Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá problematikou týkající se zvýšené poptávky po potravinách uvádějících na svém obalu vysoký obsah bílkovin. Teoretická část popisuje úlohu bílkovin v organismu, jejich biologickou hodnotu a jmenuje vhodné zdroje bílkovin pro lidský organismus, včetně obsahu bílkovin v běžných potravinách. Je zde věnována zvláštní kapitola sportovcům a bílkovinným doplňkům stravy. Jaké jsou požadavky české legislativy na potraviny s tvrzením týkajícím se bílkovin a názvu *protein* je uvedeno na konci teoretické části.

Cílem bakalářské práce bylo zjistit nabídku potravin s označením *protein* nebo s tvrzením týkajícím se bílkovin, tyto potraviny zhodnotit a zjistit povědomí o takto označovaných potravinách u běžné populace.

Praktická část se nejprve zabývá potravinami označenými *protein* či tvrzením o bílkovinách volně dostupnými v nejběžnějších supermarketech. Průzkum byl proveden návštěvou 6 nejběžnějších supermarketů, přičemž byly zapsány všechny potraviny s tvrzením týkajícím se bílkovin. Celkem bylo zaznamenáno 363 kusů. Dále byl za pomoci evidovaných tržeb vyhodnocen nejnavštěvovanější supermarket a potraviny s označením *protein* nacházející se v tomto supermarketu byly rozebrány. U každé potraviny bylo okomentováno množství bílkovin a zhodnocen výživový přínos dané potraviny. Nakonec byl použit kvantitativní nestandardizovaný dotazník pro průzkum o povědomí veřejnosti o potravinách označených slovem *protein*. Anonymní dotazník zodpovědělo celkem 498 respondentů různých věkových skupin, vzdělání a sportovní aktivity.

Výsledky prokázaly velkou četnost potravin upozorňujících na obsah bílkovin. U rozboru potravin bylo prokázáno, že všechny potraviny splňovaly legislativu týkající se bílkovin. Výsledek mohl být zkreslený rozborem potravin pouze z jednoho supermarketu. Takto označené byly jak potraviny na bílkoviny přirozeně bohaté, tak potraviny bílkovinami fortifikované. Zdaleka ne u všech případů obohacení proběhlo kvalitním a plnohodnotným zdrojem bílkovin. U porovnání potravin se ukázalo, že verze s označením *protein* má vyšší obsah bílkovin, ale obsah cukrů, tuků a celkové energetické hodnoty byl velmi podobný a nelze tedy verzi potravin s tvrzením týkajícím se bílkovin označit za „zdraví přínosnější“.

Nelze říci, že by veřejnost měla povědomí o potravinách označených slovem *protein*. Výsledky dotazníku v tomto ohledu naznačovaly, že zhruba polovina dotázaných se zajímá o výživu a tím pádem si je vědoma, co toto označení znamená a v návaznosti na to potravinu konzumuje či nikoliv. Výsledky mohly být zkresleny respondenty, v jejichž okruhu se nachází autorka bakalářské práce.

KLÍČOVÁ SLOVA: bílkoviny, proteinové potraviny, sportovní výživa, fortifikace potravin, výživová tvrzení