

Король А.М., Скадорва Е.В.

ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ РИСКИ, СВЯЗАННЫЕ С УПОТРЕБЛЕНИЕМ ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК

Научный руководитель: канд. мед. наук Петровская О.Н.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

В современном мире использование пищевых добавок становится все более широким. Вместе с тем, растет и обеспокоенность о возможных рисках, связанных с их потреблением. Потребители все чаще задумываются о значимости здорового питания и интересуются качественным составом продуктов, которые они употребляют. Имея научные данные о рисках пищевых добавок, потребители могут принимать более осознанные решения относительно своего фактического питания. Научные исследования в этой области могут служить основой для разработки эффективных мер профилактики, направленных на защиту здоровья населения.

Для анализа и оценки потенциальных рисков, а также благоприятных воздействий, связанных с употреблением разрешенных пищевых добавок, разработки рекомендаций для обеспечения безопасности и защиты здоровья потребителей были использованы различные источники информации, включая: данные из доступных научных публикаций, отчетов Всемирной организации здравоохранения, электронных ресурсов, интервью, научные видеоматериалов. В работе исследованы потенциальные побочные эффекты, а также дозировки, при которых добавки являются безопасными для здоровья человека.

Исследование идентифицировало потенциальные риски: нарушение пищеварения и его расстройства (E221-226, E450-453, E461, E463), вред для кишечника (E220-E224, E154), отрицательное влияние на работу печени и почек (E171-173, E220, E302, E320), повышение уровня вредного холестерина (E320, 466, 471), возникновение аллергических реакций (E131, E132, E160, E210, E214, E217, E230-232, E239, E311-313), влияние на состояние кожи (могут вызвать сыпь) (E151, E160, E230-233), провоцирование скачков артериального давления (E154), отрицательное влияние на ход беременности и состояние плода (E233), могут спровоцировать появление опухолей. (E103, E105, E121, E123, E125, E126). Благоприятные воздействия представляют собой отсутствие негативных эффектов на здоровье при употреблении разрешенных пищевых добавок в соответствии с соблюдением технологии производства. Это может включать восполнение недостающих питательных веществ, улучшение состояния здоровья или поддержание его на оптимальном уровне, повышение общего благополучия и качества жизни, улучшают внешний вид, препятствие биологической порчи продукта, предотвращение химического окисления и роста микроорганизмов, улучшение структуры и текстуры пищевых продуктов.

На основе проанализированной литературы разработаны рекомендации для обеспечения безопасности: ужесточение стандартов безопасности, улучшение маркировки и информирование потребителей, а также обновление методов тестирования и оценки безопасности.

Ключевым моментом является полное обеспечение производителями потребителей достоверной информацией на основе научных исследований. Это поможет повысить уровень осведомленности и понимания рисков и опасностей, связанных с потреблением пищевых добавок, и сделать более обоснованный выбор при покупке и употреблении продуктов.

Таким образом, использования пищевых добавок в современном мире возрастает, вызывая рост обеспокоенности возможными негативными последствиями для здоровья. Результаты исследования выявили потенциальные риски, однако при правильном использовании в рекомендованных дозировках добавки безопасны и не противоречат принципам здорового питания. Эти результаты важны для разработки политики и законодательства, а также для повышения осведомленности потребителей.