

## **Abstrakt**

Kulturní potravinová tabu mohou významně ovlivnit stravovací návyky a zdraví těhotných žen. Přestože některé studie naznačují, že potravinová tabu mohou mít adaptivní funkci, výsledky většiny výzkumů ukazují, že jejich dodržování má většinou negativní dopad na zdraví matky a plodu. Výzkum rovněž ukazuje, že v některých případech kulturní tabu cílí na stejné potraviny jako averze. Závěry studií testující souvislost mezi averzemi a tabu naznačují, že by mohlo jít o dva ochranné mechanismy, které fungují nezávisle na sobě, avšak navzájem se doplňují. Budoucí studie by měly mít širší geografický rozsah a interdisciplinární přístup, aby lépe porozuměly komplexním vztahům mezi fyziologicky a kulturně podmíněnými jevy během těhotenství. Zlepšení povědomí o výživě a respektování kulturních tradic může přispět k lepšímu zdraví matek a jejich dětí.

Klíčová slova: výživa v těhotenství, potravinová tabu v těhotenství, kulturní mýty, adaptivní funkce, averze, nevolnost a zvracení, protektivní mechanismus