

السؤال 1:

❖ أوضّح مفهوم المضافات الغذائية:
✓ هي مواد طبيعية أو صناعية تُضاف إلى الأغذية أثناء تصنيعها أو حفظها لتحسين اللون أو الطعم أو الملمس أو لزيادة مدة صلاحيتها.

السؤال 2:

❖ أذكر مثالين على مواد مضافة طبيعية، ومثالين آخرين على مواد مضافة صناعية:

✓ المضافات الطبيعية:

1. الملح ☐
2. السكر ☒

✓ المضافات الصناعية:

1. الأصباغ الصناعية (مثل التارترازين) ☒
2. المواد الحافظة (مثل بنزوات الصوديوم) ☐

السؤال 3:

❖ أفسّر الحرص على تناول الأغذية الطازجة والإقلال من الأطعمة المحفوظة بالمضافات الصناعية:

✓ لأن الأغذية الطازجة أكثر فائدة وصحة، وتحتوي على عناصر غذائية طبيعية، بينما قد تُسبب المضافات الصناعية آثارًا جانبية ضارة عند الإفراط في تناولها مثل الحساسية أو اضطرابات الجهاز الهضمي.