

## 먹거리가 오염되고 있다 ②



김연순

### 2차 식품 오염과 대처방안

우리가 매일 대하는 식탁에는 가공식품과 인스턴트 식품(즉석식품)이 약 70%를 차지하고 있다고 한다. 이들 식품에는 부패를 막기 위한 방부제, 색을 좋게 하는 발색제, 산화되는 것을 막기 위한 산화방지제, 맛을 내기 위한 화학조미료, 인공감미료, 탈색제, 살균제, 표백제, 팽창제 등의 식품첨가물이 들어가는데 '91년 현재 무려 372종에 이르고 있다.

우리가 자주 먹는 식빵에는 밀가루 개량제, 유화제, 품질 개량제, 산화방지제, 팽창제, 착색료, 착향료, 보존료가 들어가며 아이들이 좋아하는 라면에는 결착제, 면류침 가알칼리제, 산화방지제, 착색료, 강화제, 효료 등이 첨가된다.

도시락 반찬으로 주로 쓰이는 햄·소시지에는 소르브산칼륨, 적색 40호, 황색 5호, 에르소르브산나트륨, 아질산나트륨, L-글

루타민산나트륨이 들어가고 조미료로 쓰이는 다시다와 감치미에는 L-글루타민산나트륨, 5'-이노신산나트륨, 5'-구아닐산나트륨, 호박산, 구연산 등이 포함되어 있다.

이러한 식품첨가물은 대부분 식유를 원료로 해서 만들어지는데 소비자가 원하지 않아도 첨가물은 전 국민이 천 생애를 통해 계속 섭취하게 되는데에 문제가 있다. 첨가물을 넣는 이유는 식품의 유통기한을 보다 오래 끌 수 있고, 상품가치가 높은 것처럼 보이기 위해서이다.

물론 그 비용 역시 식품가격에 포함되어 새 상품이 개발될 때마다 가격은 올라 소비자의 부담을 가중시킨다. 결국 소비자를 위한 것처럼 가장한 첨가물은 기업의 이윤을 위한 것이라 할 수 있다.

현재 많이 사용되는 식품첨가물의 종류와 인체에 미치는 영향은 표와 같다.

이제 식품오염으로부터 벗어나기 위한 방안을 살펴보겠다.

〈표〉 많이 사용되는 식품첨가물과 인체에 미치는 영향

식품첨가물	사용식품	부작용
방부제 소르빈산칼슘, 프로피온산나트륨, 벤조산나트륨, 데히드로초산나트륨	치즈, 초콜렛, 음료수, 카테일, 고추장, 짜장면, 마아가린, 빵 단무지, 생선묵, 햄, 간장...	중추신경마비, 출혈성위염, 발암성
인공감미료 돌신, 사카린나트륨, 사이클레메이트, 아스파탐	청량음료, 간장, 과자, 빙과류...	소화기 및 콩팥장애, 뇌신경체계에 악영향, 발암성
화학조미료(MSG) (글루타민산 나트륨) -식품에 존재하지 않던 맛을 내게 하는 물질	과자, 통조림, 음료수, 카라멜, 카레, 다시다, 맛소금, 젓갈, 라면스프...	빈 속에 3~5g이상 섭취하면 10~20분 뒤 작열감, 얼굴경련, 가슴 압박, 불쾌감 1~2시간 지속
발색제(아질산나트륨, 아초산나트륨) -색을 선명하게 하는 물질	햄, 소시지, 베이컨, 어류제품...	헤모글로빈 빈혈증, 호흡기능 악화, 구토, 발한, 의식불명, 간장암 유발
팽창제 -빵·과자를 부풀리게 함.	빵, 케이크, 비스킷, 초콜렛	카드뮴, 납 등의 중금속 함량이 높다.
산화방지제(BHA, BHT)	크래커, 스프, 라드 및 쇼트닝, 주스, 버터, 마가린	발암성, BHA에 아질산나트륨과 글리신이 결합하면 청산가리 이온생성
탈색제(아황산염)	과자, 빵, 빙과류...	기관지염· 천식유발, 위점막자극
살균제	두부, 어육제품, 햄, 소시지...	발암성(유전자파괴), 피부염, 고환 위축

첫째, 식품의 제조년월일은 물론, 뒷면에 표시되어 있는 첨가물의 내용과 양을 살펴보고 구입해야 한다. 가능한 한 첨가물이 적게 들어있는 것을 구입해야 하는데, 오히려 가격도 저렴하다.

둘째, 식품첨가물의 표시가 되어 있지 않으면 강력히 항의해야 한다. 제조회사의 소비자보호실 전화번호는 기재되어 있으니 항의전화는 가능하다.

셋째, 소비자단체나 신문등의 정보에 관심을 갖고 소그룹 단위의 학습을 통해 이웃에게 알려나가고 과다한 첨가물의 사용과 외국에서는 금지된 첨가물을 찾아내어 규제를 요구하는 소비자운동을 벌려 나가야 한다. 개인의 힘으로는 불가능하나 전체적인 사회운동으로 발전하면 기업도 소비자를 무시할 수 없게 되며 정부도 철저히 감시하게 될 것이다.



식품에  
 각종 첨가물을  
 넣는 이유는,  
 식품의 유통기한을  
 오래 끌고  
 상품가치가  
 높은 것처럼  
 보이기 위해서이다.


다음은 건강한 먹거리를 만들고자 하는 생산자와 소비자가 무농약·저농약 농산물과 무첨가 식품 및 환경을 오염시키지 않는 세제 등을 직거래하는 생활협동운동에 대해 알아보자,

현재 생활사업을 펼치고 있는 사회단체는 한살림(573-0614)과 여성민우회 생협(521-2088~9), 경실련·정농 생협(596-4380) 등이 있다. 이용방법은, 출자금과 소정의 가입비를 내야하는데 한살림은 출자금 5만원과 가입비 1천원을, 여성민우회는 출자금 2만원과 가입비 1만원, 경실련 생협은 출자금 3만원과 가입비 1천원을 내고 시작할 수 있다.

공급방법은 주 1회씩 신청한 물품을 집으로 배달받는데, 개인에게 오는 것이 아니라 5가구 이상의 이웃과 함께 공동체를 만들고 봉사자를 정하면 봉사자의 집에서 공급받게 된다.

여성민우회의 경우 취급품목은 쌀과 잡곡을 비롯해 간장·된장·두부 등의 가공식품과 콩나물·시금치·상치 등 각종 야채, 과일류, 고기류, 천연세제 등 환경상품을 취급하고 있다.

가격은 무농약·저농약 농산물과 첨가물 없는 가공식품이기에 생산량이 적어 약간 높은 것도 있으나 무공해를 내세우는 기업의 상품보다는 저렴하다.

이상에서 설명한 바와 같이 생활물자의 공동주문과 공동구입으로 이루어지는 생활협동운동은 수입식품의 범람에 대항하여 우리의 농촌과 농업을 지키며 소비자의 생명을 담보하고 생산자의 생활을 보장한다. 더 나아가 생태계를 보호하고 땅을 되살려 살기좋은 지구환경을 만들며 이웃과의 참 먹거리 나눔으로 따뜻한 마음까지 나누는 첫 걸음이기도 하다. 

<필자=여성민우회 노원·도봉지회 회원>