

## **Keamanan monosodium glutamat**

Hampir seabad lamanya, monosodium glutamat telah digunakan dengan aman dan efektif dalam penyajian makanan. Sebab monosodium glutamat telah dipakai secara luas sebagai bahan tambahan makanan maka sebagian besar penelitian telah dilakukan mengenai keamanan dan daya gunanya. Beratus studi ilmiah telah dilakukan terhadap glutamat dengan fokus pada penggunaannya sebagai bahan makanan dan ditinjau ulang oleh para ilmuwan dan dinas pengaturan di seluruh dunia dikombinasikan dengan manfaat panjang penggunaannya, dengan jelas menunjukkan bahwa monosodium glutamat adalah aman.

Di Amerika Serikat, monosodium glutamat (MSG) dianggap sebagai bahan makanan umum, seperti garam, serbuk kuweh dan merica. Zat itu dimasukkan ke dalam daftar Generally Recognized As Safe (GRAS) dari FDA (Food and Drug Administration) atau Badan Pengawas Obat dan Makanan. Pencantuman daftar ini berarti bahwa monosodium glutamat adalah aman untuk penggunaan yang dimaksudkan.

Perundang-undangan Amerika Serikat tentang peraturan-peraturan Federal menyatakan, "Tidaklah praktis untuk membuat daftar dari semua bahan yang dianggap aman secara umum untuk penggunaan sebagai yang direncanakan. Meskipun demikian sebagai suatu ilustrasi, komisaris (dari FDA) menganggap bahan-bahan makanan umum seperti garam, merica, cuka, bubuk pengembang roti dan monosodium glutamat itu sebagai aman untuk digunakan sebagai yang direncanakan". Monosodium glutamat juga disetujui oleh pemerintah-pemerintah sedunia, termasuk pemerintah di Eropa, Jepang dan negara-negara Asia lainnya, Amerika Utara dan Selatan, Afrika serta Australia dan Selandia Baru.

Di tahun 1987, the Joint Expert Committee on Food Additives (JECFA) dari United Nations Food and Agriculture Organization (FAO) dan World Health Organization (WHO) menegaskan bahwa monosodium glutamat itu aman. Panitia tersebut memutuskan bahwa tidaklah perlu untuk menetapkan suatu "Acceptable Daily Intake" dengan angka. Angka ADI itu kadang kala digunakan sebagai pedoman tingkat keamanan maksimum konsumsi bahan tambahan makanan.

Di tahun 1991, the European Commission's Scientific Committee for Food (SCF) menegaskan kembali keamanan monosodium glutamat. SCF juga berpendapat bahwa tidak perlu menetapkan Acceptable Daily Intake dengan angka.

Dalam laporannya kepada F.D.A di tahun 1995, setelah mengadakan peninjauan kembali secara komprehensif literatur ilmiah tentang monosodium glutamat, the Federation of American Societies for Experimental Biology (FASEB) berkesimpulan bahwa tidak ada perbedaan antara glutamat bebas alamiah yang terdapat dalam jamur, kiju dan tomat dengan glutamat bebas yang dibuat (manusia) yang terdapat dalam MSG, protein yang dihidrolisa dan kecap kedelai. Laporan itu berkesimpulan bahwa monosodium glutamat adalah aman untuk rakyat pada umumnya.