

Motivace: Je známo, že je možné mnoha nemocem předcházet stravou a je také známo, že mnoho nemocí má již svůj patologický základ právě v dětství. Cílem studie bylo zhodnocení spotřeby dětí školního věku.

Hypotéza: Předpokládala jsem stravu energeticky nadměrnou s nízkým zastoupením ovoce a zeleniny.

Metodika: Data byla získána pomocí 24-hodinového recallu a zpracována programem pro analýzu nutriční spotřeby.

Výsledky: Celkové rozložení jednotlivých základních živin je shodné s výživovými doporučenými dávkami. Děti mají ale nedostatečné zásobení minerálními látkami a vitaminy až na vitamin C, B12 a u chlapců vitamin K. Dále byl zjištěn nadbytečný příjem sladkých jídel a nedostatečný příjem ovoce, zeleniny, mléka a mléčných výrobků.

Závěr: Děti a rodiče je třeba motivovat k přemýšlení nad svým zdravím a nad kroky, které mohou pro sebe i druhé udělat. Je potřeba zajistit takové preventivní programy, které budou prospěšné celé populaci.