

GAIA – ANIMALI & AMBIENTE

TABELLA DI COMPARAZIONE  
DELLA VALUTAZIONE  
DEGLI ADDITIVI (cod. 'E')  
LEGALMENTE IN COMMERCIO

Dati provenienti da fonti scientifiche di pubblico dominio (vd. legenda).

Questa elaborazione: © 2000-2001 Stefano Carnazzi – GAIA ANIMALI & AMBIENTE

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
COLORANTI										
Curcumina	E 100	Mostarde, dadi per brodo, minestre preconfezionate e nel curry.	B	D	A	Arancio-giallo, derivato dalla curcumina	Dati insufficienti su riproduzione, tossicità, embriotossicità e teratogenicità.		— [Tutti i coloranti sono sostanze inutili dal punto di vista alimentare, avendo il solo scopo di rendere l'alimento gradevole alla vista]	
Lattoflavina (i) Riboflavina (ii) Riboflavina-s-fosfato	E 101	Biscotti, dolci, prodotti del latte.	B	A	C	Colore giallo. È una vitamina!	Presente come vitamina B2.		—	
Tartrazina	E 102	Dolci, sciroppi, bibite, conserve vegetali (escluse quelle di pomodoro), gelato allo zabaione.	D	D	A	Giallo, comunemente usato, ma sconsigliato per i bambini. Prodotti tipici, soft drinks, pasticceria, cordiali, sottaceti.	Controindicato per chi è allergico all'acido acetilsalicilico (aspirina) e per gli asmatici.	Circa un quinto delle persone allergiche all'aspirina (solitamente adulti di mezza età e più frequentemente donne) è ipersensibile a questi composti. Altri soggetti che potrebbero essere sensibili sono gli asmatici e quanti soffrono di eczemi. Nelle persone sensibili si possono manifestare le seguenti reazioni: attacchi d'asma, lacrimazione, eruzioni cutanee, offuscamento della vista, in casi estremi si possono anche verificare riduzioni di piastrine nel sangue. Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	<b>Tossico</b>	Meglio evitarlo. <b>Vietato in Svizzera</b>
[Chrysoine resorcinol]	E 103									
Giallo di chinolina	E 104	Caramelle, bibite, liquori, gelati.	D	D	C	<b>Non permesso in Australia.</b>	Leggermente tossico.	Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	—	
[Fast yellow AB]	E 105									
[Riboflavin 5'-(sodium phosphate)]	E 106									
Giallo 2G	E 107		C			Giallo, sconsigliato ai bambini. Chi soffre di asma può avere reazioni allergiche.				
Giallo arancio S Giallo tramonto FCF	E 110	Bibite, sciroppi, paste, dolci in generale, gelati, ghiaccioli.	C	D	A	Giallo, sconsigliato ai bambini. Diverse persone sono allergiche (esantemi,	Controindicato per chi è allergico all'aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni	VE E 102!!! Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	<b>Tossico</b>	

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
						svenimenti, vomito). Prodotti: cordiali, pasticceria, zuppe in scatola.	cutanee.			
[Orange GGN]	E 111									
Cocciniglia Acido carminico Vari tipi di carminio	E 120	Aperitivi e liquori.	C	A	C	Rosso, sconsigliato ai bambini. Raramente usato.	Colorante ottenuto per essiccazione di un insetto, la cocciniglia.	Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	Tossico	
[Orcein, orchil and orecein]	E 121									
Azorubina Carmoisina	E 122	Sciropi, bevande, bibite, gelati.	C	D	A	Rosso, sconsigliato ai bambini. Persone sensibili e asmatici possono avere reazioni allergiche. Prodotti: pasticceria, marzapane, gelatine	Controindicato per chi è allergico all' aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee.	VE E 102!!! Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	—	
Amaranto	E 123	Amnesso solo per il caviale (il succedaneo del caviale)	D	D	A	Rosso-porpora. <b>Bandito negli Stati Uniti dal 1976.</b> Evitatelo! Prodotti: pasticceria, ripieni di frutta, gelatine	Amnesso solo per il caviale. Vietato perchè accusato di essere mutageno. Controindicato per chi è allergico all' aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee.	VE E 102!!! Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	Tossico	
Rosso cocciniglia A [Ponceau 4R]	E 124	Caramelle, paste, biscotti, sciropi, bibite, dolci, gelati, ghiaccioli.	C	D	A	Rosso, sconsigliato ai bambini. Gli asmatici e chi ha una sensibilità all'aspirina può avere reazioni allergiche	Controindicato per chi è allergico all' aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee.	VE E 102!!! Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	Tossico	
Eritrosina [Scarlet GN "specially pure"]	E 125								Sospetto	
[Ponceau 6R]	E 126									
Eritrosina	E 127	Caramelle, frutta sciropata, canditi, gelati, ghiaccioli.	D	D	E	Rosso, sconsigliato ai bambini. Può incrementare i livelli dell'ormone tiroidale	Ad alte dosi provocherebbe un aumento di tumori della tiroide (nei topi).	LaFood andDrug Administration (FDA) americanal'ha esclusa dall'impiego alimentare. Trattasi di un composto contenente 577 mg di iodio per grammo:		

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
						e portare all'ipertiroidismo. Può causare ipersensibilità alla luce. Prodotti: mostarde, biscotti, frutta sciroppata, ciliegie e fragole in vetro		l'assunzione di notevoli quantità di questo colorante può indurre l'aumento dell'ormone tiroideo, fino a livelli capaci di provocare ipertiroidismo. Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo		
Rosso 2G	E 128		C			Non permesso in Australia			—	
Rosso allura AC	E 129		B			Rosso, è allergenico in condizioni di allergie e irritazioni alla pelle. Prodotti: biscotti, dolci, ripieni di frutta			—	
[Indanthrene blue RS]	E 130									
Blu patent V	E 131	Caramelle, sciroppi, liquori, gelati, ghiaccioli.	D	D	A	Non permesso in Australia	Pochi dati di studi metabolici.	È un colorante che le persone allergiche devono evitare: le reazioni consistono in sensibilità della pelle, prurito e orticaria. Sono stati riportati casi di abbassamento della pressione sanguigna e tremore.	Sospetto	
Indigotina Carminio indaco	E 132	Gelati, ghiaccioli, paste, frutta candita.	B	A	C	Blu, le persone con allergie dovrebbero evitarlo. Può causare nausea, vomito, alta pressione, reazioni cutanee, problemi respiratori e altre reazioni. Prodotti: confetture, biscotti.	Leggermente tossico.	Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	—	
Blu brillante FCF	E 133		C			Blu, sconsigliato ai bambini		Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	—	
Clorofilla	E 140	Gelati ghiaccioli e dolci.	A	A	C	Verde-verde oliva. Parte naturale della dieta umana.	Leggermente tossico.		—	
Complessi rameici delle clorofille	E 141		A	A		Color oliva, nessun effetto avverso conosciuto			Sospetto	

