

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس . مستغانم .

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علوم الإعلام و الاتصال

تخصص : الصحافة العلمية



مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تحت عنوان :

روبورتاج مكتوب حول تأثير المضافات الغذائية على صحة الإنسان

* دراسة ميدانية في مصنع مثلجات موسى *

تحت إشراف الأستاذ :

د. بعلي محمد سعيد

من إعداد الطالبين :

ضامن محمد

بلحسين أحمد

2016 . 2015

التساؤلات الفرعية :

- فيما يكمن مفهوم المضافات الغذائية في صحة الاستهلاكية ؟
- ما الغرض من استعمال المضافات الغذائية وما تأثيرها على صحة الإنسان ؟
- ماهي أضرار المضافات الغذائية و كيف نحمي أنفسنا منها ؟

الفرضيات :

- إن المضافات الغذائية هي مركبات كيميائية تضاف في الغذاء قصد منعه من الفساد.
- يكمن دور المضافات الغذائية في تحسين منتوجية الغذاء و تركيبه كما لها تأثير على صحة الإنسان.
- إن الإكثار من هذه المواد المضافة ينتج عليه أمراض و أضرار على صحة الإنسان.

أسباب إختيار الموضوع :

إن أسباب إختيار الموضوع معين لمذكرة التخرج يعود غالبا الى عوامل ذاتية وأخرى موضوعية تنبع كلها من الإحساس الشخصي و الداخلي للباحث باهمية الموضوع الذي يريد معالجته. بهذا كان اختيار موضوع المضافات الغذائية كمشروع لبحثنا هذا كونه موضوع علمي بالدرجة الأولى و يدخل ضمن تخصص الصحافة العلمية و باعتباره موضوع الساعة بما يكتسي من أهمية في حياة و صحة الإنسان وثقافة الغذائية للمستهلك.

الإطار الزمني :

يلعب عنصر الزمن دورا مهما في وصف الظاهرة التي تتخذ أبعادا و أشكالا من زمن لآخر و عليه فترة إنجاز العمل الميداني كموضوعنا هذا - المضافات الغذائية - كانت في 30 يوما حيث كان لنا الوقت مناسباً جدا لإجراء المقابلات مع الأخصائيين .

الإطار المكاني :

لقد تمت تفاصيل الروبورتاج بالمصنع مثلجات موستي الواقع بصيادة وكذلك مستشفى شيكيفارا بمستغانم بمصلحة الطب الداخلي للنساء و المؤسسة الإستشفائية للصحة لدائرة عين تادلس.

صعوبات العمل :

إن أي عمل لا يخلو من الصعوبات خصوصا في الجانب التطبيقي منه بحيث لاقتنا صعوبات في إجراء مقابلات مع أخصائيين بكونهم منشغلون بعملهم و كذلك محدودية المعلومات من قبل المختصين وضيق الوقت و ضغط الإدارة ، كما إلتقينا أيضا صعوبات في مصنع الثلجات موستي بكون المصنع كان يخشى إجراء لقاء معنا تكرارا و مرارا و بعد وقت اصر على إجراء مقابلة لكن في أطر محدودة و بمعلومات جد قليلة.

النوع الصحفي المعتمد :

لمعالجة موضوع المضافات الغذائية لجأنا الى الروبورتاج المكتوب باعتباره النوع الصحفي المناسب لمثل هذه المواضيع حيث كان بوجدنا أن يكون العمل مصورا لكن الظروف المادية و إشتراط كل من مسؤولي المصنع مثلجات موستي أن يكون العمل مكتوبا بدون أي وسائل أخرى و الأمر كذلك بالنسبة للمؤسسة الإستشفائية لدائرة عين تادلس لذا أعتدنا في عملنا على الروبورتاج المكتوب بإعتباره فن من فنون الكتابة الصحفية وواحد من أنواع الإخبارية.

