

Ponad 2 kg - tyle przeciętny konsument spożywa w ciągu roku dodatków do żywności oznaczonych różnego rodzaju „E”. Produkty spożywcze nafaszerowane są np. konserwantami, przeciwutleniaczami, emulgatorami, czy wzmacniaczami smaku. Tymczasem brakuje właściwego nadzoru nad ich stosowaniem - alarmuje Najwyższa Izba Kontroli. Inspekcje nie badają każdorazowo wszystkich dodatków znajdujących się w produktach. Nie weryfikują dokładnie, czy to co napisane jest na opakowaniu zgadza się z tym, co jest w środku. Dodatkowo sprawdza się jedynie limity danego „E” w produkcie, nie biorąc pod uwagę ich kumulacji w codziennej diecie i jak to może wpływać na zdrowie. Z badania NIK wynika, że w jednym dniu można przyswoić nawet 85 różnych E.

W Polsce, podobnie jak w innych krajach rozwiniętych, ok. 70 proc. diety przeciętnego konsumenta stanowi żywność przetworzona w warunkach przemysłowych, zawierająca substancje dodatkowe. Są to substancje, które w normalnych warunkach nie są spożywane same jako żywność i nie są stosowane jako charakterystyczny składnik żywności. Dodaje się je po to, aby zapobiec niekorzystnym zmianom smaku, barwy, zapachu, wydłużyć okres trwałości, zwiększyć atrakcyjność wyrobu, umożliwić tworzenie nowych produktów, np. typu „light”, ale także po to, by zwiększyć efektywność procesu produkcyjnego. Aktualnie dopuszczonych do stosowania w żywności jest ponad 330 dodatków, które w produktach spożywczych mogą pełnić 27 różnych funkcji technologicznych. Są to m.in. konserwanty, barwniki, wzmacniacze smaku, przeciwutleniacze, emulgatory, czy stabilizatory. Zawiera je coraz więcej produktów. Przeciętny konsument spożywa w ciągu roku ok. 2 kg substancji dodatkowych.

Na stosowanie substancji dodatkowych na tak dużą skalę pozwala obecnie obowiązujące prawo polskie i Unii Europejskiej. Jest ono w tym zakresie bardzo liberalne. Niewiele jest produktów, do których nie wolno stosować dodatków. Są to m.in. żywność nieprzetworzona, miód, masło, mleko pasteryzowane i sterylizowane, naturalna woda mineralna, kawa, herbata liściasta.

Zarówno producenci żywności, jak i instytucje kontrolujące ich działalność, ale także instytuty naukowe, zgodnie twierdzą, że dodatki do żywności stosowane zgodnie z obowiązującymi przepisami nie stanowią zagrożenia dla zdrowia konsumenta. Aby bowiem dana substancja dodatkowa została dopuszczona do żywności, musi posiadać ocenę bezpieczeństwa dla zdrowia dokonywaną przez Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA). **Jednak NIK zwraca uwagę, że przepisy prawa wymagają zapewnienia bezpieczeństwa każdego z dodatków używanych osobno. W żaden sposób nie odnoszą się one do ryzyka wynikającego z obecności w środkach spożywczych więcej niż jednego dodatku, czy ich kumulacji z różnych źródeł.**

Należy także dodać, że wszystkie substancje dodatkowe dopuszczone do żywności przed 2009 r. są obecnie ponownie oceniane przez EFSA pod kątem ich bezpieczeństwa dla ludzi. Weryfikacja ma się zakończyć do końca 2020 r. Z listy dodatków dopuszczonych do żywności już usunięto barwnik E 128, używany do nadawania koloru mięsu. Ograniczono także stosowanie trzech innych barwników: E 104, E 110 i E 124, dla których obniżono akceptowane dzienne spożycie odpowiednio: 20-krotnie, 2,5-krotnie i blisko 6-krotnie. Wycofano ponadto dopuszczenie barwników do niektórych produktów, np.: do pieczywa cukierniczego i wyrobów ciastkarskich, lodów, czy przekąsek typu snack.

Kontrola NIK miała odpowiedzieć na pytanie, czy funkcjonujący system nadzoru nad stosowaniem dodatków w żywności zapewniał odpowiednią ich jakość oraz bezpieczeństwo zdrowotne konsumentów?

Izba alarmuje, że system nadzoru nad stosowaniem dodatków nie gwarantuje pełnego bezpieczeństwa

żywności.