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
Verde acido brillante BS	E 142	Frutta candita, sciroppi, caramelle, bibite, liquori.	B	D	C	Verde, sembra sicuro in piccole quantità	Leggermente tossico.			Sospetto
Caramello semplice	E 150a	Bibite tipo cola, gelati, ghiaccioli, acquavite, liquori, pasticceria in genere.	B	A	A	Marrone scuro, sconsigliato ai bambini. Prodotti: frutti di mare, soia, frutta e verdura in scatola, birra, whisky, biscotti, conserve.	Il caramello non è un colorante naturale, ma è ottenuto trattando gli zuccheri con il calore e sostanze chimiche come acido solforico o ammoniacale.	Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo		La denominazione "caramello" indica le sostanze di colore bruno più o meno accentuato destinate alla colorazione. Non indica il prodotto zuccherino e aromatico ottenuto riscaldando lo zucchero e utilizzato per aromatizzare alimenti (ad es. dolciumi, prodotti di pasticceria e bevande alcoliche). Sospetto
Caramello solfito caustico	E 150b									Sospetto
Caramello ammoniacale	E 150c									Sospetto
Caramello solfito-ammoniacale	E 150d									Sospetto
Nero Brillante BN	E 151	Caramelle, creme, gelati, ghiaccioli.	D	D	A	Nero, sconsigliato ai bambini	Controindicato per chi è allergico all' aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee.	VD E 102!!! Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo		Sospetto
Black 7984	E 152									Sospetto
Carbone medicinale vegetale	E 153		B	A		Nero. Vietato negli USA.				—
Marrone FK	E 154		D			Vietato in Australia				
Marrone cioccolato HT	E 155		C			Marrone, sconsigliato ai bambini				

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
Carotene alfa, beta gamma	E 160a	Margarina, salse, condimenti, pasticceria in genere, gelati, ghiaccioli.	A	A	A	Giallo-arancio, si converte in vitamina A nel corpo	Sono ottenuti da vegetali, frutta, verdura.		—	
Annatto, Bissina, Norbissina	E 160b		B	A	A	Color pesca, sconsigliato ai bambini. Usato nell'industria dei latticini			—	
Estratto di paprika, Capsantina, Capsorubina	E 160c		B	A	A	Vietato in Australia			—	
Licopina	E 160d		B	A	A	Vietato in Australia			—	
Beta-apo-8-carotenico (C30)	E 160e		A	A	A	Arancio. Nessun effetto avverso conosciuto.			—	
Estere etilico dell'acido beta-apo-8-carotenico (C30)	E 160f		A	A	A	Arancio. Nessun effetto avverso conosciuto.			—	
Xantofille	E 161a	Pasticceria, salse, condimenti, gelati, ghiaccioli.	A	A	A	Giallo, improbabile che dia effetti avversi.	Non, tossici			
Luteina, Bixina	E 161b		A	A	A				—	
[Cryptoxanthin]	E 161c		A	A	A					
[Rubixanthin]	E 161d		A	A	A					
[Violoxanthin]	E 161e		A	A	A					
[Rhodoxanthin]	E 161f		A	A	A					
Cantaxantina	E 161g	A	A	A	Arancio. Nessun effetto avverso conosciuto.			—		
Rosso di barbabietola - Betanina	E 162	Pasticceria, salse, condimenti, gelati, ghiaccioli.	B	D	A	Porpora. Nessun effetto avverso conosciuto.	Estratto acquoso della radice di barbabietola. Non tossico.		—	
Antociani - Antocianine	E 163	Pasticceria, salse, condimenti, gelati, ghiaccioli.	B	D		Viola-violetto. Sembra sicuro.	Non tossico.		—	
Carbonato di calcio	E 170		A	A		Nessun effetto avverso conosciuto.			—	Tossico in alte dosi

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
Biossido di titanio	E 171		A	A		Bianco. Nessun effetto avverso conosciuto.			Sospetto	
Ossido e idrossido di ferro	E 172		A	A		Sembra sicuro			Sospetto	
Alluminio	E 173		D			Vietato in Australia			Sospetto	
Argento	E 174		D			Vietato in Australia			Sospetto	
Oro	E 175		D			Vietato in Australia			Sospetto	
Pigmento rosso, Litolrubina K	E 180	Solo per la crosta dei formaggi.	C		C	Vietato in Australia	Controindicato per chi è allergico all' aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee.	VD E 102!!!	—	
Acido tannico	E 181		?			Agente chiarificante in bevande alcoliche.				
[Gold]	E 197									

AROMATIZZANTI  
artificiali

Aldeide paratoluica	Sostanze sospette perché prodotti chimici di sintesi, non presenti in natura. Sull'etichetta sono indicati con la denominazione "aromi".
Allilcicloesanpropionato	
Allile capronato	
Dimetilresorcina	
Etilacetilacelato	
Etilbetanaftolo	
Etilvanillina	
Metilamilchetone	
Metilciclopentenolone	
Metileptilcarbonato	
Metilionone	
Naftilmetilchetone	
Ossicitronellale	
Propenilguaetolo	
Undecalattone	