الدوافع الذاتية :

يعود إختيارنا لهذا الموضوع المضافات الغذائية لما يلي :

- بسبب أن المضافات الغذائية أصبحت نراها في جميع منتوجاتنا الغذائية كمشروبات و الأطعمة... الخ.

- لما للمضافات الغذائية من أهمية في الغذاء وذلك لعدم أكسدة و فساده و مما لها من دور في تركيبة الغذائية من ملونات و نكهات وجمالية الغذاء ، وكما لها تأثير على صحة الإنسان لذا يجب الوقاية و الحذر من هذه المواد الكيميائية التي ينتج عليها أمراض و أضرار.

الدوافع الموضوعية : اما دافع الموضوعي نبنيه فيما يلي :

- مدى خطورة المضافات الغذائية التي تفتت في جميع منتوجاتنا الغذائية و الإستهلاكية.
- محاولة التعرف على مفهوم المضافات الغذائية ، أعراضها ، أنواعها ، تأثيراتها ، و حماية أنفسنا منها.
- محاولة التعرف على الإحصائين في التغذية من خطر المضافات الغذائية.

أهداف إختيار الموضوع :

- لكل بحث أهداف يقوم عليها و غاية يسموا إليها ، وأي دراسة علمية يشترط أن تقوم على أهداف تضبط مسارها وتعطيها أبعادها الحقيقية ، و تختلف أهداف البحث باختلاف مساره و منهج المطبق فيه من جملة الأهداف التي أردنا الوصول إليها هي :

- محاولة الكشف و شرح المضافات الغذائية.
- تسليط الضوء على خطر هذه المضافات الغذائية و طرق التحكم بها.

مجتمع البحث :

- هو مجتمع معرف بناء على أهداف البحث وهو مكون من أطباء مختصين في التغذية و مسؤولي و أخصائي التغذية ، حيثقمنا بمقابلات معهم لمعرفة أعراض هذه المواد و تأثيراتها على صحة الإنسان و محاسنها في الغذاء و دورها في الصناعة الغذائية.

أدوات جمع البيانات :

- لقد إستخدمنا في إنجاز هذا الروبورتاج و الوصول للمعلومات المتعلقة بمضمونه مجموعة من التقنياتالمقابلة الصحفية ومع المقابلات التي يجريها الصحفي في إطار ممارسة مهنة إعلامية مع أي شخص.
- مقابلات مع الأطباء و المختصين في التغذية وطاقم الطبي متكون من طبيبين مختصين في طب التغذية للأطفال و الطب الداخلي.
- الإستعانة من الأنترنت و بعض الحصص التلفزة على غرار حصة فضاء المستهلك أين يتم إستضافة أطباء التغذية و المختصين.

خطة البحث

مقدمة

الإطار المنهجي

تمهيد

الإشكالية : ما مدى تأثير المضافات الغذائية على صحة الإنسان في ظل التداولات الإعلامية للظاهرة ؟

أسباب اختيار الموضوع

الإطار المكاني : مصنع مثلجات موستي بالصبادة .

الإطار الزمني : 30 يوم

صعوبات العمل

النوع الصحفي

الدوافع الذاتية

الدوافع الموضوعية

أهداف اختيار الموضوع

مجتمع البحث

أدوات البحث

الإطار النظري

مقدمة

الفصل الأول : المضافات الغذائية .

المبحث الأول : مفهوم المضافات الغذائية

المبحث الثاني : مصادر المضافات الغذائية

المبحث الثالث : أنواع المضافات الغذائية

المبحث الرابع : الغرض من استعمال المضافات الغذائية

خاتمة

الفصل الثاني : تأثير المضافات الغذائية .

