

Kas ir



vielas?



VAI TU ZINI,
KAS IR PĀRTIKAS
PRODUKTĀ, KO
PĒRC?

“E” VIELAS – KAS TĀS TĀDAS?

Arvien biežāk masu saziņas līdzekļos parādās informācija par pārtikas produktos esošajām pārtikas piedevām, fermentiem un aromatizētājiem, kuras sauc par pārtikas uzlabotājiem. Bieži par piedevām izsaucās ne visai glaimojoši, atsevišķos gadījumos pat biedē patērētājus.

Pēdējā laikā vērojams, ka patērētāji sāk pievērst uzmanību ne tikai pārtikas produkta vizuālajam izskatam, bet arī marķējumā sniegtajai informācijai, kur var uzzināt, no kā iekārotais produkts sastāv.

Tā patērētāji marķējumā – produkta sastāvā pamana arī noslēpumainu burtu „E”, kas nereti papildināts ar noteiktu ciparu kombināciju. Turklāt tirdzniecības vietā, patērētājs ne vienmēr saņem atbildi par to, ko nozīmē burts „E” un kā tas var ietekmēt patērētāja veselību.

Iespējams, tieši informācijas trūkuma dēļ sabiedrībā radušies maldīgi stereotipi par „E” vielu iespējamo kaitīgumu. Lai arī šķiet, ka pārtikas piedevas ir mūsdienu civilizācijas produkts, tās jau izsenis plaši izmantotas. Senajā Ēģiptē lietoja pārtikas krāsvielas un aromatizētājus, Romā – salpetri (kālija nitrātu) medījuma vai loma pasargāšanai no bojāšanās. Arī mūsu vecmāmiņas gardu maltīšu pagatavošanai ir lietojušas cepamo pulveri, krāsvielas, citronskābi un etiķi konservēšanai.

Kāpēc pārtikai ir jāpievieno piedevas, fermenti un aromatizētāji? Pārtikas uzlabotāji ir vielas, kuras pievieno pārtikai ar vairākiem nolūkiem, piemēram, konservēšanai, lai uzlabotu pārtikas produkta krāsu, konsistenci, garšu, saldināšanai, aromāta uzlabošanai, kā arī lai novērstu produkta bojāšanos.

Šis informatīvais materiāls būs Tavs ceļvedis „E” vielu pasaulē, kura mērķis sniegt informāciju, kas ļautu saprast „E” nozīmi produkta etiķetē un pircējam pieņemt uz zināšanām balstītu lēmumu: pirkt produktus, kuru sastāvā ir pārtikas piedevas, vai nē.

SASKAŅĀ AR EIROPAS SAVIENĪBAS TIESĪBU AKTIEM:

„pārtikas piedeva ir jebkura viela, ko pašu par sevi uzturā parasti nelieto un ko parasti neizmanto kā raksturīgu pārtikas sastāvdaļu neatkarīgi no tā, vai tai ir uzturvērtība vai tās nav, bet kura pati par sevi vai tās blakusprodukti tieši vai netieši kļūst vai ir pamatoti domājams, ka var kļūt par pārtikas sastāvdaļu vai citādi ietekmēt tās īpašības pēc tam, kad šī viela tehnoloģisku apsvērumu dēļ ir ar nolūku pievienota pārtikai šīs pārtikas ražošanas, pārstrādes, sagatavošanas, apstrādes, iepakojšanas, pārvadāšanas vai glabāšanas posmā.”

Starptautiskā Veselības organizācija (WHO), kurā ietilpst 194 dalībvalstis, ir noteikusi, ka pārtikas piedevas ir jāapzīmē ar „E” burtu un atbilstīgu kārtas numuru, kas tulkojumā no angļu valodas nozīmē „ēdams” – „edible”. Pēc tā arī var atpazīt produkta marķējumā, vai produktam tās ir pievienotas. Katrai pārtikas piedevai ir piešķirts trīs vai četru ciparu skaitlis, burts „E” un funkcionālā grupa. Dažiem „E” burtiem blakus cipariem atrodami arī mazie burti „a”, kas norāda uz pārtikas piedevas sīkāku iedalījumu. Tomēr pārtikas produktu marķējumā norādītā informācija ne vienmēr cilvēkiem ir skaidra un saprotama.