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE	
<b>CONSERVANTI</b>											
<b>Antimicrobici</b>											
Acido sorbico	E 200	Formaggi, dolci industriali, margarina, burro, semiconserve, pane a cassetta, frutta secca, aceto, crema per pasticceria, gnocchi industriali.	A	A	A		Possibili irritazioni della pelle	Conservante antimuffa non tossico.	—		
Sorbato di sodio	E 201	Formaggi, grassi e oli (escluso d'oliva), margarina, burro, ravioli, tortellini e simili (nel ripieno), maionese, prodotti da forno.	A	A	A		Nessun effetto avverso conosciuto.	Conservante antimuffa non tossico.	—	Vietato in Svizzera	
Sorbato di potassio	E 202		A	A	A				—		
Sorbato di calcio	E 203		A	A	A				—	In America l'uso non ne è permesso addizionato direttamente in carne e pollame	
Acido benzoico	E 210	Bibite e bevande a base di succo di frutta, conserve ittiche, compresi caviale e succedanei.	C	B	C		Sconsigliati ai bambini. Prodotti: soft drinks, succhi, cordiali, dolci freddi	Conservanti antimuffa che hanno presentato qualche rischio per l'eventuale ingestione di forti dosi.	I soggetti che soffrono d'asma o di orticaria potrebbero essere sensibili a questo acido. Assunto in grandi quantità può provocare irritazione gastrica. Può indurre disturbi neurologici e può reagire con il bisolfito di sodio (E 222). Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	Sostanza particolarmente tossica, con dose massima giornaliera accettabile, secondo le tabelle del comitato FAO/OMS molto bassa (5 mg. Per Kg di peso corporeo al giorno).	
Benzoato di sodio	E 211		C	B	C					Tutti questi benzoati, nelle persone predisposte (asmatici, ipersensibili all'aspirina, sofferenti di orticaria e bambini piccoli) possono manifestare reazioni allergiche quali irritazione della pelle e intorpidimento a livello orale. Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo. Le persone che soffrono d'asma o che sono allergiche all'aspirina, oltre ai neonati dovrebbero fare a meno dei cibi	Come sopra
Benzoato di potassio	E 212		C	B	C						Come sopra
Benzoato di calcio	E 213		C	B	C						Come sopra
Paraidrossibenzoato di etile — Etile p-ossibenzoato	E 214		B	A	C						Vietato in Australia
(Sodium salt)	E 215	B	A	C	Vietato in Australia						

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
Propile p-ossibenzoato	E 216	maionese.	B	A	C	Allergenico		che contengono questi additivi.	Come sopra	
Sale sodico dell'estere propilico dell'acido p-ossibenzoico (Propyl-14Hydroxybenzoate)	E 217		B	A	C	Vietato in Australia			Come sopra	
Metil-p-ossibenzoato	E 218		B	A	C	Possibili reazioni allergiche, principalmente cutanee			Come sopra	
Derivato sodico dell'acido metilico dell'acido p-ossibenzoico	E 219		B	A	C	Vietato in Australia			Come sopra	
Anidride solforosa	E 220	Baccala', gamberi e conserve, crostacei freschi o congelati, frutta secca, sott' aceto e sott' olio, marmellate e confetture, aceto, vini, bevande a base di succo di frutta, funghi secchi, uve trattamento post raccolta.	D	B	E	Sconsigliata ai bambini. Può causare reazioni allergiche, asma, distrugge la vitamina B1.	Provoca perdita di calcio e distrugge la vitamina B1.	È un irritante del tubo digerente. Non è innocuo nello sbiancamento della farina perché distrugge una buona percentuale della vitamina E che vi è contenuta. Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	Sostanza abbastanza tossica, interferisce col metabolismo di alcuni aminoacidi ed inattiva la Vit.B1	
Sodio solfito	E 221	Baccala', gamberi e conserve, crostacei freschi o congelati, frutta secca, sott' aceto e sott' olio, marmellate e confetture, aceto, vini, bevande a base di succo di frutta, succo di frutta concentrato, funghi secchi, uve	D	B	E	Prodotti: birra, soft drinks, frutta secca, succhi, cordiali, vino, aceto, prodotti a base di patate	Mal di testa e reazione di sensibilita', debolezza, respirazione faticosa, tosse e ansimazione.	Tutti i solfiti possono essere pericolosi per le persone asmatiche e la loro ingestione può provocare irritazione gastrica. I solfiti riducono il contenuto di vitamina B1 negli alimenti.	Produttore di E220, ha gli stessi effetti tossici	
Bisolfito di sodio	E 222		D	B	E		Mal di testa e reazione di sensibilita', debolezza, respirazione faticosa, tosse e ansimazione.		Come sopra	
Metabisolfito di sodio	E 223		D	B	E				Come sopra	
Metabisolfito di potassio	E 224		D	B	E				Come sopra	
Potassio solfito	E 225		D	B						Vietato in Svizzera

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
Solfito di calcio	E 226	funghi secchi, uve trattamento post raccolta, farine e fiocchi di patate.	D	B	E	Vietato in Australia			Come sopra	
Bisolfito di calcio	E 227		D	B	E	Vietato in Australia			Come sopra	
Potassio solfito acido	E 228		D		E	vd. 220			Come sopra	
Difenile	E 230	Per impregnare le cartine che contengono gli agrumi e nel trattamento della superficie degli agrumi e delle banane.	*B	A	C	Vietato in Australia, usato in agricoltura. Si trova negli agrumi.	Di origine petrolchimica, puo' penetrare facilmente nella buccia.	Questi conservanti, impiegati per impedire il deperimento degli agrumi, possono penetrare attraverso la buccia e finire per venire assunti direttamente mangiando la frutta, bevendo i succhi di agrumi o con la pratica di mettere la buccia nel tè o nei softdrink. Lavoratori esposti per lunghi periodi a queste sostanze hanno manifestato sintomi quali: nausea, vomito, irritazione degli occhi e del naso.	Sostanza molto tossica (dose giornaliera accettabile pari a 0,005 mg per Kg di peso al giorno). Attenzione, è usato come antimuffa sugli agrumi	
Ortofenil fenolo	E 231		*B	A	C	Vietati in Australia, usati in agricoltura. In pere, carote, pesche, prugne, patate, agrumi, ananas, pomodori, ciliegie...			Della stessa categoria del difenile, composto molto tossico	
Ortofenil fenato di sodio	E 232		*B	A	C				Come sopra	
Tiabendazolo	E 233		*B	A	C				Tossico	
Nisina	E 234		A			Nessun effetto avverso conosciuto.			Antibiotico	
(Natamycin)	E 235		B			È usato medicamente per trattare candidiasi. Può causare nausea, vomito, anoressia, diarrea, irritazioni alla pelle. prodotti tipici: carne e formaggio.			Tossico	Vietati in Svizzera
Acido formico	E 236		C	B		Vietato in Australia		Sono composti che possono provocare disturbi urinari. In passato venivano usati anche come diuretici.	Tossico	
(Sodium formate)	E 237		D			Vietato in Australia			Tossico	
(Calcium formate)	E 238		D			Vietato in Australia			Tossico	
Esametilen tetramina	E 239	Aggiunto al	D	B	C	Vietato in Australia	Inutile, la loro azione	Possono provocare disturbi gastrointestinali, urinari e	Tossico	Si trasforma in formaldeide

