



7 CZERWCA MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ BEZPIECZEŃSTWA ŻYWNOŚCI



efsa 
EUROPEJSKI URZĄD DS. BEZPIECZEŃSTWA ŻYWNOŚCI

POWIATOWA STACJA SANITARNO – EPIDEMIOLOGICZNA W M. ST. WARSZAWIE

Co znajduje się w naszej żywności?

Większość z nas dba o to, co wchodzi w skład naszych posiłków – niezależnie od tego, czy robimy zakupy w supermarkecie, gotujemy w domu, czy jemy na mieście z przyjaciółmi i rodziną.

Składniki wpływają na to, jak smakuje żywność i w pewnym stopniu na cenę, jaką płacimy. Co ważne, składniki żywności w Europie – od dodatków i środków aromatyzujących, po te pochodzące z nowych technologii – muszą zostać potwierdzone jako bezpieczne, zanim trafią do sprzedaży.

Kulinarna rozkosz?
Twój wybór

Bezpieczeństwo?
Nasz priorytet

Trusted science, safe food



Kulinarna rozkosz?
Twój wybór



Bezpieczeństwo?
Nasz priorytet

Co znajduje się w naszej żywności?

Niektóre składniki są całkowicie bezpieczne dla większości z nas, ale mogą być szkodliwe dla osób z alergiami pokarmowymi, nietolerancjami lub pewnymi schorzeniami.

Etykiety żywności pakowanej oraz karty dań w punktach gastronomicznych muszą zawierać poza zawartością odżywczą także składniki, które mogą powodować alergie i nietolerancje, tak aby osoby cierpiące na te schorzenia mogły dokonywać bezpiecznych wyborów żywieniowych.

Trusted science, safe food



Kolorowy smakołyk?
Twój wybór

*Bezpieczeństwo
substancji dodatkowych?*
Nasz priorytet

Sprawdzona wiedza,
bezpieczna żywność



Czy dodatki do żywności
powinny nas niepokoić
i po co się je stosuje?

Dodatki do żywności to substancje
dodawane do żywności w celu
utrzymania lub poprawy jej
bezpieczeństwa, świeżości, smaku,
tekstury lub wyglądu.
W Unii Europejskiej są one ściśle
regulowane i zanim będą mogły zostać
użyte w żywności, muszą przejść
rygorystyczne oceny bezpieczeństwa.

W jakim celu stosuje się dodatki do żywności?

Istnieje wiele rodzajów dodatków do żywności: od konserwantów i substancji słodzących do emulgatorów i barwników spożywczych. Są one niezbędne w produkcji żywności — dzięki nim produkty pozostają bezpieczne i w dobrym stanie, gdy są przenoszone w obrębie łańcucha dostaw żywności z fabryk na nasze talerze.





Przykłady dodatków do żywności obejmują:



Konserwanty:

azotany i azotyny w mięsach, rybach i serach



Wzmacniacze:

ditlenek siarki w winie, który chroni smak



Barwniki:

naturalne bądź syntetyczne barwniki do żywności, które zwiększają atrakcyjność wizualną;



Zagęszczacze:

guma ksantanowa (E 415), często używana w sosach



W jaki sposób chronieni są konsumenci?

