|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ALIMENTOS** | **COLORANTES** | **CONSERVANTES** | **ANTIOXIDANTES** | **EDULCORANTES** | **EMULGENTES ESTABILIZADORES ESPESANTES GELIFICANTES** | **OTROS** |
| GELATINA CON SABOR A FRESA | AMARANTO |  | LACTATO SODICO | SUCRALOSA (SPLENDA) | GELATINA |  |
| FUNCION | Proporciona color rojo-purpura. Se encuentra con rellenos con sabor a frutas. |  | No usar en personas intolerantes a la lactosa. se usa en quesos, mermeladas, helados gelatinas y caramelos. | Se fabrica por la halogenacion selectiva de la sacarosa y es 600 veces más dulce que el azúcar. | Puede actuar como alérgeno y contener dióxidos de sulfuro. |  |
| DURAZNOS EN ALMIBAR | ERITROSINA |  | ÁCIDO ASCÓRBICO  ÁCIDO ERITÓRBICO |  |  |  |
| FUNCION | Puede producir hipotiroidismo y da una color al almíbar. |  | Se usan para proteger al producto, principalmente a las frutas que con el tiempo pueden oxidarse y cambiar su color. |  |  |  |
| NATILLA EN CAJA | CARAMELO | SAL SODICA | ASCORBATO SÓDICO | ACALORICOS | SORBITOL |  |
| FUNCION | PROPORCIONA MARRON OSCURO | Compuesto de Sodio Orgánico. | Sal sódica de vitamina c. | Son una buena opción para remplazar los edulcorantes habituales como el azúcar o la miel, ya que nos permiten eliminar calorías vacías y endulzar nuestros platos. | Para alimentos bajos en grasa. |  |
| SALCHICHAS DE POLLO | ROJO 2G | TIABENDAZOL NATAMICINA NITRITO | TOCOFEROLES |  | POLISORBATO |  |
| FUNCION | PARA PRODUCTOS CARNICOS PRE-COCINADOS | PARA UNA MEJOR CONSERVACION. | El tocoferol es el nombre de varios compuestos orgánicos conformados por varios fenoles. El alfa-tocoferol es un antioxidante que posee la propiedad de proteger a los ácidos grasos poliinsaturados de las membranas y otras estructuras. |  | Son ingredientes utilizados en la industria de alimentos que contribuyen a una mejor percepción sensorial de los alimentos. |  |
| MANTEQUILLA CON SAL | ANNATO |  | TBHQ O BHT ACIDO CITRICO | SAL |  |  |
| FUNCION | Es de color rojo al marrón. Se obtiene de las semillas de un árbol tropical llamado Bixa Orellana. Se divide en 3 clases: Annatto que es el extracto crudo, Bixina que es la parte soluble en aceite y Norbixina que es la parte soluble en agua. |  | Conservante para aceite y vegetales y grasas de origen animal. | Produce sabor salado y un efecto bacteriostático |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**LA ADICIÓN DE TARTRAZINA Y FENILALANINA EN LOS ALIMENTOS**La fenilalanina es un aminoácido. Un aminoácido es la unidad básica por la cual están constituidas las proteínas, tanto animales y vegetales. Los aminoácidos son necesarios para formar nuevas proteínas en el organismo: músculo, hormonas proteicas, anticuerpos, etc. En total hay 20 tipos de aminoácidos y cada proteína los tiene en proporciones variables. La fenilalanina se considera uno de los aminoácidos denominados "esenciales", pues no puede ser fabricado por el organismo y debe ser aportado por los alimentos (alimentos proteicos en general: huevo, lácteos, carnes, etc. En general, se escucha hablar más de la fenilalanina pues ésta es uno de los productos del desdoblamiento del aspartame, que es un endulzante artificial, hipocalórico, ampliamente utilizado en productos de bajas calorías. Una ingesta de aspartame menor a 40-50 mg. por kilo de peso es totalmente inocua y en el consumo habitual no se sobrepasan estos niveles. En los pacientes portadores de fenilcetonuria, que es una enfermedad genética en la que no se puede metabolizar la fenilalanina y que en Chile se diagnostica con un simple examen en todos los recién nacidos, debe ser restringida.  
  
La tartrazina es un colorante de tono amarillo utilizado en la elaboración de refrescos y golosinas. El consumo constante de esta sustancia causa hiperactividad, somnolencia y alergias, que a la larga se pueden traer enfermedades más peligrosas. Las mejores maneras de prevenir enfermedades en los escolares es enseñándoles desde pequeños a comer productos saludables, porque si se acostumbran a la denominada “comida chatarra”, será muy difícil cambiar sus gustos y hábitos alimenticios.  
  
PRODCUTOS DE NICOLAS QUE CONTIENE   
TARTRAZINA: gelatina, natilla. (Colorantes amarillos, marrones, verdes)  
FENILALANINA: Mantequilla, salchicha. (Productos ricos en proteína)  
  
**¿CREE USTED QUE LOS ADITIVOS SON NECESARIOS PARA LA ELABORACIÓN DE TODO TIPO DE ALIMENTOS, YA SEA PARA LA PRODUCCIÓN INDUSTRIAL O CASERA?**  
Los aditivos, por su parte, se deberían emplear solo cuando no hay ningún otro tratamiento tecnológico autorizado que consiga el mismo efecto, incluso aunque el coste sea más elevado. Estas sustancias químicas no tienen por qué encontrarse en los alimentos y, en consecuencia, el primer criterio debería ser la necesidad de su empleo. Es decir, una necesidad objetiva y no un hecho arbitrario. Estas sustancias también sirven para facilitar el proceso de preparación o elaboración. Así, cuando se establece la necesidad de su empleo, el siguiente paso, lógico por otra parte, debe ser asegurar la inocuidad sobre la calidad de los alimentos y sobre la salud del consumidor. Al mismo tiempo, se debe considerar que los aditivos no son sólo sustancias químicas perversas en sí mismas. Entre ellos, hay una gran cantidad de moléculas originariamente procedentes de animales o plantas y que no proporcionan ningún efecto negativo a la salud de los consumidores.