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE				
Aldeide formica	E 240	provone durante la filatura della pasta.	D		E	<b>Vietato in Australia</b>	mutagena è stata dimostrata	gastrointestinali, urinari e cutanei. Sono agenti cancerogeni.	<b>Tossica e cancerogena</b>	Formaldeide <b>Vietato in Svizzera</b>				
Nitrito di potassio	E 249	Salumi, carne in scatola, insaccati crudi stagionati, insaccati cotti, carni preparate o conservate.	E	E	E	Sconsigliato ai bambini. Non permessi, in Australia, nel cibo per lattanti. Possono causare vertigini, mal di testa, difficoltà respiratorie. Potenzialmente cancerogeni. Prodotti: carne	Potenzialmente pericoloso perchè può combinarsi con altre sostanze (ammine generando nitrosammine, sostanze a effetto cancerogeno).	I nitriti possono indurre nausea e vomito, vertigini, mal di testa, deossigenazione del sangue, abbassamento della pressione sanguigna. I nitriti portano alla formazione nello stomaco dell'N-nitrosammine cancerogene. Pare che ci sia una correlazione tra l'assunzione di cibi con nitriti (salsicce, salami ecc.) e l'asma. Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	<b>Si possono formare composti chiamati "nitrosamine", alcune delle quali sono ritenute cancerogene. Se questi composti sono associati all'acido ascorbico (Vit.C), denominato E300, E301, E302, questo rischio diminuisce.</b>	<b>Vietato in Svizzera</b>				
Nitrito di sodio	E 250		D	E	E						Basta consumare ogni giorno 200-300 grammi di prodotti che lo contengono per superare la Dga. Nei lattanti e nei bambini piccoli può indurre metaemoglobinemia. Si trova anche in ortaggi e acqua	I nitrati possono essere convertiti nello stomaco in nitriti (vedi sopra). Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	<b>Come sopra</b>	Può combinarsi con sostanze chimiche nello stomaco e formare nitrosammine, sostanza altamente cancerogena
Nitrato di sodio	E 251		D	E	E									
Nitrato di potassio	E 252		E	E	E						<b>Come sopra</b>	<b>Come sopra</b>		
Acido acetico	E 260	Negli impasti per panificazione, budini, caramelle, confetti, chewingum, frutta candita.	A	A	A	NN	L' uomo ne assorbe in media un grammo al giorno con gli alimenti e le bevande.		—					
propionico (potassium acetate?)	E 261		A	A	A	Dovrebbe essere evitato da persone con problemi renali. Prodotti: salse, conserve		L'assunzione di questo composto dovrebbe essere evitata dai soggetti che hanno problemi renali.	—					

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
(Sodium acetate/diacetate)	E 262		A	A	A	NN			—	
	E 263		A	A	A				—	
(Ammonium acetate)	E 264		B			Può causare nausea e vomito				
(Lactic acid)	E 270		A	A		Può causare problemi nei bambini piccoli. Prodotti: pasticceria, condimenti, soft drinks		Potrebbe avere delle controindicazioni per neonati o nati prematuri per difficoltà nel metabolizzarlo.	—	
(Propionic acid)	E 280		A	A		NN			—	
(Sodium propionate)	E 281		A	A		Possono esser collegati a emicranie. Prodotti: da forno		È stata accertata una correlazione tra l'assunzione di questo composto e l'insorgenza di alcuni tipi di emicrania.	—	
(Calcium propionate)	E 282		A	A					—	
(Potassium propionate)	E 283		A	A					—	
[acido bórico]	E 284									
[tetraborato di sodio]	E 285						"	"		ammessi solo in Svizzera
Anidride carbonica	E 290		A			Può incrementare gli effetti dell'alcool. Prodotti: vino, soft drinks, pasticceria.			— [Anche gas di confezionamento in "atmosfera modificata" – altri: azoto, ossigeno]	

ANTIOSSIDANTI

(DL-Malic acid)	E 296		B			Lattanti e bambini dovrebbero evitarlo				
(Fumaric acid)	E 297		A			NN				
Acido L-ascorbico (Vitamina C)	E 300	Carne in scatola, insaccati, conserve di pesce, confetture, budini,	A	A	A	Vitamina C!	È più conosciuto come vitamina C di sintesi. Come additivo però non esplica		—	
Sodio ascorbato	E 301		A	A	A	Sale di sodio della vitamina C			—	

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE	
Calcio ascorbato	E 302	caramelle e confetti, chewing-gum, birra, sciroppi, succhi di frutta e nettari, bevande a base di succo di frutta o di tè.	A	A	A	Potrebbe incrementare la formazione di piccoli agglomerati di calcio	azione vitaminica. È un antiossidante che impedisce l'imbrunimento. Ha effetto diuretico e ad alte dosi può provocare glicosuria		—		
Acido diacetil L-ascorbico	E 303		A		A	Sale di potassio della vitamina C					
Palmitato di ascorbile	E 304	Margarina, maionese, burro.	B		C	Stessa funzione della vitamina C	Formazione di calcoli alla vescica.		—		
[stearato di ascorbile]	E 305									solo in Svizzera	
Tocoferolo, naturale (Vitamina E)	E 306	Margarina, maionese, burro, insaccati freschi, farina e fiocchi di patate.	A	A	A	Vitamina E!	È una miscela di tocoferolo ottenuta da oli commestibili.		—	Vitamina E, è usata come antiossidante dai migliori preparatori omeopatici.	
Tocoferolo, di sintesi	E 307			A	A		Non tossici		—		
	E 308			A	A						
	E 309			A	A						
Gallato di propile	E 310	Carne secca e derivati per sughi, ragu e minestre industriali, oli (escluso quello d'oliva), chewing-gum, burro e margarina.	C	D	C	Non permessi in Australia negli alimenti per lattanti e bambini, può causare irritazioni gastriche o cutanee. prodotti: margarina, grassi, olii	Si aggiungono anche gli aromatizzanti: può provocare eritemi specialmente sulla mucosa della bocca		Sostanza sospetta		
Gallato di ottile	E 311		C	D	C				Gli alchil gallati possono creare irritazione gastrica e sono controindicati nelle persone che soffrono d'asma o che sono allergiche all'aspirina. Le persone che soffrono d'asma o che sono allergiche all'aspirina, oltre ai neonati dovrebbero fare a meno dei cibi che contengono questi additivi	Come sopra	
Gallato di dodecile	E 312		C	D	C				Come sopra		
?	E 313		?								
(Erythorbic acid)	E 317		A			nn					
(Sodium erythorbate)	E 318		A			nn					
(Tert-Butylhydroquinone)	E 319		C			Sconsigliato per i bambini. Può causare nausea, vomito, delirio. Una dose di 5 grammi è considerata fatale. prodotti: grassi, olii,					

