

Tabella 2 – Le intolleranze dovute ai principali additivi

<b>additivo</b>	<b>cibi in cui è presente</b>	<b>sintomi della reazione</b>
<b>antiossidanti</b>		
solfiti, butilidrossianisolo, butilidrossitulene	molte bevande (vino, birra, succhi di frutta), formaggi, frutta secca, salse, crostacei	asma, rinosinusite vasomotoria, prurito, orticaria, angiodema
<b>conservanti</b>		
sorbati, benzoati, p- idrossibenzoati	molte bevande, formaggi, marmellate, salse, pesce in scatola, prodotti da forno preconfezionati	asma
nitrito e nitrato di sodio	carni salate, stagionate, essiccate, in scatola	mal di testa, vasodilatazione al viso
<b>esaltatori di sapidità</b>		
glutammato di sodio	carni in scatola, alimenti preconfezionati, dadi per brodo, piatti tipici della cucina orientale	sindrome del ristorante cinese (mal di testa, senso di costrizione al torace, nausea, sudorazione, bruciore alla parte posteriore del collo)
<b>dolcificanti</b>		
aspartame		mal di testa, orticaria
sorbitolo	caramelle, gomme da masticare	dolore addominale, flatulenza, diarrea
addensanti	dolci, caramelle, gelati, creme, budini, formaggi molli, condimenti commerciali	eczemi, asma, rinite, orticaria