

食品安全在近几年媒体和社会舆论的监督下,已经成为全民谈论的焦点。而据中国食品科学技术学会统计分析,继微生物之后,食品添加剂成为2014年食品安全热点中的第二大热点。对于食品添加剂,人们似乎依旧是谈之色变。实际上,食品添加剂适量存在是合理的,但过量则有害。

一包方便面最多可有25种食品添加剂 一款净含量150克的果冻有14种食品添加剂

零食 到底吃还是不吃

种类多≠对健康有害

最近,由非营利性机构发布的《中国9城市儿童食品添加剂摄入情况调查报告》,多次在某些网站和微信公众号中出现,而报告中关于食品添加剂的描述,十分引人注意。该报告指出,孩子常吃的9种零食含食品添加剂最多,方便面、火腿肠、蜜饯、果冻、冰激凌、饼干、奶茶、口香糖和薯片等榜上有名。一包方便面最多可有25种食品添加剂,一款净含量150克的果冻有14种添加剂……

常见的零食含有如此多的食品添加剂,那么,食品添加剂的种类多是否就意味着对人体有害呢?

今年4月14日,美国食品技术协会高级会员、科学松鼠会成员云无心,在由广东省食品药品监督管理局主办的食品安全科普公益纪录片开机仪式暨食品安全科普大讲堂活动上,明确表示“离开剂量谈毒性是要流氓”。他认为,任何一种安全的食物都能检测出有毒有害物质,但是,“人体能处理掉一定量的有毒有害物质,而不对人的身体产生危害”。因此,人们需要对食品的安全进行风险评估,对食品添加剂有一个量的把握。

“假如所有食品不含任何食品添加剂,人们就看不到琳琅满目、丰富多彩、口感不错、味道很好的东西。”我国著名营养与食品安全专家、中国工程院院士陈君石也谈到,“为了满足广大消费者的需求,我们所用的食品添加剂的种类也会越来越多,但实际上比美国还是少得多。”