Prowadzone przez skontrolowane inspekcje (Inspekcje Sanitarne, Inspekcję Handlową i Inspektorat Jakości Handlowej Artykułów Rolno - Spożywczych) badania laboratoryjne próbek żywności ograniczały się do wybranych substancji dodatkowych, głównie z grupy substancji konserwujących i barwników. Żadna z Inspekcji nie analizowała zawartości wszystkich dodatków obecnych w danej próbce żywności. Zwykle wskazywano do badań jedną substancję dodatkową i analizowano ją pod kątem ustalonego dla niej limitu w danym produkcie. Inne dodatki obecne w tym produkcie w ogóle nie były weryfikowane. Dodatkowo ograniczona była możliwość analityczna laboratoriów Inspekcji Sanitarnej. Laboratoria te mogły wykonać badania w stosunku do ok. 65 substancji dodatkowych na ponad 200 limitowanych dozwolonych do stosowania. Tak zorganizowany system badań nie gwarantuje pełnego bezpieczeństwa żywności, w której stosowane są substancje dodatkowe, niepodlegające z różnych przyczyn badaniom laboratoryjnym.

Z badanych w latach 2016-2018 (I kwartał) przez organy Inspekcji Sanitarnej blisko 9 tys. próbek, zdyskwalifikowano 26 (0,3 proc.). W zleconych przez NIK badaniach laboratoryjnych 35 próbek zakwestionowano 5 próbek (14 proc.) m.in. z powodu obecności niezadeklarowanych na etykiecie dodatków.

NIK zwraca także uwagę, że dotychczas nikt nie zajmował się łączną ilością dodatków spożywanych z dietą przez przeciętnego konsumenta. Izba zleciła kontrolę oznakowania produktów spożywczych - przeanalizowano 501 powszechnie dostępnych wyrobów. Jedynie w 54 produktach (11 proc.), w składzie zaprezentowanym na etykietach, nie było substancji dodatkowych. W pozostałych 447 producenci zadeklarowali użycie 132 substancji dodatkowych ponad 2 tys. razy. Statystycznie więc na każdy produkt przypadało pięć dodatków do żywności. W przypadku niektórych produktów liczba dodatków w jednym artykule spożywczym była znacznie wyższa. Przykładowo sałatka warzywna ze śledziem i groszkiem zawierała ich 12. Rekordową liczbę substancji dodatkowych zastosowano w kielbasie śląskiej - 19.

W oparciu o dane ze zleconych przez NIK badań, zaprojektowano hipotetyczną, ale w praktyce prawdopodobną dietę na jeden dzień, składającą się z pięciu posiłków. W efekcie ustalono, że w przygotowanych z tych produktów daniach konsument spożyłby w ciągu jednego dnia 85 różnych substancji dodatkowych. Izba zauważyła, że w menu zaplanowano, iż zupę i drugie danie konsument przygotowuje samodzielnie w domu. Gdyby skorzystał z kupionych w sklepie gotowych potraw, dodatków spożytych w ciągu dnia mogłoby być znacznie więcej.

Mimo, iż żywność nafaszerowana jest substancjami dodatkowymi, to organy odpowiedzialne za jej bezpieczeństwo oraz zdrowie publiczne dotychczas nie monitorowały, ani nie oceniały ryzyka związanego z kumulacją wielu dodatków w produktach spożywczych, ewentualnego ich działania synergistycznego, jak również interakcji z innymi składnikami diety, czy też np. lekami. Tymczasem niektóre substancje dodane do jednego produktu, w połączeniu z innym artykułem spożywczym nie będą dla człowieka neutralne. Substancja nieszkodliwa samodzielnie może się nią stać w reakcji z inną, tworząc zagrożenie dla zdrowia.