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
						margarina.				
BHA — Butil idrossi anisolo	E 320	Margarina e grassi idrogenati, chewing gum, patate fritte (come residuo)	D	A	E	Sconsigliato ai bambini. Non è permesso, in Australia, nei cibi per lattanti e bambini. Prodotti: grassi, olii, margarina, noci, prodotti con patate	Usato per mantenere la freschezza degli aromi, aumenta il tasso di liquidi e colesterolo.	Provoca un aumento dei lipidi e del colesterolo nel sangue. Può indurre la formazione di enzimi metabolici nel fegato capaci di demolire l'utilissima vitaminaD. Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	Sostanza sospetta, perché non presente in natura	Può essere cancerogeno
BHT Butil idrossi toluolo	E 321		D	A	E	In associazione con E320 nelle formulazioni di gomme da masticare. È sospet- to.	Può provocare eruzioni cutanee in persone sensibili alla presenza di BHT. Come l'E 320 può distruggere la vitamina D. Per i bambini, si consiglia una dieta priva di quest'additivo	Come sopra		
Lecitina di soia	E 322	Emulsionante: margarina, budini, crema per pasticceria, prodotti dolciari, ge- lati, cioccolato, perparati a base di cereali per la prima colazione. Antiossidante: caramelle, confetti, prodotti dolciari da forno, frutta candi- ta.	A	A	A	Nutriente, non tossica	Per il loro contenuto im colina, le lecitine favoriscono la metabolizzazione e il trasporto degli acidi gassali dal fegato alla periferia. Sono innocue, ma a forti concentrazioni possono influire sull' assorbimento intestinale.		—	A rischio OGM

REGOLATORI  
DI ACIDITÀ

Lattato di sodio	E 325	Pane, prodotti dolciari da forno, per trattare la crosta di formaggio in su- perficie.	A	A	A	I bambini con intolleranze al lattosio possono mostrare reazioni avverse.	Non tossici	Può presentare un certo grado di tossicità nei bambini molto piccoli.	—	
Lattato di potassio	E 326		A		A				—	
Lattato di calcio	E 327		A	A	A				—	
(Ammonium lactate)	E 328		B							
(Magnesium lactate)	E 329		B							
Acido citrico	E 330	Bevande dissetanti, frutta candita,	A	A	A	È in natura negli agrumi	È un composto presente negli		—	

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE	
Citrati di sodio	E 331	crema per pasticceria, prodotti dolciari da forno, chewing-gum, succhi e nettari di ortaggi, sciroppi di frutta.	A	A	A	nn	organismi viventi e in numerosi alimenti (componente naturale del limone). Può prevenire la formazione di muffe.		—		
Citrati di potassio	E 332		A	A	A	nn			—		
Citrati di calcio	E 333		A	A	A	Non si conoscono effetti dannosi in basse quantità			—		
Acido L-tartarico	E 334		A	A	A					—	
Tartrati di sodio	E 335	Bevande, gelati, sciroppi di frutta, succhi e nettari di ortaggi, salse, budini, prodotti dolciari da forno, frutta candita.	A	A	A	nn	Non tossici		—		
Tartrati di potassio	E 336		A	A	A	nn		Hanno delle controindicazioni per i soggetti con funzionalità renale ed epatica compromessa.	—		
Tartrato monopotassico	E 336i										
(Sodium potassium tartrate)	E 337		A	A	A	nn	Non tossico		—		
Acido ortofosforico	E 338	Nelle bevande analcoliche gassate, specie in quelle tipo cola, anche nelle gelatine.	D		E	L'assunzione di alte quantità può alterare il "calcium/phosphorus equilibrium"	L' eccesso di fosforo può catturare calcio sottraendolo all' organismo e facilitando il rachitismo.				
Ortofosfati di sodio [Sodium dihydrogen orthophosphate]	E 339a		D		E						
[Disodium hydrogen orthophosphate]	E 339b		D		E						
[Trisodium orthophosphate]	E 339c		D		E						
Ortofosfati di potassio	E 340a		D		E						
[Dipotassium hydrogen orthophosph.]	E 340b		D		E						—
[Tripotassium orthophosphate]	E 340c		D		E						
[Calcium tetrahydrogen diorthosph.]	E 341a		D		E			nn			
[Calcium hydrogen orthophosphate]	E 341b		D		E			nn			—
[Tricalcium diorthosphat e]	E 341c		D		E			nn			
[Monofosfati mono-, bi-, o tribasici di	E 342	Carne secca per ragù e minestre, preparazioni di					Svizzera	Svizzera			

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
ammonio]		pesce								
(Magnesium phosphates)	E 343		A			Minerale essenziale				
(Sodium malates)	E 350		A			nn				
(Potassium malates)	E 351		A			nn				
(Calcium malates)	E 352		A			nn				
(Metatartaric acid)	E 353		A			nn				
(Calcium Tartrate)	E 354		A			Sembra sicuro				
(Apidic acid)	E 355		A			nn				vietato in Svizzera
(Potassium adipate)	E 357		A			nn				
(Succinic acid)	E 363		D			vietato in Australia				
(Sodium fumarate)	E 365		A			nn				
(Potassium fumarate)	E 366		A			nn				
(Calcium fumarate)	E 367		A			nn				
(1,4-Heptonolactone)	E 370		D			vietato in Australia				
(Niacin) Vitamina B3	E 375		A			Vitamina B3				
(Tri-ammonium citrate)	E 380		A			Può interferire con la funzionalità del fegato e del pancreas				
(Ammonium ferric citrates)	E 381		A			Minerale essenziale				
(Caldium disodicum EDTA)	E 385		D			vietato in Australia				

ADDENSANTI  
EMULSIONANT  
I

Gelificanti

Stabilizzanti

Acido alginico	E 400	Budini, gelati, maionese, birra, frappé, milkshakes	A	A	A	Non se ne conoscono gli effetti in piccole quantità. Grandi quantità possono inibire l'assorbimento di			—	
Alginato di sodio	E 401		A	A	A				—	
Alginato di potassio	E 402		A	A	A				—	
Alginato di ammonio	E 403		A	A	A				—	