Starptautiskās Veselības organizācijas Pārtikas likumdošanas komisija (Codex Alimentarius) regulāri seko, lai šīs piedevas būtu nekaitīgas. Arī Eiropas Pārtikas nekaitīguma iestāde (European Food Safety Agency) regulāri izvērtē aprītē esošo pārtikas piedevu nekaitīgumu un pašlaik notiek atkārtota pārtikas piedevu izvērtēšana, kas noslēgsies 2020.gadā.

Pārtikas produktos ir atļauts lietot apmēram 380 piedevu, no kurām tikai 120 var lietot neierobežotā daudzumā jeb latīņu valodā quantum satis, pārējās piedevas jālieto stingri ievērojot šīm piedevām noteikto maksimumli pieļaujamo daudzumu un tikai noteiktajās produktu kategorijās. Tāpat ES ir reģistrēti ap 2500 aromatizētāji, t.sk. gan dabīgas izcelsmes, gan sintētiskie. Katram pārtikas ražotājam stingri jāpamato pārtikas piedevu, fermentu un aromatizētāju lietošanas nepieciešamību pārtikā.

Pārtikas tehnoloģijas ir attīstījušās un tas ne tikai papildina veikalā atrodamo produktu klāstu, bet arī sniedz lielākas izvēles iespējas Tev, patērētāj.

KAS IR PĀRTIKAS PIEDEVAS?

Pārtikas piedevas ir vielas, kuras nepatērē kā atsevišķus pārtikas produktus un nelieto kā uztura sastāvdaļas, bet kuras tehnoloģisko apsvērumu dēļ ar nolūku pievieno pārtikai ražošanas, pārstrādes, sagatavošanas, apstrādes, iepakojšanas, pārvadāšanas vai glabāšanas posmos.

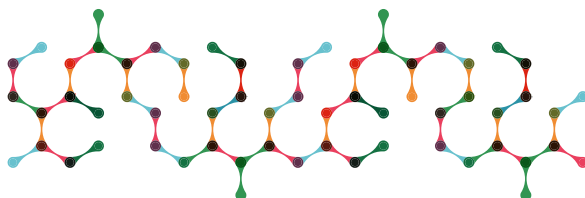
Ne visas vielas, ko izmanto pārtikas produktu ražošanā, aromāta, garšas un konsistences nodrošināšanai ir pārtikas piedevas. Pārtikas piedevas nav sāls, cukurs, pipari vai citas garšvielas, garšaugi, arī kviešu milti vai želatīns, kuru lieto želeju gatavošanā.

Par piedevām uzskata no pārtikas vai dabas vielām vai ķīmiskā ceļā iegūtas vielas, kuras ir paredzētas pievienot pārtikas produktiem ražošanas procesā, lai saglabātu dažādas produktu īpašības, uzlabotu pārtikas uzglabājamību vai stabilitāti u.c.

Pārtikas piedevas ir vielas, ko pašas par sevi uzturā parasti nelietojam, bet tehnoloģisku apsvērumu dēļ pievienojam pārtikai, lai ietekmētu tās īpašības.

PĀRTIKAS PIEDEVAS UZSKATA PAR DROŠĀM UN IEKĻAUJ ATĻAUTO PIEDEVU SARAKSTĀ, JA:

- a) pamatojoties uz pieejamo zinātnisko informāciju, ieteiktajās devās tās nerada apdraudējumu patērētāju veselībai;
- b) pastāv tehnoloģiski pamatoti mērķi, ko nevar sasniegt ar citiem ekonomiski un tehnoloģiski realizējamiem līdzekļiem;
- c) to lietošana ir droša un nemaldina patērētāju.





VAI PĀRTIKAS PIEDEVAS UN UZTURA BAGĀTINĀTĀJI IR VIENS UN TAS PATS?

Runājot par uztura bagātinātājiem, ne reti var sastapties ar situāciju, ka tie kļūdaini tiek dēvēti par pārtikas piedevām. Šādā gadījumā termina “pārtikas piedeva” izmantošana ir nepamatota un nepareiza.