Najbardziej narażone na przekroczenie akceptowanego dziennego spożycia dodatków (ADI) z dietą, ze względu na niższą masę ciała i upodobania smakowe, są dzieci - głównie w wieku do 10 lat. Najwięcej dodatków jest w produktach, które dzieci lubią najbardziej, czyli ciastach, aromatyzowanych napojach, lodach, parówkach. Z monitoringu spożycia i stosowania dodatków do żywności,

przygotowywanego przez Instytut Żywności i Żywienia wynikało, że przyswojenie z dietą kwasu sorbowego i sorbinianów - konserwantów dodawanych głównie do ciast, przetworów warzywnych, pieczywa, aromatyzowanych napojów - znacznie przekraczało limit i w grupie dzieci 4-10 lat wynosiło 291 proc. akceptowanego dziennego spożycia (ADI). U 5 proc. dzieci i młodzieży (1-17 lat) pobranie tych dodatków wynosiło aż 681 proc. Tymczasem spożycie z dietą np. azotynów, obecnych m.in. w wędlinach, parówkach, peklowanym mięsie, u najmłodszych dzieci wynosiło ponad 160 proc. dopuszczalnego limitu, a u 5 proc. dzieci w wieku 1-3 lat kształtowało się na poziomie aż 562 proc.

NIK zauważa, że Główny Inspektor Sanitarny, który nadzoruje jakość zdrowotną żywności, nie wdrażał i nie inicjował działań, które miałyby potwierdzić lub zaprzeczyć, że istnieje ryzyko związane z używaniem substancji dodatkowych. Nie angażował do tych celów także Rady Sanitarnej-Epidemiologicznej, w składzie której znajdowali się pracownicy naukowcy zajmujący się zagadnieniami bezpieczeństwa żywności, w tym problematyką dodatków do żywności.

Tymczasem dostępnych jest coraz więcej dowodów i publikacji, które wskazują na szkodliwość niektórych dodatków do żywności. W zleconej przez NIK ekspertyzie wśród dodatków, które mogą wywoływać alergie wymieniono barwniki spożywcze, szczególnie syntetyczne (m.in. E 123, E 110, E 122) oraz konserwanty z grupy siarczynów. Wskazano również, że niektóre barwniki (E120 koszenila, E124 czerwień koszenilowa i E 129 czerwień Allura), mogą powodować groźny dla życia wstrząs anafilaktyczny. Barwniki te są często używane w wędlinach, napojach, sałatkach. Są one szczególnie niebezpieczne dla dzieci oraz osób uczulonych na salicylany. Jako dodatki o wysokim potencjale pronowotworowym wymieniono konserwanty: kwas benzoesowy (E 210) i jego pochodne oraz azotyny i azotany (E 249, E 250, E 251, E 252). Także Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA) potwierdził niektóre dowody na związek azotynów w diecie z nowotworami żołądka oraz połączenia azotynów i azotanów z przetworzonego mięsa z nowotworami jelita grubego. W zleconej ekspertyzie stwierdzono ponadto narażenie na rakotwórcze N-nitrozoaminy, które powstają m.in. podczas termicznej obróbki żywności zawierającej te substancje, czyli np. podczas podgrzewania kielbas. Ponadto mogą one być niebezpieczne dla kobiet w ciąży.

W analizowanych przez NIK 501 produktach żywnościowych azotyn sodu (E 250) występował w składach aż 130 produktów żywnościowych, ww. barwniki wystąpiły łącznie w 53 produktach żywnościowych, a kwas benzoesowy i jego pochodne - w 36 produktach.

W ekspertyzie stwierdzono ponadto, że częste używanie kwasu askorbinowego E 300 może przyczyniać się do powstania nadkwasoty, tworzenia kamieni nerkowych, a w wyniku jego reakcji z benzoesanem sodu E 211 uwalnia się rakotwórczy benzen. W przeanalizowanych przez NIK składach żywności kwas askorbinowy E 300 zadeklarowano w 96 produktach.

NIK zwraca także uwagę, że Inspekcja Sanitarna w ramach prowadzonych kontroli nie weryfikowała procesów technologicznych i tym samym nie kwestionowała zasadności użycia w jednym produkcie nawet kilkunastu różnych dodatków do żywności. Główny Inspektor Sanitarny twierdził, że procesy produkcji żywności są sprawą producenta. Tymczasem zdarza się, że ten używa kilku substancji dodatkowych w ramach jednej grupy technologicznej, na przykład w badanych parówkach zastosowano aż cztery stabilizatory i aż trzy substancje konserwujące.

Tymczasem, według eksperta, może to być sposób na nieprzekroczenie limitów ilościowych dodatków odpowiadających za dany proces technologiczny. Zastosowanie jednego związku w ilości zapewniającej

pożądany efekt technologiczny spowodowałoby ich przekroczenie, natomiast użycie kilku substancji dodatkowych o takiej samej funkcji technologicznej może to ryzyko zniwelować.