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
Alginato di calcio	E 404		A	A	A	determinati nutrienti			—	
Alginato di propilenglicol	E 405		A		A	nn			—	
Agar-agar	E 406	Carni in scatola, semiconserve ittiche, come addensante in pasticceria.	C	D	C	vd. E 400	In dosi superiori ai cinque grammi ha effetto lassativo (specie nei bambini).		—	
Carragenine — carragenani	E 407	Gelati, baccala' in scatola, maionese, budini, caramelle, confetti, chewing-gum, prodotti dolciari da forno, carni in scatola, semiconserve ittiche, frutta candita.	C	D	C	Sembra sicuro in piccole quantità	Controversa l'opinione dei ricercatori sull'azione cancerogena di queste sostanze. Sulla base di studi esistenti è stato valutato che alle dosi utilizzate non presenta danni alla salute.	Può provocare coliti ulceranti. Se metabolizzato pare sia cancerogeno. In associazione con bevande determina il rischio maggiore.	—	
[Furcellaran]	E 408		C	D						
?	E 409		C	D						
Farina di semi di carrubbe	E 410	Gelati, caramelle, confetti, prodotti da forno e dolciari in genere.	C	D	A	Non si conoscono effetti dannosi in piccole quantità. Può interferire con i livelli di colesterolo.	Non tossico.		—	
?	E 411		C	D						
Farina di semi di guar	E 412	Carne in scatola, caramelle, confetti,	C	D	A	vd. E 410	Non tossico.		—	
Gomma adragante	E 413	gelati, chewing-gum, pastigliaggi, salse, dolci confezionati.	C	D	C	Probabile allergenico	Non si conosce il metabolismo negli animali e nell'uomo.		—	
Gomma arabica	E 414	Salse, creme per pasticceria, prodotti dolciari da forno, chewing-gum, budini, caramelle, confetti,	C	D	C	Possibile allergenico, pare interagire con l'irritazione delle membrane mucose	Per esposizione professionale in individui sensibili sono state notate riniti e asma.	Alcuni soggetti possono presentare ipersensibilità a questo prodotto.	—	

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
		frutta secca, salatini, semi tostati.								
Gomma xanthano	E 415		C	D		nn			—	
(Karaya gum)	E 416		B			Probabile allergenico				
Additivi vari										
Sodio ferrocianuro									Antiagglomerante. Tossico	Usati per alcuni pericolosi trattamenti del mosto, per il vino
Potassio ferrocianuro									Antiagglomerante. Tossico	
Sorbitolo	E 420		D	D		Non permesso, in Australia, nei cibi per lattanti e bambini, può causare disturbi gastrici. Prodotti: frutta secca, pasticceria, dolci, cibi con poche calorie		In quantità eccessive possono generare flatulenza e diarrea.	—	
Mannitolo	E 421		B	A		Possibile allergenico, può causare nausea, diarrea, vomito.		Sono state accertate reazioni da ipersensibilità a questa sostanza che, in qualche caso, ha provocato nausea, vomito e diarrea.	—	vietato in Svizzera
Glicerina	E 422		B	A		Grandi quantità possono causare mal di testa, sete, nausea e alta pressione. Prodotti: liquori, dolciumi, frutta secca, cibi dietetici				
[Polyoxyetilene 8]	E 430									
[Polyoxyetilene 40]	E 431									
(Polysorbate 20)	E 432		D			vietato in Australia				
(Polysorbate 80)	E 433		B			Può incrementare l'assorbimento delle sostanze lipo-				

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE			
						solubili, dei grassi							
(Polysorbate 40)	E 434		D			vietato in Australia							
(Polysorbate 60)	E 435		B			vd. E 433							
(Polysorbate 65)	E 436		B										
Pectina	E 440a	Gelati, marmellate, budini, cramelle, confetti, crema per pasticceria, prodotti dolciari in genere.	A	A	A	Grandi quantità possono causare flatulenza o fastidi intestinali	Largamente diffusa nel regno vegetale (agrumi e mele) fornisce consistenza, morbidezza e spalmabilità.		—				
Pectina amidata	E 440b		A			nn			—				
(Gelatine)	E 441		B			Possibili allergenici, possono contenere E220: asmatici e persone allergiche ai solfiti, attenzione!!!!							
(Ammonium phosphatides)	E 442		A			nn							
Pirofosfati di sodio — Polifosfati (i) pirofosfato disodico (ii) pir. trisodico (iii) pir. tetrasodico (iv) pir. tetrapotassico	E 450a	Rende i prodotti morbidi e “succosi”, conferisce aspetto untuoso. Si trova in: formaggio fuso, carne in scatola, insaccati cotti, prosciutto cotto, spalla	B	B	E	L'assunzione di alte quantità può alterare il "calcium/phosphorum equilibrium"	Sottraggono calcio all'organismo. Da evitare per i bambini.	I polifosfati potrebbero causare disturbi digestivi per l'inattivazione di alcuni enzimi. Assunzioni massicce e continue di polifosfati hanno inoltre evidenziato fenomeni di ipocalcemia, lesioni renali e accumulo di fosfati di calcio nei reni.	Sono conosciuti più comunemente col nome generico di polifosfati. Alcuni autori hanno osservato fenomeni di ipocalcemia e lesioni renali dovuti ad assunzioni continue e massicce, mentre altri hanno constatato accumulo di fosfati di calcio nelle reni.				
(i) - trifosfato pentasodico (ii) - trifosfato pentapotassico	E 450b	Cotta, carni preparate di tacchino, prodotti impanati e dolciari, latte in polvere, latte concentrato, farina di patate, preparati per budini.											
(i) - polifosfati di sodio (ii) - polifosfati di potassio	E 450c												
CELLULOSE													
Cellulosa	E 460a		B	B		nn							

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
Cellulosa microcristallina (i)	E 460b		B	B					—	
Cellulosa in polvere (ii)	E 460c		B	B					—	
Metilcellulosa	E 461		B	B		Può causare flatulenza, ostruzioni e distensioni intestinali.			—	
	E 462		B	B						
Idrossipropilcellulosa	E 463		C	B		vietato in Australia			—	
Idrossipropilmetilcellulosa	E 464		B	B		nn			—	
Metilcellulosa	E 465		B	B		nn			—	
carbossimetilcellulosa (sale sodico dell'estere carbossimetilico della cellulosa)	E 466		B	B		nn		Si ritiene che possa provocare occlusioni intestinali.	—	
(Sodium caseinate)	E 469		A			nn				

