

НЕБЕЗПЕКА ВЖИВАННЯ ЖУВАЛЬНИХ ЦУКЕРОК

Костянн М.Г., гр. ТУ-45

Науковий керівник – канд. техн. наук, доц. **Т.В. Карбівнича**
Харківський державний університет харчування та торгівлі

Фахівці Інституту екогієни і токсикології, Національної Медакадемії, Українського НДІ харчування і декількох приватних медичних центрів склали рейтинг найнебезпечніших продуктів, що вживаються людством. До ТОП-10 цього рейтингу увійшли жувальні цукерки. Їх небезпека викликана їх складом.

До складу жувальних цукерок входять: желюючі речовини, цукор, патока, барвники, консерванти, ароматизатори, смакові добавки.

Особливу небезпеку представляє пальмова олія. Систематичне її вживання може призвести до раку товстої кишки, підвищення кров'яного тиску, розвитку хвороб судин і серця. В жувальних цукерках найбільш небезпечним є поєднання пальмової олії з вуглеводами. Цукор – це чисті вуглеводи, яких організм не може засвоювати, якщо разом з ними йому не подаються білки, вітаміни і мінеральні речовини. Також цукор виполіскує з організму вітаміни й мінерали. Щоденне його вживання згубно впливає на всі органи. Цукор порушує обмін речовин, провокує ожиріння, знижує імунітет, підвищує ризик захворіти на цукровий діабет, завдає шкоди нервовій, серцево-судинній, травній системам.

Замість соєвого лецитину на виробництві можуть використовувати харчовий стабілізатор E476. При вживанні жувальних цукерок із цим стабілізатором спостерігається збільшення розмірів печінки та нирок, порушуються обмінні процеси в організмі.

Для отримання різнобарвних цукерок додають барвники, наприклад тартразин (E102), який має властивість впливати на нервову систему дитини, викликати гіперактивність і зниження здатності до концентрації. Добавка E102 може стати провокуючим фактором для появи синдрому дефіциту уваги.

Варто бути уважним при знаходженні на етикетці такого компоненту, як діоксид титану (E171), бо при надходженні до організму його наночастки порушують проникність слизової кишківника, в результаті чого через неї можуть проникати в кров токсичні речовини і збудники інфекцій.