4. <https://ru.wikipedia.org> Пищевые добавки.