

# 식품첨가물이란 무엇일까요?



**식품위생법** : 식품을 제조·가공·조리 또는 보존하는 과정에서 감미(甘味), 착색(着色), 표백(漂白) 또는 산화방지 등을 목적으로 식품에 사용되는 물질(기구·용기·포장을 살균·소독하는 데에 사용되어 간접적으로 식품으로 옮겨갈 수 있는 물질을 포함)



**UN식량농업기구(FAO), 세계보건기구(WHO)** : 식품의 외관, 향미, 조리 또는 저장성을 향상시키기 위한 목적으로 식품에 소량 첨가되는 비영양 물질



**유럽연합(EU)** : 식품첨가물은 감미, 착색 또는 보존 등과 같은 일정한 기술적 기능을 획득하기 위해 식품에 의도적으로 첨가된 물질



**CODEX (국제식품규격위원회)** : 식품의 일반적인 구성성분이 아니고 그 자체를 식품으로 사용하지 않으며 영양가와 상관없이 식품의 저장, 수송, 포장, 충전, 조제, 가공에 기술적인 목적으로 식품에 의도적으로 첨가하는 물질

식품첨가물에 대한 정의는 그 주체에 따라 표현의 차이는 있지만 기본적으로 유사한 내용을 담고 있습니다.



# 식품첨가물이 없다면 어떻게 될까요?

- **보존료**가 없다면 다른 지역, 다른 나라에서 생산되는 음식은 먹기 어려울 것입니다. 장거리 운송을 하다가 식품이 상하고, 식중독에 걸릴 위험이 높아지기 때문입니다.
- **감미료**가 없다면 당뇨병 환자들이 단맛을 즐길 수 없을 것입니다.
- **영양강화제**가 없다면 제조·가공 중 손실되는 영양소를 보충할 수 없습니다.
- **팽창제**가 없다면 빵은 딱딱할 것이고, **응고제**가 없다면 젤리나 두부는 만들 수 없습니다.

이 외에도 식품첨가물이 없다면 즐기지 못할 식품들은 매우 많습니다.

# 식품첨가물은 안전한 성분 인가요?

# YES!

식품첨가물로 지정받고 사용되기 위해서는  
물질의 **필요성**과 **안전성**을 입증할 수 있는  
**과학적 증빙자료**가 뒷받침되어야 합니다.



## 식품첨가물로 허용

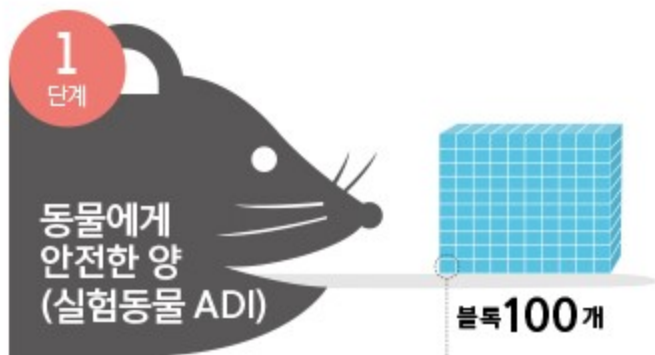
# 대한민국 식품첨가물은 안전합니다.

안전성 평가를 통해 식품첨가물의 일일섭취허용량(ADI)을 설정하고,  
그보다 훨씬 적은 양이 사용되도록 식품첨가물을 관리하고 있기 때문에  
다양한 식품을 통해 섭취되는 식품첨가물은 건강에 위해하지 않습니다.