Uztura bagātinātāji ir pārtikas produkti parastā uztura papildināšanai. Tie satur dažādas uzturvielas (vitamīnus vai minerālvielas) vai citas vielas (aūgus un to ekstraktus, zivju eļļu, omega – 3 taukskābes, šķiedrvielas u.c.), un ir paredzēti lietošanai mazā un nomērītā daudzumā. Uztura bagātinātājus izplata noteiktās devās: kapsulās, pastilās, tabletēs, dražējās, pulvera veidā un citos veidos.

Jāatzīmē, ka līdzīgi kā citu veidu pārtikas produktu ražošanā arī uztura bagātinātāju ražošanā tehnoloģisku apsvērumu dēļ tiek pievienotas dažādas pārtikas piedevas - pretsalīpes vielas, emulgatori, mitrumuzturētāji, saldinātāji, krāsvielas u.c. Tu vari uzzināt par attiecīgā uztura bagātinātāja sastāvu, tostarp izmantotajām pārtikas piedevām, rūpīgi iepazīstoties ar marķējumā norādīto informāciju.

KĀ ATPAZĪT PĀRTIKAS PIEDEVAS PĀRTIKAS PRODUKTU MARKĒJUMĀ?

Katrai pārtikas piedevai marķējumā norāda tās funkcionālo grupu jeb kategoriju, aiz tā norādot konkrētu pārtikas piedevas nosaukumu vai E numuru ("E" burts un trīs vai četru ciparu skaitlis). Dažiem „E” burtiem blakus cipariem var atrast mazos alfabēta burtus, piemēram, „a”, kas norāda uz pārtikas piedevas sīkāku iedalījumu.

PIEMĒRAM:

**KRĀSVIELA E 160 (A)
VAI KRĀSVIELA: BETA KAROTĪNS:**

Šis ir pārtikas piedevas funkcionālās grupas nosaukums

Šis ir pārtikas piedevas starptautiskais apzīmējums

Šis ir pārtikas piedevas iedalījums apakšgrupā

KRĀSVIELA **E 160a** **(II)** VAI

KRĀSVIELA: BETA – KAROTĪNS

Šis ir pārtikas piedevas nosaukums

Beta karotīns ir dabīga krāsviela, kas sastopama gaiši dzeltenos un oranžos, kā arī tumši zaļos augļos un dārzeņos. Beta karotīns ir burkānos, spinātos, salātos, tomātos, sarkanajos piparos, brokoļos, ķirbjos, greipfrūtos, plūmēs, persikos, melonēs, aprikozēs, hurmā, ērkšķogās, mellenēs, upenēs.

KĀDI IR PĀRTIKAS PIEDEVU VEIDI?

- Pārtikas piedevas nosacīti iedala piecās lielās grupās un 27 ar Eiropas Savienības tiesību aktiem noteiktās funkcionālās grupās, kas ir paredzētas noteiktajiem "tehnoloģiskiem mērķiem". Dažas no tām, vienlaicīgi var pildīt vairākas tehnoloģiskās funkcijas pārtikas produktā. Piemēram, E 500 jeb nātrija karbonāti (pārtikas soda), kas ir pazīstami, kā irdinātājs un vienlaicīgi izpilda pretsalīpes vielas un skābuma regulētāja funkcijas.

1. PĀRTIKAS PIEDEVAS UZGLABĀŠANAS LAIKA PAGARINĀŠANAI:

Konservanti

ir vielas, kas pagarina pārtikas produktu glabāšanās laiku, aizsargājot tos no mikroorganismu izraisītas bojāšanās, un/vai kas aizsargā pret patogēno mikroorganismu augšanu

Antioksidanti

ir vielas, kas pagarina pārtikas produktu glabāšanās laiku, aizsargājot tos no oksidēšanas procesu izraisītas bojāšanās, piemēram, no tauku sasmakšanas vai krāsas maiņas

2. PĀRTIKAS PIEDEVAS GARŠAS UZLABOŠANAI:

Saldinātāji

ir vielas, ko lieto, lai piešķirtu pārtikas produktiem saldu garšu, vai kā saldīnātājus (cukura aizvietoņus)

Skābes

ir vielas, kas palielina pārtikas produktu skābumu un/vai piešķir tiem skābu garšu