Additivi vari

Sali di sodio, di potassio o di calcio degli acidi grassi	E 470		D			vietati in Australia			—	A rischio OGM
Mono e digliceridi degli acidi grassi	E 471		A	A		nn			—	A rischio OGM
Esteri (di acido acetico) degli [E471]	E 472a		A	A		nn			—	
Esteri (di acido lattico) dei [E471]	E 472b		A	A					—	
Est. (dell'acido citrico) dei [E471]	E 472c		A	A					—	
Est (ac. tartarico) dei [E471]	E 472d		A	A					—	
Est. Mono e diacetiltartarici dei [E471]	E 472e		A	A					—	
Sucresteri (Sucrose esters of fatty acids)	E 473		A			nn			—	

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
Sucrogliceridi	E 474		D			vietato in Australia			—	
Esteri poliglicerici degli acidi grassi	E 475		A			nn			—	
(Polyglycerol polyricinoleate)	E 476		A			nn				
Esteri del propilenglicol con gli acidi grassi	E 477		A			nn			—	
[Lactilated fatty acid esters of..	E 478					nn				
(Diocetyl sodium sulphosuccinate )	E 480		?			In attesa dei risultati degli studi				
Stearoil 2 lattilato di sodio	E 481		A			nn				
Stearoil 2 lattilato di calcio	E 482		A			nn				
Tartrato di stearoile	E 483		D			vietato in Australia				
(Sorbitan monos tearate)	E 491		A			nn				
(Sorbitan tristearate)	E 492		B			Può incrementare l'assorbimento di sostanze liposolubili				
(Sorbitan monolaurate)	E 493		D			vietato in Australia				
(Sorbitan mono-oleate)	E 494		D			vietato in Australia				
(Sorbitan monopalmitate)	E 495		D			vietato in Australia				
SALI MINERALI										
Carbonato sodico	E 500		A			Non se ne conoscono gli effetti in alte quantità				
(Potassium carbonates)	E 501		A			nn				
Carbonato d'ammonio	E 503		B			Irritante per le membrane mucose			— [polvere lievitante]	
Magnesio carbonato	E 504		A			Usato medicalmente come anti-acido e lassativo			— [antiagglomerante]	
(Hydrochloric acid)	E 507		A			Sicuro in piccole quantità				

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
(Potassium chloride)	E 508		A			Grandi quantità possono causare ulcere gastriche				
(Calcium chloride)	E 509		A			nn				
(Ammonium chloride)	E 510		B			Dev'essere evitato dalle persone con problemi al fegato e ai reni. Si trova spesso nei prodotti da forno				
(Magnesium chloride)	E 511		A			Minerale essenziale				
(Sulphuric acid)	E 513		D			vietato in Australia				
(Sodium sulphate)	E 514		B			Può interferire con il bilanciamento idrico del corpo				
(Potassium sulphate)	E 515		A			nn				
(Calcium sulphate)	E 516		A			nn				
(Magnesium sulphate)	E 518		B			Lassativo				
(Copper sulphate)	E 519		A			Minerale essenziale				
(Sodium hydroxide)	E 524		D			vietato in Australia				
(Potassium hydroxide)	E 525		D			vietato in Australia				
(Calcium hydroxide)	E 526		A			Niente effetti dannosi, in basse quantità				
(Ammonium hydroxide)	E 527		D			vietato in Australia				
(Magnesium hydroxide)	E 528		D			vietato in Australia				
(Calcium oxide)	E 529		A			Sicuro in basse dosi				
(Magnesium oxide)	E 530		D			vietato in Australia				
(Sodium ferrocyanide)	E 535		A			nn				
(Potassium ferrocyanide)	E 536		B			Blandamente tossico				
(Dicalcium diphosphate)	E 540		D			vietato in Australia				
(Sodium aluminium phosphate)	E 541		D			vietato in Australia				

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
(Bone phosphate)	E 542		A			nn				
(Calcium polyphosphates)	E 544		D			vietato in Australia				
(Ammonium polyphosphates)	E 545		D			vietato in Australia				
Biossido di silicio	E 551		A			Non si conoscono effetti dannosi per l'uso nel cibo...			—	
(Calcium silicate)	E 552		A			nn, antiacido				
(Magnesium silicates)	E 553a		D			vietato in Australia				
(Talc)	E 553b		E			È stato messo in relazione con cancro allo stomaco. Prodotti: riso, cioccolato, pasticceria				
(Sodium aluminium silicate)	E 554		?			L'alluminio è conosciuto come neurotossico				
(Calcium aluminium silicate)	E 556		?							
(Bentonite)	E 558					nn				
(Kaolins)	E 559		A			nn				
(Stearic acid)	E 570		A			nn				
(Magnesium stearate)	E 572		A			Non si conoscono effetti dannosi per l'uso nel cibo...				
Glucone delta lattone	E 575		A			nn			—	
(Sodium gluconate)	E 576		D			vietato in Australia				
(Potassium gluconate)	E 577		A			nn				
(Calcium gluconate)	E 578		A			nn				
(Ferrous gluconate)	E 579		A			Sembra sicuro, in basse quantità				
[Ferrous lactate]	E 585									
(Iron)										

