**FUNDACION UNIVERSITARIA SAN MATEO**

**UNIDAD 3 ACTIVIDAD 1**

**ADICTIVOS ALIMENTARIOS Y SU**

**CLASIFICACIÒN**

**PRESENTAD POR JENNIFER GARZON**

**TUTOR LAURA GUATAVITA**

***Cuadro con la información sobre los adictivos y su función.***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ALIMENTOS** | **COLORANTES** |  | **CONSERVANTES** | | **ANTIOXIDANTES** | | **EDULCORANTES** | | **EMULGENTE** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **ESTABILIZADORES ESPE-** | | **OTROS** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **SANTES Y GELIFICANTES** | |  |  |
| **Gelatina** | Tartrazina |  |  |  | Ácido cítrico |  | Aspartame |  |  |  | Vitaminas C,A,BE,B5,B9 | |
| **con sabor** | carmoisina |  |  |  | citrato de sodio | | Azúcar |  |  |  | Dióxido de silicio |  |
| **a fresa** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Tartrazina: colorante | |  |  | Ácido cítrico: | Orgánico | Aspartame: endulzante | |  |  | Ayudan a prevenir | |
|  | artificial en polvo | |  |  | natural que se encuen- | | artificial de bajas | |  |  | enfermedades, Al fun- | |
|  | soluble color amarillo | |  |  | Tras en muchas frutas | | calorías |  |  |  | cionamiento de cuerpo | |
| **Función** | carmoisina: colorante | |  |  | Citrato de sodio: es muy | | Azucar:proporciona | |  |  | Dióxido de silicio: | |
|  | sintético derivado del | |  |  | eficaz para luchar contra | | energía que nuestro | |  |  | ayuda a los huesos | |
|  | petróleo |  |  |  | la acides. |  | organismo necesita | |  |  |  |  |
| **Duraznos** |  |  |  |  | Ácido cítrico |  | Azúcar |  | Almíbar |  |  |  |
| **en almíbar** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | Orgánico natural que se | | Proporciona energía que | | Es una combinación de | |  |  |
|  |  |  |  |  | encuentra en las frutas | | nuestro organismo nece- | | azúcar y agua que se usa | |  |  |
| **Función** |  |  |  |  |  |  | Sita. |  | para conservas de frutas | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Natilla en** | Colorante caramelo | | Sal |  |  |  | Panela |  | Fécula de maíz | |  |  |
| **caja** |  |  |  |  |  |  | Azúcar |  |  |  |  |  |
| **FUNCION** | Soluble en agua color | | Es un compuesto o | |  |  | Estos dos ayudan a pro- | | Se utiliza en repostería | |  |  |
|  | amarillo se utiliza para | | mineral que ayuda a | |  |  | porciònar energía a | | además es un alimento | |  |  |
|  | preparar bebidas | | conservar |  |  |  | nuestro organismo | | que aporta energía | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **SALCHICHAS** |  |  |  |  |  |  |  |  | Aglutinante |  |  |  |
| **DE POLLO** |  |  | Sal de curación | | Antioxidantes | |  |  | (Almidón de trigo) | | Mezcla de condimentos | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | Poli fosfato |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Es una combinación de sal | | sustancia que protegen | |  |  | Almidón de trigo: | | Se utiliza para dar sabor | |
|  |  |  | con nitrito se usa para | | las células de los efectos | |  |  | ayuda a espesar los | |  |  |
| **Función** |  |  | conservar embutidos | | de los radicales libres | |  |  | alimentos poli fosfatos | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | estabilizadores | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Sal |  | Ácido cítrico |  |  |  |  |  | Vitamina E,A YD3 | |
| **Mantequilla** |  |  | Sorbeto de potasio | | TBHQ |  |  |  |  |  |  |  |
| **con sal** |  |  |  |  | EDTA |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Sal: se usa como | | Ácido cìtrico:antioxidante | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | conservante |  | natural |  |  |  |  |  | son muy necesarias para | |
| **Funsion** |  |  | sorbato de potasio: es | | TBHQ:compuesto químico | |  |  |  |  | el cuerpo |  |
|  |  |  | la sal del potasio acido | | aromático |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | sòrvico utilizado como | | EDTA:es un antioxidante | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | conservante |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

TARTRAZINA

Es un colorante de tono amarillo utilizado en la elaboración de refrescos y golosinas. El consumo contante de esta sustancia causa hiperactividad, somnolencia y alergias, que a la larga se pueden traer enfermedades más peligrosas, por lo general son compuestos que han sido calificados como cancerígenos y provocador de alergias

La tartrazina figura en la lista de adictivos prohibidos para niños hiperactivos y se creen que pueden ser responsables de que los niños sufran insomnio debido a este adictivo contenido también en los zumos embotellados. Es necesario advertir contra el excesivo uso que en algunos hogares se hace de sucedáneos del azafrán que nada tiene que ver con la planta.

Es un colorante utilizado común mente en:

Corteza de los quesos

Gelatinas

Helados

Bebidas alcohólicas

Guisantes enlatados

Gaseosas

Totopos

Entre otro

No son recomendados ya que este adictivo es un colorante artificial que se obtiene a partir del petróleo está relacionada a diversos problemas de salud

FENILALANINA

Es un aminoácido que se encuentra en las proteínas siendo uno de los 10 aminoácidos esenciales para el ser humano. Se encuentra principalmente en alimentos ricos en proteínas tanto de origen animal como las carnes, el pescado, huevos y productos lácteos, como origen vegetal garbanzos, lentejas, cacahuates y dulces. Asi mismo se encuentran en muchas drogas

Es parte de la composición del aspartamo, un edulcorante artificial que se encuentra en alimentos dietéticos y es habitual en bebidas refrescantes ,no se recomienda el consumo a mujeres embarazadas.

Beneficios de la fenilalanina se relacionan principal mente con su poder analgésicos capacidad para ayudarnos a reducir el apetito y a mejorar la memoria y también sus propiedades antidepresivas.

Alimentos ricos en fenilalanina:

Salmon

Hígados

Huevos

Frutos secos etc.