Garšas pastiprinātāji

ir vielas, kas pastiprina pārtikas produktiem piemītošo garšu un/vai smaržu

Irdinātāji

ir vielas, kas, izdalot gāzes, palielina mīklas apjomu



3. PĀRTIKAS PIEDEVAS PRODUKTU ĀRĒJĀ IZSKATA UZLABOŠANAI:

Krāsvielas	ir vielas, kas papildina vai atjauno pārtikas produktu krāsu, kuras atsevišķi parasti uzturā nelieto un neizmanto kā raksturīgas pārtikas sastāvdaļas. No pārtikas produktiem iegūti preparāti un citi ēdami dabīgu izejvielu materiāli, kas ir uzturvielām vai aromātiskajām sastāvdaļām radniecīgi pigmenti, ko iegūst selektīvā fizikālā un/vai ķīmiskā ekstrakcijā
Glazētāji	ir vielas, ko izmanto pārtikas produktu ārējās virsmas apstrādei, lai padarītu to spīdīgu vai lai izveidotu aizsargslāni

4. PĀRTIKAS PIEDEVAS PRODUKTU VĒLAMO STRUKTŪRAS ĪPAŠĪBU NODROŠINĀŠANAI:

Apjoma palielinātāji	ir vielas, kas sekmē pārtikas produktu tilpuma palielināšanos
Emulgatori	ir vielas, kas pārtikas produktos ļauj izveidot homogēnu maisījumu, kas sastāv no divām vai vairākām savstarpēji nesajaucamām fāzēm, piemēram, eļļas un ūdens
Emulgējošie sāļi	ir vielas, kas pārveido siera olbaltumvielas disperģējamā veidā, tādējādi veicinot tauku un citu sastāvdaļu vienmērīgu sadalīšanos produkta masā
Cietinātāji	ir vielas, kas padara vai saglabā stingrus vai kraukšķīgus augļus vai dārzeņu audus, vai iedarbojoties ar recinātājiem, veido vai stiprina želeju
Recinātāji	ir vielas, kas stabilizē pārtikas produktu struktūru, radot želejveida struktūru
Stabilizētāji	ir vielas, kas stabilizē pārtikas produktus, nodrošinot homogēnu produkta konsistenci vai vienmērīgu daļiņu izkliedi tajā Pie stabilizētājiem pieder vielas, kas ļauj saglabāt divu vai vairāku nesajaucamo vielu vienmērīgu izkliedi pārtikas produktos, vielas, kas stabilizē, saglabā vai pastiprina pārtikas produktiem piemītošo krāsu, un vielas, kas palielina pārtikas produktu saistīšanas spēju
Biezīnātāji	ir vielas, kas palielina pārtikas produktu viskozitāti

5. PĀRTIKAS PIEDEVAS TEHNOĻĪSKO PROCESU VADĪŠANAS ATVIEGĻOŠANAI:

Nesējvielas	ir vielas, ko izmanto pārtikas piedevu vai aromatizētāju, pārtikas fermentu, uzturvielu un/vai citu vielu šķīdināšanai, atšķaidīšanai, izkļiedēšanai vai citādi fizikāli modifīcēšanai, kas pārtikai pievienotas uzturvērtības vai fizioloģiskas ietekmes nolūkā, nemainot to funkcijas (un kurām pašām nav nekādu tehnoloģisko funkciju), lai atvieglotu to apstrādi vai lietošanu
Skābuma regulētāji	ir vielas, kas maina vai regulē pārtikas produktu skābumu vai bāziskumu
Pretsalīpes vielas	ir vielas, kas mazina pārtikas produktu daļiņu salīpšanu
Putu dzēsēji	ir vielas, kas novērš vai samazina putu veidošanos
Putu veidotāji	ir vielas, kas nodrošina gāzveida fāzes homogēnu izkļiedi šķīdros vai cietos pārtikas produktos
Mitrum-uzturētāji	ir vielas, kas pasargā pārtikas produktus no izžūšanas, gaisa ietekmē
Modifīcētās cietes	ir vielas, kas iegūtas, ar ķīmiskiem reaģentiem vienu vai vairākas reizes iedarbojoties uz apstrādājot kviešu, kartupeļu, kukurūzas, u.c. pārtikas cieti, kura pirms tam var būt apstrādāta ar fizikālām vai fermentatīvām metodēm, hidrolizēta ar skābi vai sārmu vai balināta, lai pastiprinātu tās tehnoloģiskās īpašības, šķīdību ūdenī, gēlu veidošanās ātrumu, u.c.
Aizsarggāzes	ir gāzes, izņemot gaisu, ko iepilda iepakojumā pirms vai pēc pārtikas produktu iepakojšanas vai pārtikas produktu iepakojšanas laikā
Propelenti	ir gāzes, izņemot gaisu, kas izspiež pārtikas produktus no iepakojuma
Sekvestranti	ir vielas, kas veido ķīmiskus kompleksus ar metālu joniem
Miltu apstrādes līdzekļi	ir vielas, kas veido ķīmiskus kompleksus ar metālu joniem ir vielas, izņemot emulgatorus, ko pievieno miltiem vai mīklai, lai uzlabotu to cepamīpašības

