ABSTRAKT

Tato práce pojednává o nejčastějších rizicích, která jsou spojená s nadměrným příjmem cukru u malých dětí. V teoretické části je nejdříve rozebrána chemická stránka sacharidů, jejich dělení a způsob metabolismu. Připomeneme si, jak se sacharidy dělí, proč v našem organismu plní nezastupitelnou roli a také zmiňuji, které druhy sacharidů bychom měli našim dětem dávat denně a které naopak výjimečně. Dále jsou v teoretické části vyjmenovány nejčastější druhy cukru a sladidel (např. med, čekankový sirup, třtinový cukr), které nejspíš známe z běžné domácnosti nebo reklam. Shrnuji zde jejich vlastnosti, využití a vyvracím některé mýty. Dále pak krátce zmiňuji historii využití cukru. V další části zmiňuji jednotlivá onemocnění a komplikace spojená s nadměrným přísunem cukru. Poměrně podrobněji se věnuji obezitě, protože toto onemocnění se u nás šíří stále více v mladé populaci a jeho negativních dopadů je obrovské množství. Nejen na zdravotní stránku dítěte a jeho vývoj, ale také na psychickou stránku, která je dle mého názoru s obezitou spojována velmi málo. A přitom psychika sehrává zásadní roli v otázce průběhu a léčby obezity. V praktické části jsem se věnovala výzkumu povědomí rodičů dětí v předškolním a mladším školním věku o celé této problematice. Pomocí dotazníku jsem zjišťovala, zda se rodiče vyznají v jednotlivých druzích sacharidů, ve specifikách daných onemocnění a také jsem částečně zjišťovala i jejich postoj k cukru ve spojitosti s malými dětmi. Výzkum ukázal, že rodiče dětí v předškolním a mladším školním věku mají povětšinou velmi dobré znalosti o rizicích spojených s nadměrným příjmem jednoduchých sacharidů.