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
ESALTATORI DI SAPIDITÀ										
Glutammato monosodico	E 620	Dadi per brodo, minestrine pronte, preparati già cucinati, tortellini	C	D	E	Può causare problemi simili all'MSG (E 621); i bambini dovrebbero evitarlo	Abbassano la soglia di eccitabilità dei neuroni; provoca reazioni nel sistema nervoso parasimpatico; responsabile del tipico mal di testa da ristorante cinese.			Chi è a dieta a basso contenuto di sodio deve evitarlo. Effetti negativi appaiono anche quando assunto in grandi quantità, e dagli asmatici.
[Sodium hydrogen L-glutamate - MSG]	E 621	(nel ripieno), riso e mais soffiati, frutta a guscio tostata e fritta, salse e preparati per salse, conserve di carne e di pesce, conserve vegetali.	C			Può essere allergenico, in Australia è vietato nei cibi per infanti e bambini		Può provocare l'insorgenza della "sindrome da ristorante cinese" con una sintomatologia caratterizzata da mal di testa, palpitazioni cardiache, vertigini, nausea, contrazioni muscolari, dolori al collo e, a volte, cefalea. Le persone che soffrono d'asma o che sono allergiche all'aspirina, oltre ai neonati dovrebbero fare a meno dei cibi che contengono questi additivi	Sostanza eccitante del sistema nervoso. Se usata in quantità eccessiva, può causare sintomi definiti come "sindrome del ristorante cinese" (questa cucina ne fa abbondante uso), che consistono in irritabilità, cefalea, insonnia.	
(Monopotassium glutamate)	E 622		C			Può causare nausea, vomito, diarrea, crampi addominali. È nei prodotti per le diete povere di sodio, come sostituto del sale				
(Calcium glutamate)	E 623		C			nn				
(Monoammonium L-glutamate)	E 624		C			nn				
(Magnesium di-L-glutamate)	E 625		C			nn				
(Disodiumguanylate)	E 627		D			Non consentiti, in Australia, nei cibi per lattanti e bambini				
(Disodium inosinate)	E 631		D							
(Sodium 5'ribonucleotide)	E 635		D			Vietato in Australia				
Maltolo	E 636		B		C	nn				Ammessi solo come "aromi" in minime quantità in Svizzera
Etilmaltolo	E 637		B		C	nn				
VARI										
Dimetilpolisilossano	E 900		A			nn			Antischiumogeno	

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
Cera d' api	E 901		B			Occasionalmente, causano reazioni allergiche			—	
Cera carnauba	E 903		B						—	
Shellac	E 904		B						—	
Paraffine — Olii minerali di paraffina solida	E 905		E			Può inibire l'assorbimento di grassi e di vitamine liposolubili, blando lassativo, può esserci un nesso con il cancro all'intestino. Prodotti: frutta secca, dolci, collagene			—	
(Refined microcrystalline wax)	E 907		D			Vietato in Australia				
(L-cysteine and its hydrochlorides)	E 920		A			nn				
(Potassium bromate)	E 924		B			Grandi quantità possono causare nausea, vomito, diarrea, dolori. Prodotti: da forno				
Cloro	E 925		E			Distrugge i nutrienti, cancerogeno, in alcune parti del mondo viene aggiunto all'acqua di rubinetto per renderla... "sicura" da bere. Prodotti: da forno				
(Chlorine dioxide)	E 926		E			Bene, fondamentalmente, vd. E 925				
(Azodicarbonamide)	E 927		D			Vietato in Australia				
(Benzol peroxide)	E 928		C			Asmatici e persone allergiche ATTENZIONE, vd.				

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
						E 210				
(Nitrogen)	E 931		A			sembra sicuro				
(Nitrous oxide)	E 932		A			Sembra abbastanza sicuro in basse quantità				
(Acesulphane potassium)	E 950		?			???				È il noto acesulfameK
EDULCORANTI										
Aspartame	E 951	Bevande, budini, yogurt, chewing gum – venduto anche come dolcificante (Nutrasweet, Spoonful and Equal)	B	A		Dolcificante artificiale, troppi possibili effetti dannosi da elencare!!!				Diverse persone sono allergiche all'aspartame. Emicranie e mal di testa, la reazione comune in queste persone.
(Cyclamic acid)	E 952		E			Probabile cancerogeno, vietato in USA e in Gran Bretagna				
Ciclammati			D	D						
Saccarina	E 954		B	D		Non così tremenda in piccola quantità, si potrebbe pensare				Cancerogeno
(Thaumatococin)	E 957		A			Dolcificante artificiale, mettiamola così: la dose giornaliera "accettabile" non è stata specificata				
(Hydrogenated glucose syrup)	E 965		B			Blando lassativo				
(Xylitol)	E 967		?			Nessuno lo sa				
(Polydextrose)	E 1200		A			Parrebbe sicuro, in piccole dosi				
(Polyvinylpyrrolidone)	E 1201		A			nn				
(Polyvinylpyrrolidone)	E 1202		A			nn				
AMIDI										
[Dextrin, white and yellow]	E 1400		A			nn				
[Starches treated]	E 1401		A							

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE	
[Starches alkali treated]	E 1402		A								
[Starches bleached]	E 1403		A								
[Starches oxidized]	E 1404		A								
[Distarch phosphate]	E 1410		A								
[Starches acetate]	E 1420		A								
[Starches acetate]	E 1421		A								
[Distarch adipate acetylated]	E 1422		A								
[Distarch glycerol acetylated]	E 1423		A								
[Distarch glycerol]	E 1430		A								
[Hydroxypropyl starch]	E 1440		A								
[Hydroxy distarch glycerol]	E 1441		A								
[Hydroxy distarch phosphate]	E 1442		A								
[	E 1450		A								
(Triethyl acetate)	E 1505		B			Una parte diviene alcool nel corpo					
(Ethanol)	E 1510		B			Alcool					
(Glycerol acetates)	E 1517		A			Sembrano sicuri					
(Glycerol acetates)	E 1518		A								
(Propylene glycol)	E 1520		B			Tossico ad "alte dosi"					
ALCALOIDI (stimolanti)											
Caffeina			D	D							
Chinino			D	D							

Nome	Sigla	Usato in	RP	A	TS	NAC - HACSG	Top Salute	Gianni Moriani	Elem.	NOTE
------	-------	----------	----	---	----	-------------	------------	----------------	-------	------

LEGENDA:

**R.P.**

**Roberto Pozzi**

[http://users.iol.it/rpozzi/add\\_sott.htm](http://users.iol.it/rpozzi/add_sott.htm) [1999-2000]

**A.**

**Altroconsumo**

Editoriale Altroconsumo Srl

Sede legale: Piazza Martiri della Libertà, 4

28100 Novara.

Direttore: Rosanna Massarenti.

Tel. 02 668901 Fax 02 66890288

Nel numero n.17 del maggio 1990, pagg. 20-24

**T.S.**

**Top Salute**

Top Salute S.r.l.

Viale Ercole Marelli 165

20099 - Sesto San Giovanni (Milano)

Tel. 02/242021 Fax 02/2485736

Direttore responsabile: Nadia Gelmi.

Nel numero di maggio 1996

**NAC**

Northern Allergy Centre

**G.M.**

Gianni Moriani, *Ecologia domestica*, Aries-Franco Muzzio Editore, 1997.

**Elem** Elementi di igiene,

nutrizione e legislazione alimentare" di G. Cescati, E. Feller, L.Filosi

(Arti Grafiche Saturnia - Trento)