KĀ NOTIEK PĀRTIKAS PIEDEVU DROŠUMA IZVĒRTĒŠANA EIROPĀ?

Ikvienai pārtikas piedevai, pirms tā tiek atzīta izmantošanai, ir jāiziet rūpīga zinātniski pamatota drošuma novērtēšana.

Eiropā pārtikas piedevu drošuma novērtēšanu veic Eiropas Pārtikas nekaitīguma iestāde (EFSA), bet starptautiskā līmenī – Pārtikas un lauksaimniecības organizācijas (FAO) un Pasaules Veselības organizācijas (WHO) Pārtikas piedevu apvienotā ekspertu komiteja (JECFA).

Vielas novērtē, analizējot dokumentāciju, ko parasti iesniedz pieteikuma iesniedzējs (parasti ražotājs vai potenciālais pārtikas piedevas lietotājs). Dokumentācijā jāietver dati par piedevu ķīmiskajām īpašībām, ražošanas procesu, analīzes metodēm, iedarbību un atlieku līmeņiem pārtikā, konkrēto mērķi, ieteiktajiem lietojumiem un toksikoloģiskajiem datiem.

Balstoties uz šiem datiem, EFSA nosaka līmeni, līdz kuram vielas uzņemšanu var uzskatīt par nekaitīgu, proti, t.s. **pieļaujamo diennakts devu (PDD)**.

Noteiktā pieļaujamā dienas deva (PDD) ietver ievērojamu drošības rezervi un ir attiecīgās vielas daudzums, ko uzņemot ikdienā visas dzīves garumā, patērētājam neradīsies kaitējums veselībai.

PDD izsaka miligramos vielas uz kilogramu ķermeņa masas dienā (mg/kg ķermeņa masas/dienā).

Drošuma novērtējumu veic, balstoties uz visa veida pieejamo jaunāko toksikoloģisko informāciju, kas iegūta pētījumos ar dzīvniekiem un ar brīvprātīgajiem. Pētījumu dati dod iespēju noteikt to maksimālo attiecīgās vielas daudzumu, kas cilvēka organismā neizsauc nevēlamu toksisku efektu.

Vienlaikus, balstoties uz ieteiktajiem lietojumiem dažādos pārtikas produktos, EFSA arī nosaka, vai šī PDD var tikt pārsniegta attiecīgā produkta lietošanas laikā. Ja PDD netiek pārsniegta, pārtikas piedevas lietojumu uzskata par nekaitīgu jeb drošu.

Gadījumos, ja kāda noteikta patērētāju grupa uzturā lieto neparasti lielus vienvērtīgus pārtikas daudzumus un kuras sastāvā esošās pārtikas

piedevas PDD var tikt pārsniegta, Eiropas Komisija var pārskatīt pārtikas piedevu PDD un sašaurināt to produktu klāstu, kurās attiecīgās pārtikas piedevu lietošana ir atļauta, t.i., samazināt attiecīgās piedevas lietošanas pieļaujamo daudzumu, vai arī aizliegt tās lietošanu.

VAI VARĒTU PĀRTIKAS PRECES RAŽOT BEZ PĀRTIKAS PIEDEVĀM?

