

## **Abstrakt**

Bakalářská práce se zabývá vznikem a výskytem civilizačních onemocnění a možností jejich prevence z pohledu výživy. Zaměřuje se na konzumaci makronutrientů a mikronutrientů v potravinách s ohledem na možná rizika výskytu těchto chorob, a stejně tak jejich protektivní účinek. Teoretická část se stručně věnuje vybraným onemocněním a rizikovým faktorům podílejícím se na jejich vzniku, dále prevenci a podpoře zdraví, a zároveň se soustředí na výživu jako jeden z předních determinantů zdraví. Praktická část se zaměřuje na cíle a s nimi spojené hypotézy, na jejichž základě bylo provedeno dotazníkové šetření týkající se zájmu o složení potravin, vlivu výživy na výskyt civilizačních onemocnění a znalost nutričních doporučení. Shrnuje také charakteristiku vzorku respondentů a jejich aktuální životní styl pro porovnání s teoretickým povědomím o důležitosti výživy.

**Klíčová slova:** civilizační onemocnění, prevence, výživa, životní styl, nutriční doporučení