**ADI**  **1kg**

1일섭취허용량(ADI, Acceptable Daily Intake)  
사람이 일생동안 매일 먹더라도 유해한 작용을 일으키지  
않는 체중 1kg당 1일 섭취량

# 식품첨가물 1일섭취허용량(ADI) 설정 방법



[1단계] 동물실험을 통해 동물들이 평생 먹어도 안전한 양을 알아내고



[2단계] 그 양의 100분의 1 수준을 **1일섭취허용량(ADI)**으로 설정

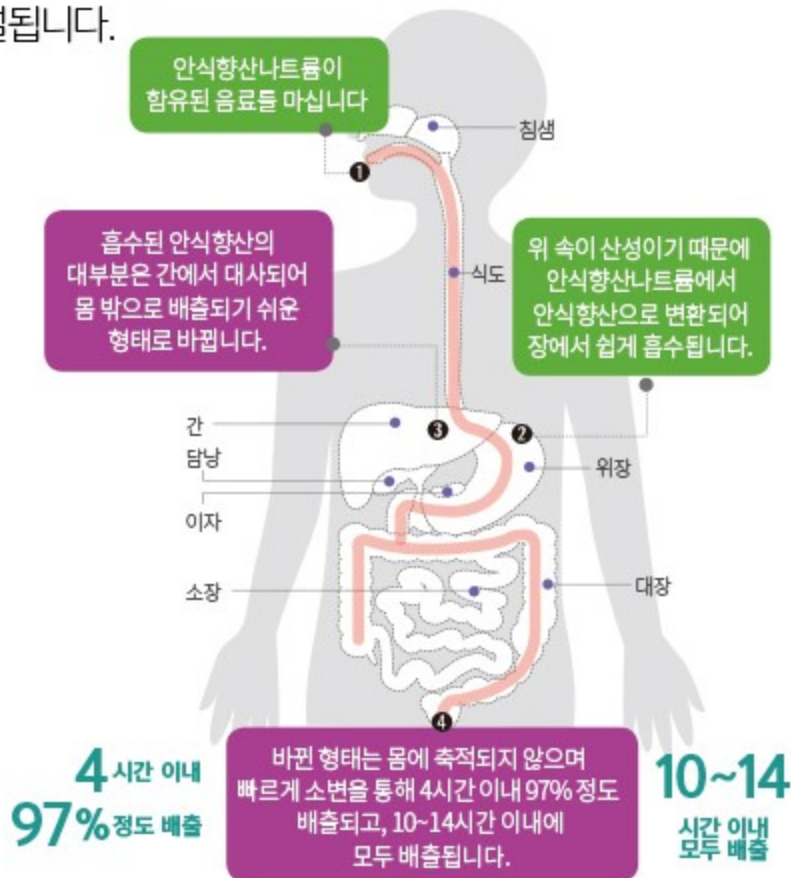


# 혹시 식품첨가물... 몸에 쌓이나요?

# NO!

식품첨가물을 섭취하더라도 몸에 축적되지 않고  
대부분 간에서 대사되어 소변으로 빠르게  
배설됩니다.

**음료에 함유된 보존료인  
안식향산나트륨 섭취시**





가공식품 포장지에는

**원재료명(성분명) 및 함량이 표시되어 있어**  
어떤 식품첨가물이 얼마나 첨가되었는지 알 수 있고

● 유통기한: 케이스 상단 표시일 까지 ● 식품의 유형: 혼합음료

● 원재료명 및 함량(%): 정제수, 액상과당, 농축사과과즙(당도 72 Brix 이상)

비타민C 0.5(500 mg), 비타민B<sub>2</sub> 0.0012 (1.2 mg), 히알루론산-KD  
0.005(히알루론산 500 µg, 덱스트린), 합성착향료(드링크향), 구연산,  
케이디비타 2700, 구연산삼나트륨, 펙틴, 타우린, DL-사과산, 오렌지추출물

● 원료원산지: 사과(뉴질랜드산)

영양성분 1회 제공량 1병(100 ml)

1회제공량 함량: 열량 50 kcal, 탄수화물 12 g(4%), 당류 11 g, 단백질 0 g(0%),  
지방 0 g(0%), 포화지방 0 g(0%), 트랜스지방 0 g, 콜레스테롤 0 mg  
(0%), 나트륨 30 mg(2%), 비타민C 500 mg(500%), 비타민B<sub>2</sub>  
1.2 mg(100%) ※( )안의 수치는 1일 영양소 기준치에 대한 비율임



비타민C, 비타민B<sub>2</sub>, 구연산, 펙틴, 타우린, DL-사과산 등  
자세히 나와 있는 식품첨가물 표시를 볼 수 있습니다.