

АНАЛИЗ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ НЕКОТОРЫХ ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК В ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ

© Заяц О.В., Лиджиева А.В.

Научный руководитель: к.м.н. доцент Васильев Ю.В.

Кафедра общей гигиены

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Контактная информация: Заяц Олеся Викторовна — студентка 3 курса медико-профилактического дела.

E-mail: olesya.zyats@yandex.ru.

Лиджиева Алина Вячеславовна — студентка 3 курса медико-профилактического дела.

E-mail: alina.lidgieva@gmail.com

Ключевые слова: сорбат калия (E202), моно- и диглицериды жирных кислот (E471), лецитин (E322).

Актуальность исследования: Как известно, пищевые добавки (ПД) являются компонентом различных продуктов питания и включают красители, антиокислители, эмульгаторы, ароматизаторы, консерванты и др. Не все из допущенных к обороту в Российской Федерации абсолютно безвредны. Анализ распространенности ПД в продуктах питания с учетом их вреда и пользы поможет дать наиболее полное представление о влиянии ПД на организм [1, 4].

Цель исследования: Изучить распространенность ПД в продуктах питания.

Материалы и методы: Товароведческий анализ пищевых продуктов, содержащих ПД на предприятиях розничной торговли, опрос в гугл-форме с помощью самостоятельно разработанной анкеты [2].

Результаты: Наиболее часто в изученных продуктах питания встречается сорбат калия, моно- и диглицериды жирных кислот, лецитин. Сорбат калия (E202) содержится в различных соусах, выпечке, в конфетах, мясе, сырах и т.д. Около 23% опрошенных употребляют эту ПД, т.к. она входит в состав многих продуктов питания. Моно- и диглицериды жирных кислот (E471) входят в состав джемов, теста, мясных и молочных изделий, десертов и т.д. Около 16% опрошенных получают эту ПД с рационом питания. Лецитин (E322) входит в состав хлебобулочных изделий, в маргарин и шоколад. Около 9% опрошенных употребляют эту ПД на регулярной основе, но в отличие от вышеперечисленных ПД, лецитин обладает благоприятными свойствами. При расщеплении этого вещества образуется необходимый организму холин [3].

Выводы: При анализе состава распространённых продуктов питания чрезвычайно агрессивных консервантов не было найдено, все вышеперечисленные пищевые добавки являются умеренно вредными, в большой концентрации встречаются редко. Также было установлено, что некоторые пищевые добавки способны позитивно влиять на организм человека.

Литература

1. Песонина С.П., Васильев Ю.В., Черных А.А. Гомотоксикология — связующее звено между гомеопатией и научной медициной (Актуальные вопросы антгоммотоксической терапии препаратами фирмы «Neel»). СПб.: Центр гомеопатии, 2003. 112 с.
2. Технический регламент Таможенного союза ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции».
3. В.В. Бессонов // Пищевые ингредиенты в создание современных продуктов питания: монография (сборник статей) / под ред. В.А. Тутельяна, А.П. Нечаева. — М.: ДеЛи плюс, 2014.
4. Балахонова, Я. И. Избегающе ограничительное расстройство пищевого поведения в педиатрической практике / Я. И. Балахонова, Н. Д. Тулинова // Forcipe. — 2021. — Т. 4. — № S1. — С. 686–687. — EDN LSPWBH.