

ABSTRAKT

Tato diplomová práce se zabývá vnímáním výhod a rizik konzumace energetických nápojů žáky vybraných středních škol ve Středočeském kraji. Cílem bylo zjistit míru konzumace a postoje žáků k užívání energetických nápojů. V teoretické části je představena historie a složení energetických nápojů, včetně rešerší týkajících se rizikové konzumace. Praktická část popisuje kvantitativní průzkum provedený cestou dotazníku, který odhalil poměrně častou konzumaci energetických nápojů v souvislosti s preferovanými výhodami a spíše dobrou znalostí následků a rizik vysoké konzumace. Výsledky průzkumu prezentované v práci prokázaly preferenci ceny a chuti při volbě energetického nápoje a spojitost frekvence užívání v korelaci s normami vrstevnické skupiny. Dále byla porovnána data v souvisejících faktorech jako kvalita spánku a návyky žáků užívajících energetické nápoje. Bylo mimo jiné zjištěno, že žáci, kteří konzumovali nápoje častěji pociťovali v menší míře nežádoucí účinky pravděpodobně související s inervací sympatického nervového systému, což podporuje teorii vzniku tolerance na kofein při jeho časté konzumaci ve vysokých dávkách. Dále bylo zjištěno, že žáci vybraných středních škol konzumují energetické nápoje v rizikovém množství a frekvenci minimálně. Na základě zjištěných návyků a postojů byl vypracován návrh edukačního materiálu cílící na uvědomění a zhodnocení rizik vlastního užívání, sledování složení a konzumaci v míře odpovídající doporučením výrobce na obalu energetických nápojů.

KLÍČOVÁ SLOVA

energetické nápoje, nevýhody užívání, výhody užívání, zdravotní rizika