

2

Elikadura-gehigarriak

Zergatik dira beharrezkoak elikadura-gehigarriak?

- Osasun eta Gizarte Politikako Ministerioaren arabera, elikadura-gehigarriak normalean elikagai gisa kontsumitzen ez diren substantziak dira; ez dira osagai gisa erabiltzen; eta janari-produktuei nahita gehitzen zaizkie fabrikazio-, eraldaketa-, prestaketa-, tratamendu- edo ontziratze-faseren batean, xede teknologiko bat betetzeko.
- Prozesu teknologikoetan erabiltzen dira, baina badituzte beste erabilera batzuk ere, besteak beste: mikroorganismoek eragindako aldaketek sortutako arriskuak prebenitzea eta saihestea (kontserbazioa); eta elikagaiaren ezaugarri organoleptikoei eustea. Arrazoi horiek justifikatzen dute gehigarrien erabilera.
- Legeak zorrozki arautzen du gehigarrien erabilera. Irizpide hauek hartzen dira kontuan gehigarriak erabiltzean: erabilgarritasun frogatua izatea, seguruak izatea eta kontsumitzaileari uste okerrak ez eragitea.

2

Elikadura-gehigarriak

Nola ebaluatzen da elikadura-gehigarrien segurtasuna Europan?

Elikadura-gehigarriak ebaluatzen dituzten erakunde ofizialak

- Elikagai-gehigarri guztiek helburu erabilgarri frogatu bat izan behar dute. Gainera, gehigarri horien erabilera baimendu baino lehen, ebaluazio zientifiko zorrotz eta zehatz bat egin behar zaie.
- Giza Elikaduraren Batzorde Zientifikoak, SCFk (Scientific Committee for Food), ebaluatzen du elikadura-gehigarrien segurtasuna Europar Batasunean.
- Gainera, nazioartean, Elikadura Gehigarriei buruzko Adituen Batzorde Misto bat ere badago: JECFA (Joint Expert Committee on Food Additives). Batzorde horrek Nazio Batuen Elikadura eta Nekazaritza Erakundearen (FAO) eta Munduko Osasun Erakundearen babespean egiten du lan.

2

Elikadura-gehigarriak

Zer ebaluatzen dute erakunde ofizial horiek?

- Erakunde horientzat lan egiten duten adituek zenbait toxikologia-proba egiten dituzte gizakietan eta animalietan.
- Proba horietan lortutako datuen azterketa oinarri hartuta, osasunean ondorio toxiko frogagarriak izan gabe gehienez zer gehigarri maila kontsumi daitekeen zehazten da
- Eduki hori erabiltzen da gehigarri bakoitzaren *eguneko ahorakin onargarriaren* (IDA) kantitatea zehazteko; hau da, dietan egunero, bizitza osoan zehar, osasunarentzat arriskutsua izan gabe, kontsumi daitekeen elikadura-gehigarri baten kantitatea.
- Europako legediak eskatzen du biztanlerian zenbait elikadura-gehigarriren ahorakin-mailei buruzko aldizkako azterketak egiteko, kontsumo-ereduetan izan daitekeen edozein aldaketari erantzun ahal izateko.
- Baldin eta gehigarri jakin batentzat IDAren kontsumo handiagoa hautematen bada, Batzordeak gehigarri horrek elikagaietan dituen mailak berrikusteko beharra ebaluatuko du edo gehigarri hori duten elikagaien kopurua mugatuko du.
- Egiten diren kontrol zorrotzei eta azterketa zehatzei esker, elikadura-gehigarriak gure dietaren osagai seguruak dira, eta Europako eta mundu osoko elikagai-hornikuntzaren bilakaera azkartzen laguntzen dute.

2

Elikadura-gehigarriak

Nola identifikatzen dira?

- Europar Batasunak elikadura-gehigarrien lau familia nagusiak identifikatzen ditu, E letra eta zenbaki bat dituen kode baten bidez.
- E zenbaki bat esleitzeko, Batzorde Zientifikoak ebaluatu behar du gehigarria segurua den ala ez. Gainera, E zenbaki-sistemak baimendutako elikadura-gehigarriak Europar Batasuneko hizkuntza guztietan modu praktikoan etiketatzeko balio du.

Elikadura-gehigarrien familien kodeak

- **E-100**etik **E-180**raino doan kodeak **koloragarrien** familiako gehigarriak identifikatzen ditu.
- **E-200**etik **E-297**raino doan kodeak **kontserbatzaileen** familiako gehigarriak identifikatzen ditu.
- **E-300**etik **E-385**raino doan kodeak **antioxidatzaileen** familiako gehigarriak identifikatzen ditu.
- **E-400**etik **E-495**raino doan kodeak **ehundura-eragileen** familiako gehigarriak identifikatzen ditu.

2

Elikadura-gehigarriak

Eztabaida batzuk

Alergiak eta elikadura-gehigarriak

- Batzuetan, erreakzio alergiko batzuk elikadura-gehigarrien erabilerarekin lotu dira, hala nola koloragarrien eta edulkoratzaileen erabilerarekin. Hala ere, frogatu da elikadura-gehigarriek oso gutxitan eragiten dituztela benetako erreakzio alergikoak.
- Oso gutxitan eta oso pertsona sentiberen artean, asma edo buruko min kasu batzuk izan dira, baina uste da janariaren beste osagai batzuek eragin dituztela sintoma horiek, ez elikadura-gehigarriek.
- Elikadura-gehigarriek ez diete arazorik sortzen pertsona gehienei, baina alergia jakin gutxi batzuk zenbait gehigarrirekiko sentiberak izan daitezke. Elikadura-gehigarriek ondorio kaltegarriak eragiten dituzten kasuetan, badirudi lehendik zegoen egoera bat larriagotzen dutela soilik; hau da, ez dute egoera kaltegarri hori sortzen.

Portaera-arazoak eta elikadura-gehigarriak

- Ikertzaile batzuek dietan izandako aldaketak portaera-arazoak dituzten haur kopuruaren igoerarekin lotu zituzten. Elikadura-gehigarriek, eta bereziki koloragarriek, hiperaktibitatearekin harremana izatearen ideiak interes handia sortu zuen, bai eta eztabaida dezente ere. Ikerketa zientifikoek ez dute frogatu elikadura-gehigarrien (koloragarriak barne) eta portaera-arazoen edo hiperaktibitatearen artean harremanik dagoenik.