Dania ogranicza używanie dodatków w produktach spożywczych. Państwo to wprowadziło bardziej restrykcyjne przepisy krajowe od tych obowiązujących w Unii Europejskiej. Wobec wielu rodzajów produktów mięsnych dopuszczalny poziom azotynów wynosi w Danii 60 mg/kg (w Polsce 100 mg/kg). W przypadku zaś tradycyjnych duńskich pulpetów i pasztetu dodawanie tych substancji jest całkowicie zabronione. Dania korzysta w UE z tej szczególnej regulacji m.in. dlatego, że jest w stanie dostarczać solidnych i weryfikowalnych danych dotyczących spożycia substancji dodatkowych.

W Polsce brakuje zindywidualizowanego podejścia do problematyki dodatków do żywności w porównaniu ze standardową regulacją unijną, tak jak stało się to w Danii. Aby jednak mieć możliwość wpłynięcia na ograniczenie stosowania substancji dodatkowych, najpierw trzeba rozpocząć monitorowanie ich spożycia.

Najwyższa Izba Kontroli negatywnie ocenia bierną postawę Głównego Inspektora Sanitarnego. Nie inicjował on, nie organizował i nie prowadził działań informacyjnych przedstawiających społeczeństwu potencjalne zagrożenia. Zdaniem NIK działalność edukacyjna dotycząca stosowania dodatków była ograniczona i nieefektywna. W przypadku Inspekcji Sanitarnej sprowadzała się głównie do realizowania Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego „Trzymaj Formę!”. Kampania ta z jednej strony kładła nacisk m.in. na ograniczanie spożycia substancji dodatkowych, z drugiej zaś Inspektor Sanitarny przekonywał, że dodatki dopuszczone do spożycia są bezpieczne.

Sposobem na ograniczenie spożycia dodatków mogłoby być czytanie etykiet i świadome eliminowanie tych produktów, które zawierają ich dużo. Jednak NIK zauważa, że przy obowiązujących wymogach oznakowania wyrobów spożywczych nie jest to takie proste. Po pierwsze część producentów zamiast oczywistych dla większości konsumentów oznaczeń dodatków w formie „E z numerem”, używa drugiej dozwolonej formy, czyli nazwy substancji i jej funkcji technologicznej np. kwas cytrynowy - regulator kwasowości. Przy takim oznaczeniu konsumenci mają problemy z identyfikacją, co jest dodatkiem. Po drugie sposób przedstawiania na etykietach składu dodatków nie informuje konsumentów, ani o ilości zastosowanego w danym produkcie dodatku, ani o tym, jakie jest odniesienie zastosowanej ilości do dopuszczalnego jego limitu, ani nawet do akceptowanego dziennego spożycia danej substancji dodatkowej. W ocenie NIK dostęp do takich informacji, przedstawionych w sposób trafiający do wyobraźni każdego konsumenta, znacznie ułatwiłby dokonywanie świadomych wyborów. Dodatkowo należy wskazać, że żadna z instytucji realizujących zadania z zakresu zdrowia publicznego oraz odpowiedzialnych za politykę żywieniową nie publikuje danych na temat wielkości akceptowanego dziennego spożycia dla każdego dodatku. W ten sposób konsumenci nie mają możliwości dotarcia do takich informacji.

W ocenie NIK obowiązujący system nadzoru nad jakością żywności jest dysfunkcyjny. Trudno bowiem zaakceptować sytuację, w której właściwe organy realizują swoje zadania ustawowe bez uwzględnienia kwestii bezpieczeństwa kontrolowanej żywności. Problemem jest także rozproszenie kompetencji poszczególnych inspekcji. Utrudnia to eliminację wprowadzania na rynek produktów spożywczych, które nie spełniają normy w zakresie stosowania substancji dodatkowych. Zdaniem Izby brakuje jednego organu odpowiedzialnego za nadzór nad rynkiem dodatków do żywności.