مقدمة

المبحث الأول : الحالات التي يمنع فيها استخدام المضافات الغذائية

المبحث الثاني : تأثير المضافات الغذائية على صحة الإنسان

المبحث الثالث : أهم المضافات الغذائية الممنوعة والمسموحة في المواد الغذائية

المبحث الرابع : كيفية حماية أنفسنا من المضافات الغذائية

الخاتمة

الإطار التطبيقي

بنية الريبورتاج

خصائص الريبورتاج

إعداد الريبورتاج

تمهيد

المقابلة الأولى : مصنع مثلجات موسى glaces mosta

المقابلة الثانية : مستشفى شيكيفارا –مستغانم

المقابلة الثالثة : المؤسسة الاستشفائية لعين تادلس

خاتمة

قائمة المراجع

مقدمة عامة:

شهد مطلع القرن العشرين تطورا كبيرا كما و كيفا في مجال الإنتاج و صناعة المواد الغذائية ، مما أدى إلى وفرة الغذاء و زيادة تداوله و نقله على المستويين المحلي و العالمي . وقد أدى إلى استحالة إعداد و تعبئة و نقل و تخزين و عرض كثير من المواد الغذائية دون إضافة مواد كيميائية تساعد في حفظ الغذاء و جعله أكثر جاذبية . فالمضافات الغذائية Food additives هي مواد طبيعية أو اصطناعية يمكن أن تضاف إلى الغذاء و بكميات قليلة بهدف إعطاء الغذاء خاصية معينة و منع الغذاء من فساده و إبقائه سليما و كما يساهم في تصنيع و تحضير الغذاء من حيث نكهة و مظهر و القيمة الغذائية أو المحافظة عليها مع العلم أن جميع المضافات الغذائية المسموح باستخدامها و ذلك لضمان سلامتها للاستهلاك البشري و حتى عندما يعتمد المضاف على دراسات و معايير الاستخدام . و للمضافات الغذائية غيرها من المواد سلبية و إيجابية لذلك يجب الحرص على استخدامها ضمن حدود التي تنص عليها هيئات المواصفات و المقاييس لان عدم الالتزام تلك الحدود قد يؤدي إلأضرار صحية على صحة المستهلك . فيجب مراعاة القوانين الصحية و عدم تجاوز نسب الممنوحة في المواد الغذائية و المعمول بها وفق القانون الغذائي العالمي . حيث أصبحت المضافات الغذائية من المواد أكثر استعمالا في مختلف المواد الاستهلاكية حسب المنظمة العالمية للغذاء خلال السنوات الأخيرة لكن عدم احترام القوانين المعمول بها قد يؤدي إليأمراض و أعراض وخيمة على صحة الإنسان . و من خلال دراستنا لهذا الموضوع الذي تمحور حول المضافات الغذائية وتأثيراتها، فقمنا بتقسيم العمل إلى ثلاث جوانب، الإطار المنهجي ويتضمن تحديد الموضوع ، أسباب اختيار الموضوع الإطارين الزماني و المكاني ، وأما الإطار النظري مقسم إلى فصلين، أما الجانب التطبيقي فهو عبارة عن ريبورتاج مكتوب حول المضافات الغذائية، وتناولنا فيه مقابلات مع أخصائيين وأطباء. و انطلاقا من هذه المعطيات نطرح الإشكالية:

مامدى تأثير المضافات الغذائية على صحة الإنسان في ظل التداولات الإعلامية للظاهرة؟

الفصل الأول

المضافات الغذائية

- المبحث الأول : مفهوم المضافات الغذائية .
- المبحث الثاني : مصادر المضافات الغذائية .
- المبحث الثالث : أنواع المضافات الغذائية .
- المبحث الرابع : الغرض من إستعمال المضافات الغذائية .

الفصل الثاني

تأثير المضافات الغذائية

المبحث الأول : الحالات التي يمنع فيها إستخدام المضافات الغذائية .

المبحث الثاني : أضرار المضافات الغذائية .

المبحث الثالث : أهم المضافات الغذائية الممنوعة و المسموحة في المواد الغذائية .

المبحث الرابع : كيفية حماية أنفسنا من المضافات الغذائية .

تمهيد :

تعد المضافات الغذائية الدعامة الأساسية و الرئيسية للمختلف المواد الاستهلاكية .

