

ABSTRAKT
**HODNOCENÍ PŘÍJMŮ NUTRIČNÍCH SUBSTRÁTŮ A
VYBRANÝCH NUTRIENTŮ V GRAVIDITĚ**

Katedra biologických a lékařských věd

Petra Sovišová

Správná výživa v období gravidity sehrává významnou roli nejen pro zdravý vývoj plodu, ale i pro celkový zdravotní stav matky, a to jak v průběhu gravidity, tak i po porodu.

Cílem studie bylo zjistit vyhodnocením výživy kontrolní skupiny těhotných žen konkrétní nutriční příjem energie, živin, vybraných vitaminů a minerálních látek v současné době v našich českých podmínkách. Testování probíhalo formou týdenních záznamů veškeré přijaté potravy u skupiny náhodně vybraných těhotných žen od druhého trimestru těhotenství, různého věku a rozdílného vzdělání, u nichž byl i předpoklad rozdílnosti stravovacích návyků. Studie probíhala v období od března do října 2006. Data byla zpracována pomocí počítačového programu NutriDan.

První část práce je zaměřena teoreticky. Vzhledem k obsahu sledované problematiky jsem se v této práci podrobněji zabývala především příjmem vybraných nutrientů – tedy lipidů, sacharidů, proteinů a celkovým příjmem energie v období gravidity. U jednotlivých nutrientů jsem se vedle jejich popisu zabývala i dopady jejich přebytku či nedostatku pro ženu v období těhotenství.

Výsledky naměřených hodnot kontrolní skupiny těhotných žen jsou uvedeny v druhé části diplomové práce. Hodnoty ukázaly, že příjem základních živin – tedy lipidů, sacharidů a proteinů je relativně v normě s doporučenými denními dávkami pro těhotné ženy v České republice.

Z výsledků příjmů vitaminů a minerálních látek je patrný deficit vápníku, kyseliny listové, vitaminu D, železa a jodu, naopak byl zjištěn nadbytečně vysoký příjem selenu, niacinu, kyanokobalaminu a vitaminu A.

Výzkum nepotvrdil názor laické ani odborné veřejnosti, že by těhotné ženy žijící v našich podmínkách přijímaly nadměrné množství stravy – není tomu tak, nepřijímají více nutriční energie. Zjištěné výsledky spíše svědčí o opaku, tj. příjem nutriční energie u žen v období těhotenství je nyní v našich podmínkách nedostatečný.