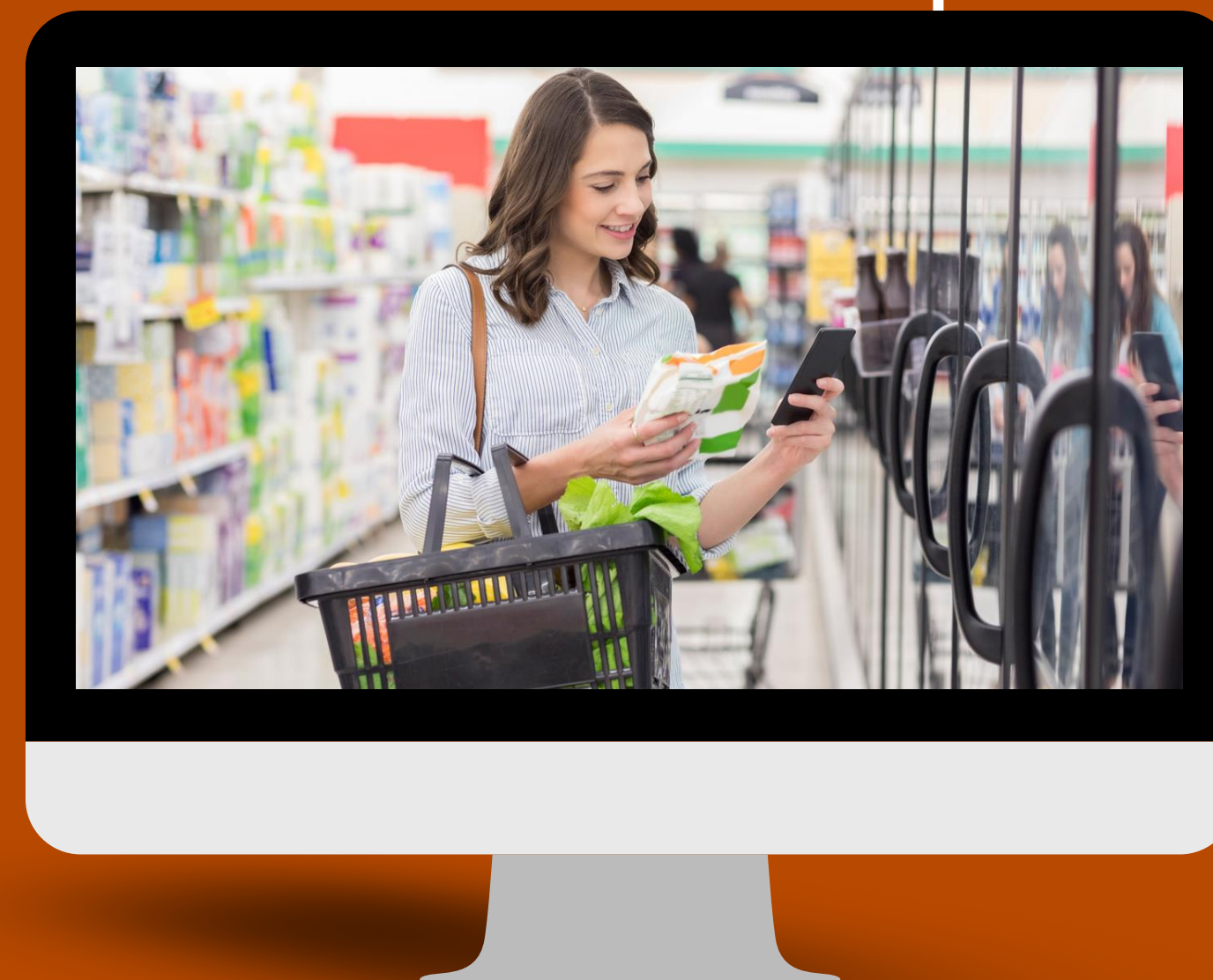


Zanim jakikolwiek nowy dodatek zostanie zatwierdzone, naukowcy z EFSA przeprowadzają ocenę ich bezpieczeństwa w kontekście spożycia przez ludzi. Bada się, jak dodatek interaguje z żywnością, jaki ma potencjalny wpływ na organizm ludzki oraz jakie są jego najwyższe ilości uznawane za bezpieczne w przypadku codziennego spożycia. Poza oceną nowych dodatków EFSA regularnie dokonuje ponownej oceny tych już dopuszczonych do stosowania, aby upewnić się, że nadal spełniają one obecne standardy bezpieczeństwa.



W jaki sposób chronieni są konsumenci?

Gdy Komisja Europejska zatwierdzi dany dodatek, informacje o jego użyciu muszą się znaleźć na etykiecie żywności. Dzięki temu konsumenci dokładnie wiedzą, co jedzą, i mogą dokonywać świadomych wyborów żywieniowych.





Jak rozpoznać dodatki na etykiecie żywności?

Dodatki są zawsze wymieniane w wykazie składników. Należy zwracać uwagę na:

- funkcję: powód zastosowania dodatku (np. zagęszczacz, barwnik);
- identyfikację: numer E dodatku (np. E 450) lub jego konkretną nazwę (np. difosforan disodowy).



Nutrition Facts

Serving Size Entire Recipe 187g (187 g)

Amount Per Serving

Calories Calories from Fat 31

% Daily Value*

Total Fat

Saturated Fat

Trans Fat

Cholesterol 0mg

3mg

Sodium 20g

Jak rozpoznać
dodatki na
etykiecie
żywności?

Dodatki do żywności są zawsze wymieniane w wykazie składników zawartych w produktach, w których ich użyto. Etykiety muszą wskazywać zarówno funkcję dodatku w gotowych produktach żywnościowych (np. barwnik, konserwant), jak i konkretną zastosowaną substancję — przez wskazanie właściwego numeru E bądź nazwy (np. E 415 lub guma ksantanowa).





"Badamy wszystkie dodatki do żywności, by się upewnić, że ich spożywanie jest bezpieczne. Konsumenci mogą być pewni, że substancje te spełniają surowe normy bezpieczeństwa".

Camilla Smeraldi, toksykolożka w EFSA

Dziękujemy za uwagę

Zapraszamy do śledzenia kampanii EFSA #Safe2EatEU, której celem jest zwiększanie świadomości na temat bezpieczeństwa żywności w Europie.

Kampania ma też pomagać w zrozumieniu, jak podejmować świadome decyzje dotyczące tego, jaką żywność kupować, spożywać oraz z jakich produktów spożywczych korzystać w bezpieczny i zdrowy sposób każdego dnia.

Po więcej informacji na temat bezpieczeństwa żywności
zapraszamy: <https://www.efsa.europa.eu/pl/safe2eat>

**POWIATOWA STACJA SANITARNO – EPIDEMIOLOGICZNA W M. ST. WARSZAWIE**