**PROTAMS, PĀRTIKAS PRODUKTUS VARĒTU RAŽOT ARĪ
BEZ PĀRTIKAS PIEDEVĀM, TAČU, ATSAKOTIES
NO PĀRTIKAS PIEDEVU IZMANTOŠANAS:**

1. samazinātos Tavas izvēles iespējas iegādāties produktus ar zemu kaloriju daudzumu (piemēram, augļu-ogu sulas, atspirdziņošos dzērienus, kuros kā cukura aizstājēji izmantoti saldinātāji)
2. samazinātos piedāvāto pārtikas produktu klāsts - nebūtu daudz saldumu un cepumu šķirņu, marmelāžu un dažādu citu produktu
3. iegādāto produktu lietošanas laiks būtu ļoti īss un, daudzi iecienīti, produkti būtu jāizlieto uzreiz pēc to iegādāšanās
4. pārtikas produktu cenas būtu salīdzinoši augstākas
5. nebūtu iespējams pārgājienā, atpūta ņemt līdzi pārtikas produktus maltītes pagatavošanai



VAI PĀRTIKAS PIEDEVAS IR DROŠAS LIETOŠANAI UZTURĀ?

Pārtikas piedevas var uzskatīt par drošām, ja tās atbilst tiesību aktos noteiktajām prasībām. Lietojot pārtikas piedevas, tām jābūt nekaitīgām, to lietojuma pamatā jābūt pamatotai tehnoloģiskai vajadzībai, un to lietojums nedrīkst maldināt patērētājus, kā arī patērētājiem jāgūst labums no pārtikas piedevu izmantošanas.

Pārtikas piedevas nevar vērtēt tikai pozitīvi vai negatīvi. Vienmēr pastāv zināms risks, taču tās, salīdzinot ar pārtikas produktu lietošanas priekšrocībām, uzskatāmas par salīdzinoši nelielām. Protams, patērētāji ir dažādi, tādēļ, nenoliedzami, īpaši jutīgiem cilvēkiem varētu rasties zināmas veselības problēmas.

Svarīgi atzīmēt, ka pirms pārtikas piedevu nonākšanas Eiropas Savienības dalībvalstu iekšējā tirgū, katra pārtikas piedeva tiek rūpīgi un vispusīgi izvērtēta, lai izslēgtu draudus patērētāju veselībai.

GADĪJUMĀ, JA PĀRTIKAS PRODUKTA RAŽOŠANĀ IR IZMANTOTA VIENA VAI VAIRĀKAS SEKOJOŠAS KRĀSVIELAS:



saulrieta dzeltenā	(E 110)	alura sarkanā	(E 129)
hinolindzeltenā	(E 104)	tartrazīns	(E 102)
karmoizīns	(E 122)	košenila sarkanā	(E 124)

PĀRTIKAS MARKĒJUMĀ OBLIGĀTI JĀNORĀDA PAPILDU INFORMĀCIJA:

“krāsvielas(-u) nosaukums vai E numurs”: var nelabvēlīgi ietekmēt bērnu aktivitāti un uzmanību

KĀ IEGŪST PĀRTIKAS PIEDEVAS?

Pārtikas piedevas var iegūt no dabā sastopamām vielām vai pārtikas produktiem (piemēram, krāsviela betanīns E162 iegūta no biešu sulas), līdz ar to tās būtu uzskatāmas par dabīgām.

Daudzas piedevas ir radītas līdzīgas tām, kas atrodamas dabā (piemēram, benzoscābe E210, kas dabā atrodama dzērvenēs).

Ir arī pavisam jauni savienojumi, kuriem dabā nav analogu (piemēram, cukura aizvietoņš - saharīns E 945), ko varam uzskatīt par sintētisku pārtikas piedevu.

KĀPĒC RAŽOTĀJI NELIETO TIKAI DABISKAS IZCELSMES PĀRTIKAS PIEDEVAS?

Pārtikas piedevas, kas iekļautas ar ES direktīvām apstiprinātajā pārtikas piedevu sarakstā – gan dabīgas izcelsmes, gan sintezētās, ir vienlīdz drošas.

Dabīgas pārtikas piedevas parasti satur vairāku aktīvo vielu kompleksus, to vēl pastiprina apstrādes temperatūra un skābums.

Sintezētās (mākslīgās) pārtikas piedevas ir efektīvākas, jo satur tikai vienu konkrētu aktīvo vielu un bieži vien ir stabilākas gan produkta ražošanas procesā, gan uzglabāšanas laikā.

