

Tájékoztató az élelmiszer adalékanyagokról

Sohár Pálné

Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet, Budapest

Érkezett: 1998. június 4.

Már hónapokkal ezelőtt megjelent és azóta időről időre felbukkan egy „a Düsseldorf-i Egyetem Gyermekek Rákkutató Klinikájának közlése”-ként feltüntetett lista az élelmiszer adalékanyagokról, mely az úgymond „ártalmatlan”, „gyanús”, „veszélyes”, „egészségkárosító” és „rákkeltő” csoportba osztva felsorolja ezen anyagok E-számait.

Ez a névtelen adalékanyag-lista nyilvánvaló hamisítvány, hiszen nem a hivatkozott egyetemről került ki. Ilyen lista ebben vagy ehhez nagyon hasonló formában 20 éve létezik és forog közkézen Európában, általában elismert, jó nevű egészségügyi intézetekre, kórházakra hivatkozva. Előfordult, hogy maga az idézett intézet volt kénytelen külön közleményben elhatárolni magát az ügytől. A folyamatosan megnyilvánuló fogyasztói aggodalmak (érdeklődő telefonok, levelek) arra utalnak, hogy sokakat megtéveszt vagy megzavar a lista tartalma, ezért szükségesnek tartjuk az alábbiak közlését.

Az élelmiszer adalékanyagok felhasználása Magyarországon ugyanúgy mint a fejlett országokban mindenütt nagyon szigorú feltételekhez van kötve. Törvény írja elő, hogy csak az adott célra a népjóléti miniszter által engedélyezett anyagokat szabad alkalmazni, melyek a felhasználás szintjén egészségre bizonyítottan ártalmatlanok, alkalmazásuk technológiailag indokolt és a fogyasztó érdekeit szolgálják.

Az antioxidánsok a zsírok avasodását, a zöldségek és gyümölcsök elszíneződését gátolják. Az emulgeáló anyagok, habképzők, stabilizátorok, sűrítők, zselésítő, sűrítő és szilárdító anyagok az élelmiszerek kedvező állagának kialakítását vagy fenntartását segítik elő. A tartósítószeres késleltetik az élelmiszerek romlását, a savanyítószeres növelik az élelmiszerek savasságát stb. Általában nagyon kevés kell belőlük a kívánt hatás eléréséhez, mennyiségük az élelmiszerekben ezred-tízezred-résznyi. Legtöbbjük természetes vagy természetes eredetű, sokszor a természetes anyagokhoz hasonló szerkezetű.

Az E számok az élelmiszer adalékanyagok azonosítására szolgálnak, az élelmiszerek címkéjén a néha hosszú és bonyolult kémiai elnevezések helyett használatosak.

Mint maguk az élelmiszerek (tej, hal, szója, mogyoró, eper stb.), az élelmiszer adalékanyagok is válhatnak ki „allergiás tüneteket” a különösen érzékeny emberekben, akik a fogyasztók néhány százalékát teszik ki. Ezért az adalékanyagok jelenlétét az élelmiszerek csomagolásán a fogyasztó tájékoztatására Magyarországon – hasonlóan a legtöbb fejlett országhoz – kötelező feltüntetni. Rá kell írni a címkére az adalékanyag fajtáját (pl. antioxidáns, tartósítószer) és a kémiai nevét vagy E számát.

A magyar élelmiszer adalékanyag előírások összhangban vannak az Európai Unió szabályaival és biztosítják a fogyasztók egészségének védelmét. Az ilyen – minden tudományos alapot nélkülöző, hamisított – listák bizalmatlanná teszik a fogyasztókat és sokat árthatnak azoknak a gyártóknak, akiknek a termékeit „példaként” megemlítik. Nem lehetetlen, hogy éppen a konkurencia harcok állnak a félrevezető közlések terjesztésének a hátterében.

A Közösség kezdetben az élelmiszer adalékanyagok csoportját állapította meg, és ezekre a csoportokra jelölt ki számokat az alábbiak szerint:

1. Színezékek E 100 - E 199.
2. Tartósítószeres E 200 - E 299.
3. Antioxidánsok és antioxidáns szinergisták E 300 - E 499.
4. Emulgeálók, stabilizálók, sűrítők és zselésítők E 400 - E 499.

Később hasonló szabályokat állítottak fel az élelmiszer adalékanyagok más csoportjaira és számokat adtak az egyes adalékanyagoknak is. Ma már nem állapítható meg egyértelműen az E-szám alapján az adalékanyag technológiai funkciója (pl. a lizozim tartósítószer E-száma 1105, az antioxidáns hatású ónkloridé 512), mivel hihetetlen mértékben megnőtt az élelmiszer előállításban felhasználható adalékanyagok száma és technológiai funkciójuk sokfélesége.

Az egyes adalékanyag csoportokra kijelölt számok egy idő után elfogytak, az újaknak már nem lehetett a megadott százas kereten belül számot adni. Sok E-szám olyan, korábban széles körben

alkalmazott anyag miatt foglalt, amelyek használatát a mai előírások már nem engedik meg. Egyik-másik élelmiszer adalékanyag többféle hatás elérésére is alkalmazható - a kéndioxid például tartósítószer és antioxidáns is - viszont az E-szám lényegéből adódóan egy adott anyag azonosítására csak egy szám használható. Ilyen esetekben az élelmiszer adalékanyagot a fő funkciójának megfelelő csoportba, így a szóban forgó kéndioxidot a tartósítószer közé sorolták be.

Az élelmiszer adalékanyagok E-számrendszerének - az egyszerű és gyors azonosítás lehetőségén túl - az élelmiszerek korrekt jelölésében is fontos szerepe van. A fogyasztó megfelelő tájékoztatása ugyanis megkívánja, hogy a felhasznált anyagok, köztük az adalékanyagok is, fel legyenek tüntetve az élelmiszer csomagolásán.

A bonyolult és sokszor igen hosszú kémiai elnevezések helyett az E-szám alkalmazása jól bevált erre a célra az Európai Közösség gyakorlatában. Ezt a tényt az is bizonyítja, hogy a rendszert az élelmiszer világszabványokat kidolgozó Codex Alimentarius is átvette. Az élelmiszer adalékanyagok nemzetközi számozási rendszere, az INS (International Numbering System for Food Additives) az egész világon, tehát Európán kívül is használatos. Az INS-számok azonosak az E-számokkal. Az INS-listán az Európai Unióban engedélyezett valamennyi adalékanyag megtalálható, de szerepelnek rajta olyanok is, melyek az Európai Unióban nem engedélyezettek.

Az a tény tehát önmagában, hogy az élelmiszer adalékanyagoknak van E-száma vagy INS-száma, nem jelenti automatikusan az anyag felhasználhatóságát!

Fontos tudni, hogy az E-számok technológiai hatásáról létezik egy magyar nyelvű összeállítás, melyet az OÉTI munkatársai készítettek. Az anyag kiadását a Magyar Élelmiszerminősítő Társaság vállalta és terjeszti a gyártók és felhasználók között. A füzet ára ezer forint körüli, így a fogyasztó számára szinte elérhetetlen. Jó volna ennek egyszerűsített változatát elkészíteni a lakosság számára, ha volna vállalkozó a kiadására, hogy a lakosság akár ingyen juthasson hozzá.