لاسيما بدورها الفعال في تركيب النظام الغذائي و أهميتها البالغة لإعطاء الغذاء كماله لابقائه و محافظة على القيمة الغذاء من فساده و تعفنه من مختلف التعفنات و أكسدة الغذاء , لذا تعتبر المضافات الغذائية من المواد المحافظة و مضافة التي تجعل الغذاء بكامل مكوناته و قيمته الغذائية التي تحافظ على المنتج من فساده, و ذلك لأهميتها و دورها الكبير في النظام الغذائي لكن حسب القانون الغذائي، للغذاء القائم بين المنتج و المستهلك , لكن في برنامج غذائي متكامل للمواد المضافة وفق مستلزمات الاستهلاكية نابعة من الغذاء و المواد المضافة اليه. التي تحافظ على حماية المستهلك لغذائه اليومي لمختلف الانظمة الغذائية .

المضافات الغذائية الممنوعة في جميع المواد الغذائية :

الرقم	الاسم
E104	اصفر الكوينولين ؛ اصفر غذائي رقم 13 .ci.5007.
E105	اصفر ثابت AB
E107	اصفر G2 ؛ اصفر غذائي رقم 05؛ اصفر حامضي رقم 17
E123	امارانت ؛ احمر غذائي رقم 02؛ ci 16185
E124	بونسيو r4؛ كوتشينيل احمر a؛ قرمزي لامع 4R؛ احمر غذائي رقم 7
E131	؛ci.16255
E142	ازرق بيتانت v ؛ازرق غذائي رقم CI42051 .
E942	اخضر S . اخضر غذائي ci4.44051.
E952	برومات البوتاسيوم
E1510	حامض السيكلاميك و املاحه من الصوديوم و الكالسيوم و سيكيلامات الايثانول (الكحول الايثيلي)

المواد الملونة الممنوع استخدامها في بعض المواد الغذائية :1

الرقم	اللون	المواد الغذائية
E171	ثاني أكسيد التيتانيوم	الطحينة

1-عبد الله جعفر كتاب المواد الحافظة والمضافة في الصناعات الغذائية دار النشر العربي، اردن ، ص 128.

مقدمة:

إستخدم الإنسان منذ القدم الطرق الطبيعية في شتى المجالات ومنها لحفظ غذائه فحسب الدراسات التي تبين تطور استعمال المضافات الغذائية فإن العديد من الشعوب القديمة استخدمت أساليب تقليدية في حفظ الغذاء مثل الملح والمركبات الناتجة عن حرق الأخشاب وحفظ اللحوم والأسماك عن طريق التمليح أو التجفيف أو بعض الطرق الأخرى.

ونظرا لتزايد عدد السكان على وجه الأرض كانت هناك حاجة ماسة لإنتاج كميات كبيرة من المواد الغذائية و الاحتفاظ بصلاحية هذه المواد الغذائية لأطول فترة ممكنة حتى تتوفر في كل زمان ومكان نتيجة التطور الصناعات الغذائية ظهرت مضافات يتم استخدامها من مصادر مجهلها المستهلك ومن الحيوانات هنا بدأت تظهر مشكلة وهي أضرار هذه المضافات خاصة الكيميائية منها.

المبحث الأول: الحالات التي يمنع فيها استخدام المضافات الغذائية:

بالرغم من المنافع الكثيرة التي قد تنتج عن استعمال المضافات الغذائية فذلك لا يمنع من سلبيات استعمالها في بعض الأحيان.

فإدخال أية مادة غير معروفة للنظام الغذائي يصاحبه دائما نوع من الخطورة خاصة إذا كانت هذه المواد المضافة لم يتم فحصها بصورة متكاملة من جوانب عدة وعليه إضافة أية مادة كيميائية للنظام الغذائي يزيد من احتمال الضرر والعواقب غير مرغوب فيها حتى ولو كان إضافة هذه المادة بكميات قليلة.