VAI PIEDEVAS VAR IZMANTOT VISOS PĀRTIKAS PRODUKTOS?

Dažos pārtikas produktos piedevu lietošana ir ļoti ierobežota. Nepārstrādātos pārtikas produktos, piemēram, pienā, svaigos augļos un dārzeņos, svaigā gaļā un ūdenī, ir atļautas tikai dažas piedevas.

Jo vairāk pārtikas produkts ir pārstrādāts, jo vairāk piedevu ir atļauts. Piemēram, saldumi, pikantās uzkodas, aromatizētie dzērieni un deserti ir daži no šīs kategorijas produktiem — tie ir lielā mērā pārstrādāti pārtikas produkti, kuros ir atļauts izmantot daudzas piedevas.

KĀDI IEGUVUMI TIEK NODROŠINĀTI PATĒRĒTĀJIEM?

ES TIESĪBU AKTOS PAREDZĒTS, KA PĀRTIKAS PIEDEVĀM JĀNODROŠINA IEGUVUMI UN PRIEKŠROCĪBAS PATĒRĒTĀJIEM. TĀDĒĻ TĀS JĀIZMANTO VIENAM VAI VAIRĀKIEM ŠĀDIEM MĒRĶIEM:

1. saglabāt pārtikas uzturvērtību,
2. nodrošināt ar vajadzīgajām sastāvdaļām vai komponentiem pārtiku, ko ražo patērētāju grupām ar īpašām uztura vajadzībām,
3. uzlabot pārtikas uzglabājamību vai stabilitāti vai uzlabot tās organoleptiskās īpašības ar nosacījumu, ka netiek maldināti patērētāji,
4. sekmēt pārtikas, tostarp pārtikas piedevu, pārtikas fermentu un pārtikas aromatizētāju ražošanu, pārstrādi, sagatavošanu, apstrādi, iepakojšanu, pārvadāšanu vai glabāšanu ar noteikumu, ka attiecīgo pārtikas piedevu neizmanto, lai slēptu sekas, kas radušās sakarā ar bojātu izejvielu lietošanu vai nehygiēnisku metožu izmantošanu.

VAI JEBKURU VIELU VAR LIETOT KĀ PĀRTIKAS PIEDEVU?

Ievērojot konkrētus nosacījumus, pārtikas produktiem, drīkst pievienot tikai tādas pārtikas piedevas, kas ir iekļautas ES tiesību aktos.

Piedevas, kas rada minimālas toksiskuma bažas, var lietot gandrīz visos pārstrādātajos pārtikas produktos. Tas attiecas, piemēram, uz kalcija karbonātu (E 170), pienskābi (E 270), citronskābi (E 330), pekšniem (E 440), taukskābēm (E 570) un slāpekli (E 941).

PĀRĒJO PIEDEVU LIETOŠANA IR DAUDZ IEROBEŽOTĀKA, PIEMĒRAM:

- natamicīnu (E 235) var izmantot tikai kā konservantu siera un žāvētās desas ārējās virsmas apstrādei,
- eritorbīnskābi (E 315) var izmantot tikai kā antioksidantu konkrētos gaļas un zivju produktos,
- nātrija ferocianīdu (E 535) var izmantot tikai kā pretsalīpes vielu sāļi un tās aizstājējos.

KĀ PATĒRĒTĀJAM IZVĒLĒTIES PĀRTIKAS PRECES, KURAI PIEVIENOTAS PĀRTIKAS PIEDEVAS?

IZVĒLĒTIES PĀRTIKAS PRODUKTU AR PĀRTIKAS PIEDEVU SAVAM IKDIENAS UZTURAM, BŪTU IETEICAMS:

1. aplūkot un izlasīt pārtikas produkta etiķeti ar informāciju par produkta sastāvu;
2. pārdomāt izlasīto informāciju un izlemt, vai pārtikas produkts ir atbilstošs Tavam veselības stāvoklim un iekļaujams ēdienkartē – īpaši, ja tas paredzēts mazu bērnu, grūtnieču vai cilvēku ar hroniskām gremošanas sistēmas, aknu un nieru slimībām uzturam;

Nopirkt vai nolikt atpakaļ veikala plauktā šo pārtikas produktu, tas jau ir Tevis paša ziņā.

