

# АДИТИВИ

## Што се прехранбените адитиви?

Прехранбените адитиви се супстанции со познат хемиски состав кои нормално не се внесуваат како храна, ниту како состојка на храната, без разлика на нивната нутритивна вредност. Адитивите целно се додаваат во храната за подобрување на нејзиниот технолошки состав и тоа во текот на производството, подготовката, обработката, преработката, пакувањето, транспортот и чувањето. Адитивите коишто после додавањето во храната го постигнале својот ефект стануваат состојка на храната.



## Како да провериме дали има адитив во храната

Адитивите кои се користат во производството и приготвувањето на прехранбениот производ и се присутни во готовиот производ, дури и во изменет облик **задолжително се означени во декларацијата на производот.** Тие се означуваат со името на категоријата,

специфичното хемиско име или Е број. Доколку адитивот има повеќе од едно технолошка функција треба да се наведе истата која истовремено е и категорија на адитивот.

### **СОВЕТИ ЗА ПОТРОШУВАЧИТЕ**

Со разноврсна и умерена исхрана не постојат можности луѓето кои се хранат со индустриски преработена храна да внесат прехранбени адитиви повеќе од прифатените дневни количини. Тоа се количини кои не делуваат на здравјето на луѓето. Ова се однесува само за здравата популација. Луѓето кои имаат здравствени проблеми, во зависност од болеста или интолеранцијата самите или на совет од својот доктор решаваат дали ќе конзумираат некоја храна која содржи одреден адитив означен во декларацијата на храната или не.

За да се даде одговор на прашањето за влијанието на адитивите врз здравјето се вршат постојано испитувања со користење на нови осетливи аналитички методи.

Потрошувачите имаат свои права и оврски. Во врска со правата на потрошувачите производителите и трговците се должни на пазарот да пуштаат во промет безбедна храна. Храната треба да биде соодветно означена бидејќи означувањето петставува значајна информација за потрошувачот. Со внимателно читање на декларацијата потрошувачот може да избегне конзумирање на прехранбени производи или состојки на кои е осетлив или влијаат врз неговата здравствена состојба. Означувањето и рекламирањето на храната не смеат да го доведат потрошувачот во заблуда. Должност на потрошувачот не е пасивност при купувањето на храната, туку активно учество со користење на правата утврдени со Закон. Секоја неправилност која ги нарушува

неговите права треба да се пријави до надлежните институции во државата.

Потрошувачот кога е правилно информиран може самиот да избере дали ќе се храни со органски произведена храна, храна произведена на традиционален начин, индустриски произведена храна, храна од својата градина или слично.

Правото на избор, разноврсноста во исхраната, правилните навики во исхраната го прават внесот на сите состојки па и на адитивите балансиран во согласност со основните барања на науката за исхрана.