Najwyższa Izba Kontroli wnioskuje:

Do Prezesa Rady Ministrów o:

- podjęcie działań w celu wypracowania wspólnej, jednolitej dla wszystkich państw członkowskich UE metodologii gromadzenia informacji dotyczących spożycia i stosowania dodatków do żywności;
- podjęcie działań zmierzających do ustalenia, w drodze decyzji Komisji Europejskiej, odrębnych dla rynku polskiego limitów substancji dodatkowych, dla których występuje ryzyko przekroczeń;
- utworzenie jednolitej, wyspecjalizowanej służby bezpieczeństwa żywności, kompetentnej w ocenianiu każdego elementu jakości produktu przeznaczonego do spożycia, w tym zarówno jakości zdrowotnej (po jej ustawowym zdefiniowaniu), jak i jakości handlowej;
- podjęcie działań legislacyjnych w celu zmiany etykietowania produktów spożywczych, zawierających substancje dodatkowe, tak aby wykazywały one rzeczywisty poziom dodatku w danym produkcie, z jednoczesnym odniesieniem do maksymalnej wartości określonej dla tego dodatku oraz do akceptowanego dziennego spożycia danej substancji dodatkowej;
- stworzenie warunków do przeprowadzenia rzetelnego monitoringu spożycia z dietą substancji dodatkowych, opartego o dane dotyczące zastosowanych w produktach żywnościowych rzeczywistych poziomów tych substancji, celem identyfikowania zagrożeń i tendencji ich spożycia;
- zainicjowanie działań zmierzających do stworzenia systemu oceny bezpieczeństwa stosowania substancji dodatkowych w żywności, ze szczególnym uwzględnieniem wpływu kumulacji wielu substancji dodatkowych w jednym środku spożywczym, czy codziennej diecie oraz ewentualnego działania synergicznego lub utajonego, a także możliwych (negatywnych) interakcji z innymi składnikami produktu, diety, a także lekami;
- podjęcie inicjatywy prawnego uregulowania obowiązku weryfikacji produktów spożywczych z punktu widzenia zasadności wykorzystania substancji dodatkowych;
- podjęcie inicjatywy ustawowego zdefiniowania pojęcia „jakości zdrowotnej żywności” wraz z ustawowym przypisaniem kompetencji związanych z badaniem tej jakości jednolitej, wyspecjalizowanej służbie kontroli żywności;
- wykorzystywanie rzetelnie przeprowadzonych badań do oceny ryzyka narażenia populacji polskiej na poszczególne substancje dodatkowe oraz identyfikowanie potencjalnych zagrożeń;
- kreowanie polityki świadomej konsumpcji (działania edukacyjno-informacyjne, debata publiczna, dyskusje w szerszym gronie ekspertów - autorytetów naukowych) i rzetelne informowanie ogółu społeczeństwa o korzyściach oraz zdiagnozowanych zagrożeniach wynikających ze stosowania substancji dodatkowych.

Do Ministra Zdrowia o:

- stworzenie warunków do przeprowadzenia rzetelnego monitoringu spożycia z dietą substancji dodatkowych, opartego o dane dotyczące zastosowanych w produktach żywnościowych rzeczywistych poziomów tych substancji, celem identyfikowania zagrożeń i tendencji ich spożycia;

- zainicjowanie działań zmierzających do stworzenia systemu oceny bezpieczeństwa stosowania substancji dodatkowych w żywności, ze szczególnym uwzględnieniem wpływu kumulacji wielu substancji dodatkowych w jednym środku spożywczym, czy codziennej diecie oraz ewentualnego działania synergicznego lub utajonego, a także możliwych (negatywnych) interakcji z innymi składnikami produktu, diety, a także lekami;

- podjęcie inicjatywy prawnego uregulowania obowiązku weryfikacji produktów spożywczych z punktu widzenia zasadności wykorzystania substancji dodatkowych;

- podjęcie inicjatywy ustawowego zdefiniowania pojęcia „jakości zdrowotnej żywności” wraz z ustawowym przypisaniem kompetencji związanych z badaniem tej jakości jednolitej, wyspecjalizowanej służbie kontroli żywności.

Do Głównego Inspektora Sanitarnego o:

- wykorzystywanie rzetelnie przeprowadzonych badań do oceny ryzyka narażenia populacji polskiej na poszczególne substancje dodatkowe oraz identyfikowanie potencjalnych zagrożeń;

- kreowanie polityki świadomej konsumpcji (działania edukacyjno-informacyjne, debata publiczna, dyskusje w szerszym gronie ekspertów - autorytetów naukowych) i rzetelne informowanie ogółu społeczeństwa o korzyściach oraz zdiagnozowanych zagrożeniach wynikających ze stosowania substancji dodatkowych.

Źródło: [NIK](#)