PĀRTIKAS PRODUKTU, KAS SATUR PĀRTIKAS PIEDEVAS, LIETOŠANA BŪTU JĀIEROBEŽO, JA:

- pārtikas produkti, kas satur pārtikas piedevas, praktiski veido visu jūsu ikdienas ēdienkarti
- ikdienā lietojat tādus produktus kā sausās zupas, mērces, konservējumus un saldumus ar ilgu derīguma termiņu un krāsainus saldinātus dzērienus
- jūsu uzturā ir maz svaigu dārzeņu, garšaugu un augļu, kas ir dabīgo vitamīnu un minerālvielu avoti

Pēc iespējas retāk, īpaši bērniem, būtu jālieto tādi pārtikas produkti, kuru krāsa ir izteikti spilgta (piemēram, krāsainas karameles, krāsainas kūkas vai krāsainus, saldinātus dzērienus).

KĀ PIRCĒJAM BŪT MODRAM?

TEV JĀUZMANĀS, JA:

- pārtikas produktam nav marķējuma vai marķējumā nav norādīta informācija pār pārtikas sastāvdaļām
- pārtikas produktam ir neparasti ilgs derīguma termiņš un marķējumā nav norādītas pievienotās pārtikas piedevas
- pārtikas produkts ir ar neraksturīgu garšu, krāsu vai smaržu, konsistenci un marķējumā nav norādītas pievienotās pārtikas piedevas



Par produktiem, kas Tev šķiet aizdomīgi, nekavējoties jāziņo jebkurai Pārtikas un veterinārā dienesta pārvaldei visā Latvijā.

Pārtikas un veterinārais dienests ir vienīgā valsts institūcija, kas Latvijā uzrauga pārtikas apriti “no lauka līdz galdam”, tādējādi nodrošinot nekaitīgas un drošas pārtikas, tajā skaitā arī tādas, kuras ražošanā izmantotas pārtikas piedevas, apriti.

Ikviens, kuram ir sūdzības, var zvanīt arī uz dienesta diennakts uzticības telefonu – automātisko atbildētāju:

67 027 402



Tajā jāatstāj maksimāli precīza informācija par produktu, kas radījis aizdomas un dienesta inspektori šo sūdzību pārbaudīs.

LIKUMDOŠANA

PATĒRĒTĀJIEM DROŠU PĀRTIKAS PIEDEVU IZMANTOŠANU NOSAKA EIROPAS SAVIENĪBAS REGULAS UN LATVIJAS TIESĪBU AKTI:

Eiropas Parlamenta un Padomes 2008. gada 16. decembra Regula (EK)
Nr. 1333/2008 par pārtikas piedevām

Eiropas Parlamenta un Padomes 2008. gada 16. decembra Regula (EK)

Nr. 1334/2008 par aromatizētājiem un dažām pārtikas sastāvdaļām
ar aromatizētāju īpašībām izmantošanai pārtikā un uz tās
Eiropas Parlamenta un Padomes 2008. gada 16. decembra Regula (EK)

Nr. 1332/2008 par pārtikas fermentiem
Eiropas Parlamenta un Padomes 2008. gada 16. decembra Regula (EK)

Nr. 1331/2008, ar ko nosaka vienotu atļauju piešķiršanas procedūru
attiecībā uz pārtikas piedevām, fermentiem un aromatizētājiem

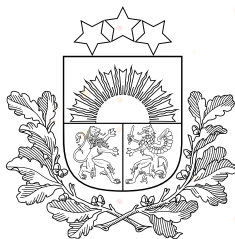
Avots:

<https://www.zm.gov.lv/partika/statiskas-lapas/partikas-piedevas?id=1073#jump>

Pārtikas aprites uzraudzības likums

Avots:

<http://likumi.lv/doc.php?id=47184>



Pārtikas un veterinārais dienests

Informatīvo materiālu sagatavoja:

Pārtikas un veterinārais dienesta Pārtikas centrs

Pateicamies par sadarbību informatīvā materiāla sagatavošanā:

Latvijas Lauksaimniecības universitātes
Pārtikas tehnoloģijas fakultātes dekānei,
profesorei **Ingai Ciprovičai** un
profesorei **Dainai Kārkliņai**