فغالبية المكونات تخضع لتغيرات مستمرة وإذا سمح للتغيرات بالاستمرار لفترة أطول فإن علامات مثبت التلف يمكن أن تصبح واضحة، ومن هنا فإن التغيرات في التركيب الكيميائي للغذاء يجب توقعها حتى في حالة عدم التصنيع أو استخدام المضافات

إن التغيرات السلبية التي قد تحدثها المضافات للغذاء يمكن أن تكون على صورتين

*تعمل الأولى على تخفيض أو تعديل مكونات غذائية مهمة وفي هذه الحالة قد تتحطم العناصر الغذائية كليا أو جزئيا ما قد يؤدي إلى فقدان القيمة الغذائية للغذاء.

*بينما قد تؤدي الصورة الثانية إلى تحول مكونات بطريقة قد تسبب ضرا واضحا.

وفيما يلي بعض الحالات التي يمنع فيها استعمال المضافات الغذائية.

- إذا كان الهدف من إضافة المضافات الغذائية لإخفاء تلف أو فساد المادة الغذائية.

- في حالة استعمال مادة مضافة الهدف منها خداع المستهلك.

- إذا كان الهدف من استعمال المادة المضافة تغطية أخطاء أو عيوب في العملية التصنيعية.
- إن كان لابد من استعمال نسب مرتفعة من المادة المضافة للحصول على التأثير المطلوب.
- استخدام مصادر محرمة خاصة في بلاد الإسلام مثل الخنزير.¹

المبحث الثاني: تأثير المضافات الغذائية على صحة الانسان:

أثبتت دراسات كثيرة حديثة أن الاستعمال الدائم والمتكرر لهذه المضافات الغذائية يجعلها تشكل خطرا على صحة الإنسان خاصة الأطفال نظرا لكون الأنزيمات الكبدية المصفية عندهم ضعيفة مما يجعلها تتراكم في الدم وتؤثر على بقية الأعضاء, وتحدث أمراض عديدة وهذا راجع لكون هذه المواد تحتاج إلى كفاءة عالية في وظائف الكبد, خصوصا حينما تتراكم منها كميات كبيرة نظرا لكون الأطفال يتعاطون كثيرا الحلويات و البسكويت والسكريات والمشروبات المعلبة.

- تأثيرها على المخ و الأعصاب خصوصا عند الأطفال لان الحواجز الواقية للجهاز العصبي عندهم ضعيفة فتسبب أمراض مثل حالات فرط النشاط السلوكي مع تدني مستوى التركيز الدهن ويسمى هذا المرض ب اضطراب تدني التركيز وفرط النشاط.

كما توصل العلماء من خلال الدراسات إلى أن سبب الصداع النصفي عند الصغار أو الكبار راجع الى بعض المضافات الغذائية ويفسر ذلك بأنها تسبب نقص حاد في الفيتامين ب6 المهمة لنمو ونشاط الأعصاب و الدماغ

1-د. حنفي هاشم ، أحمد عسكر ، كتاب أساسيات الكيمياء التغذوية ، دار العربية للنشر و التوزيع ، القاهرة ، ص312،313.

- قد تسبب حساسية في الجلد و الربو وحدا راجع إلى تأثير الملونات الصناعية بالدرجة الولى حيث يوجد 114 لون صناعي يستخدم التصنيع الغذائي مقابل 50 لون طبيعي فقط.

وتوجد الملونات الصناعية في الحلويات و الشكولاتة والعصارات المحفوظة كما أن المواد الحافظة توجد في جميع المعلبات.

- الزيادة في نسبة الكثافة داخل المواد الحافظة مما يجعل الإنسان عند الأكل منها ب كثرة يكون معرضا للسمنة أكثر من الذي يستهلك المواد الطازجة.

كما سجل العلماء نقص كبير في السرعات الحرارية لمن يستهلكون مواد مشبعة بالمواد المضافة.¹

¹-د.أديب حضور ، التغذية و الإنسان ، مطبعة الدوادي ، دمشق ، 1986 ، ص102.

