

CO JEŠTĚ MŮŽE ZNEČIŠŤOVAT STRAVU

Největší podíl chemikálií tvoří potravinářské přídatné látky, jež se přidávají k kvůli zlepšení vzhledu, chuti, prodloužení trvanlivosti atd. Jsou uvedeny ve sb. Zákonů, NAŘÍZENÍ KOMISE EU č.1129/2011 ad. spisech.

Mezi přídatné látky patří:

1/ látky přirozené:

např. vitaminy, přírodní barviva

2/ uměle syntetizované sloučeniny:

kupř. umělá barviva, konzervanty

Mezi působením látek přirozené struktury a umělými sloučeninami je značný rozdíl v jejich působení.

Mnohá aditiva patří k rizikovým složkám stravy a některé se zařazují mezi toxické kontaminanty!



HODNOCENÍ PŘÍDATNÝCH LÁTEK

K lepší orientaci a možnosti rozlišení akceptovatelnosti aditiv jsme vyvinuli 4 bodový systém hodnocení, pomocí něhož lze jednoduše určit míru rizik.

System hodnocení:

- 1- přijatelné působení
- 2- látky méně vhodné
- 3- nepříznivé působení
- 4- látky s výrazně nepříznivým účinkem



NEJRIZIKOVĚJŠÍ SKUPINY ADITIV

Konzervanty (E 200-285 a další)

E200,202,203 (kyselina sorbová a její soli):3

E210 - 219 (kyselina benzoová a její soli):5, E220- 228 (siřičitany apod.) : 5 ,

E 230 -233 : 5, E234 (nisin) :4 , E 235,242 : 5 , E 249,250 (dusitany!) : 5 ,

E 251,252 (dusičnany) : 4 , E280: 4, E 281,282,283 : 4 , E 284,285 : 5 ,

Náhradní sladidla (hlavně E 420-959)

E420,421,953 (sorbitol): 3, E 956,965,966,967: 3, E 950(acesulfam K):4,

E951(aspartam):4, E 952 (cyklamáty): 5, E 954 (sacharin):5, E 957 : 3,

E 959 :4, E 961 (Neotam - derivát aspartamu): 4.

Umělá sladidla jsou určena jen pro diabetiky!

Proto je třeba brát jejich přídavek do běžného výrobku jako **nadužití**.

U některých umělých sladidel byla už dávno **potvrzena karcinogenita**.

NEJRIZIKOVĚJŠÍ SKUPINY ADITIV

× **Látky chuťově povzbuzující (E 620-635)**

E620-625 (kys. glutamová a její soli):4,

E626-629 (kys.guanylová a její soli) :4,

E630-633 (kys. inosinová a její soli) :4, E634,635:4 .

- × Glutamáty a kyselina glutamová se přirozeně vyskytují v různých surovinách. **Rozhodující pro posuzování jejich vhodnosti** je to, zda jde o přirozeně se vyskytující látky, nebo o uměle vyráběné sloučeniny. Kyselina glutamová se může vyskytovat ve dvou stereoizomerech: buď jako kyselina L-glutamová, nebo kyselina D-glutamová (má opačnou optickou aktivitu). Živé normální organismy většinou vytváří pouze proteiny obsahující **L-formu**. Výjimkou jsou proteiny dodatečně modifikované, přičemž mohou vznikat nevhodné **D-formy**, které se řadí k typickým toxinům, jejichž vyšší přídavek tedy **škodí**.