

2018 食品安全热点 真相了吗?

咖啡致癌吗?猪肉还能放心吃吗?益生菌到底有没有用?2019年1月3日星期四,由中国食品科学技术学会主办的2018年食品安全热点科学解读媒体沟通会准时召开,食品圈的大咖云集,重点盘点和解读2018年那些备受关注的食品安全热点!



咖啡真的致癌吗?

编者短评:其实防癌的证据更多哦。

解读专家:中国食品科学技术学会副理事长、中国疾病预防控制中心营养与健康所所长丁刚强

科学解读:食品中丙烯酰胺来源于美拉德反应的副产物,在所有的高温加工食品中几乎都有。目前尚缺乏咖啡与人类致癌的相关性证据,国内外也没有国家或组织制定食品中丙烯酰胺的限量标准。毒性与剂量不能分开,比如如果想靠喝咖啡达到致癌性,除非一天喝30杯中杯咖啡才有可能;在2017年国家癌症研究基金会发布的报告中指出,目前没有证据显示喝咖啡会使人致癌,甚至有部分证据还表明咖啡能降低某些癌症的风险,比如说乳腺癌、子宫内膜癌以及肝癌。

非洲猪瘟蔓延 猪肉还能吃吗?

编者短评:正规渠道购买+高温烹饪=放心吧

解读专家:北京食品科学研究院院长、中国肉类食品综合研究中心主任、国家肉类加工工程技术研究中心主任、国家肉类加工工程技术中心主任王守伟

科学解读:猪是非洲猪瘟唯一的自然宿主,世界范围内还没有一例其他哺乳动物感染这一病毒。所以非洲猪瘟不会对人和食品安全造成影响;打击非洲猪瘟是为了保护生猪养殖业;通过高温就可以杀死非洲猪瘟的病毒,60℃持续加热20分钟即可灭活。目前市场上销售的工厂化高温肉制品和低温肉制品,其加工工艺及条件均可使病毒失活。家庭烹饪鲜(冻)猪肉时的温度,也同样可以让病毒失活。

食用盐中添加 亚铁氰化钾堪比毒药?

编者短评:学好化学才能不被谣言洗脑。

解读专家:中国工程院院士、北京工商大学校长孙宝国

科学解读:亚铁氰化钾是我国允许使用的一种抗结剂,主要是为了防止精制盐结块,在常规烹饪条件下不会产生有毒物质氰化钾。亚铁氰化钾的安全性已被多个国家与国际组织广泛认可,按照相关规定在食用盐中合理添加,不会对人体健康造成危害。

食用植物调和油 鱼目混珠,国家重拳监管

编者短评:按规生产,也得按规宣传。

解读专家:中国粮油学会首席专家王瑞元

科学解读:针对我国食用植物调和油市场上出现的一些不规范现象,比如,在高价格油脂中掺入低价格油脂、以高价油脂命名、夸大油品的健康功效、用转基因油料生产的食用油标识不显著等问题。国家已出台相应文件,予以有效监管。与此同时,只要符合国家有关规范标准的产品,都是安全可靠的,消费者可以放心食用。

益生菌成了 “无益菌”?

编者短评:研究结果≠科学结论

解读专家:复旦大学公共卫生学院厉曙光

科学解读:人类已有千年的益生菌食用史,国内外大量对益生菌与健康相关性及其安全性的研究也获得了丰硕的成果,益生菌对人体发挥的功效作用具有菌株和人群特异性。因此,一项显示益生菌制剂无效的试验结果并不代表所有益生菌制剂均对人体无益。一次“研究结果”不能等同于学术界公认的“科学结论”。研究结果是在“特定人群中”“特定实验条件下”采用“特定实验材料”后发现的。而“科学结论”是长期、大量的科学研究共同研究证实的,经典的,学术界公认的,能够科普给大众的知识,这是两个完全不同的概念。

木耳久泡有毒

编者短评:食用时认真清洗,过夜储存木耳务必放冰箱。

解读专家:国家食品安全风险评估中心副主任李宁

科学解读:木耳本身无毒,但如果被环境中的椰毒假单胞菌污染,该菌代谢产生的米酵菌酸则可能导致食物中毒。椰毒假单胞菌食物中毒多发生在夏、秋季,易被其污染的食品包括变质木耳、鲜银耳、谷类发酵制品和薯类制品。椰毒假单胞菌引起的食物中毒并不常见,但此类中毒发病急,无特效解毒药物,死亡率可高达40%,病后恢复情况与摄入毒素的量有关。消费者除了要注意从正规渠道购买木耳,还应在食用木耳时,注意认真清洗木耳,并及时食用。食用时根据需求来泡发木耳,不宜过多泡发,如果需要过夜储存,务必放入冰箱冷藏室;泡发后如果发现耳片发黏、软、无韧性或有异味,一定要丢弃。如果凉拌,则需用开水焯熟,并适当添加大蒜、醋等,以降低发病率和死亡率。

三文鱼标准之争

编者短评:虹鳟鱼本来就好吃又安全,干吗非拉人家去三文鱼的社团呢。

解读专家:上海海洋大学原校长潘迎捷

科学解读:《生食三文鱼》团体标准中,将“虹鳟列为三文鱼”不合适,缺乏充分的科学依据;生食虹鳟不一定比生食大西洋鲑(三文鱼)更具风险,这主要取决于具体的养殖环境和工艺。虹鳟也是优质鱼,对虹鳟产品的品质、品牌宣传等方面工作需要进一步加强。

“碱性体质”骗局 被戳穿

编者短评:传播碱性体质的“鼻祖”被判赔患者1.05亿美元,大家也都该醒醒啦。

解读专家:北京大学公共卫生学院营养与食品卫生学系主任马冠生

科学解读:只有“酸碱平衡”的说法,没有“酸碱体质”的概念;正常生理状态下,人体内体液的酸碱度保持相对稳定的状态,酸碱失衡并不容易;成酸性或成碱性食物并不能造成酸性或碱性体质;日常生活中应注重平衡膳食均衡营养,才能促进健康。

文/张沫
原文刊载于《北京青年报》