كيفية حماية أنفسنا من تأثير المضافات الغذائية :

- شراء الأغذية المحتوية على اقل نسبة من هذه المضافات من خلال قراءة قائمة المحتويات على بطاقة البيانات على المادة الغذائية .
- تجنب الأغذية ذات المضافات الغذائية التي لا يرغب فيها .
- تجنب تناول كميات كبيرة من الاغذية الخفيفة snacks التي تحتوي على كميات كبيرة من الألوان و خاصة بالنسبة للأطفال و الاستعاضة عنها بالأغذية الخفيفة المعدة بالمنزل أو الفواكه و الخضروات .
- مقدار تركيز المادة المضافة في الغذاء .
- عدم تجاوز الحد الأقصى للمادة المضافة . فتجاوز هذا الحد و بمعدلات اعلي من المسموح به ؛ فإنها تتراكم في الجسم الإنساني و قد تحدث بعض الإضرار الصحية ؛ وهذا يتوقف على مقدار ما يتناوله المستهلك من أغذية محتوية على هذه المواد الكيميائية
- تجنب مادة tartrazine / E 102 و اصفر غروب الشمس و Sunset Yellow / E 110 و فهذه المواد هي خطيرة استهلاك و قد تستعمل في كثير من المواد الاستهلاكية لذا يجب تجنبها . فقد تؤدي عدة أمراض و أعراض مثلا تقي ؛ الإسهال ؛ حمى ؛ ظهور الحساسية الجلديةالخ؛ لذا يجب علينا عدم استهلاكها.¹

¹-د.علي كامل يوسف الساعد ، المواد المضافة للأغذية ، دار النشر العربي ، اردن ، ص92.

المقابلة الثانية

في يوم 15 فيفري 2016 كانت وجهتنا نحو مستشفى شيعيفارا في مستغانم و بالضبط مع الدكتورة رياض رشيدة وهي أخصائية في التغذية بحيث أتما تعمل في مستشفى منذ 08 سنوات في مصلحة أمراض الداء السكري والطب الداخلي للنساء بحيث قمنا بطرح عدة أسئلة على الدكتورة عن الإضافات الغذائية وعن مامدى تأثيرها على صحة الإنسان وأعراض الناجمة عن تناولها ،وماهي المواد الأكثر خطراً في مكوناتها ونسبة المستعملة في المواد الغذائية الواجب استعمالها و الحالات التي عالجتها ،بحيث كان رد الإخصائية حول الإضافات الغذائية أنها مواد كيميائية بحيث تتكون من ملونات ونكهات ومختلف المواد التي لها خطر كبير على صحة الإنسان حيث ينجم عليه شعور الإنسان بعدة أعراض من كثرة تناول هذه الإضافات التي هي نسبة كبيرة في معظم مأكولاتنا ومشروبات المتداولة في غذائنا أهم الحالات التي تداولتها في البداية ظهرت عليهم أعراض نذكر منها الحساسية المفرطة و احمرار و انتفاخ و البقع سطح الجسم كما هناك حالات أخرى أكثر خطورة تمت معالجتها كحالات مستعصية مثل ظهور تراكم الحصى في الكلى وذلك نابع من شدة زيادة المفرطة من هذه المواد في حين صرحت لنا الدكتورة أن أكثر عنصر خطراً في مكوناتها هي مواد ملونة المضرّة E102Tartagine و E104Qu الملون الأصفر E110 Amaranth و E129 والملون الأحمر Allurared وهذه المواد مضرّة نراها بنسبة غير محترمة على جميع منتجاتنا كما نرى كذلك مواد حافظة مضرّة بصحة الإنسان لاسيما في المشروبات الغذائية نذكر مادتين ; E219; E210 ، وهذه الفئتين تسبب حركة مفرطة و الربو وخاصة عند تجاوز النسبة المحددة في تركيبة ، لذا يجب إحترام المعايير الغذائية و عدم المساس بشروط الحماية و الوقاية لدى المستهلك.