

Maso a masné výrobky vždy patřily co do vlivu na lidské zdraví k velmi diskutovaným potravinám. V roce 2016 zařadil IARC masné výrobky do kategorie 1, tedy pro člověka karcinogenní látky a červené maso do kategorie 2A, tedy pro člověka pravděpodobně karcinogenní látky. V dnešní době se setkáváme s mnoha druhy výrobků, jejichž kvalita se velmi liší, tudíž výběr vhodného výrobku vyžaduje aktivní účast spotřebitele.

Cílem teoretické části této bakalářské práce bylo provést rešerši o nutričním složení masa a masných výrobků a vlivu konzumace masa a masných výrobků na lidské zdraví, zejména ve spojitosti s klasifikací IARC, a uvést je do souvislosti s výživovými doporučeními. Z výsledků vyplývá, že se studie týkající se konzumace masa a masných výrobků a vlivu na zdraví liší a závěry jsou často protichůdné. Faktem je, že studie týkající se především negativního vlivu konzumace masa na lidské zdraví nejsou konzistentní a metodologicky shodné, což znesnadňuje získání dostatečných důkazů na považování masa a masných výrobků za karcinogeny. Součástí práce je také frekvenční dotazník, určený studentům vysokých škol v Praze, který se zaměřuje na frekvenci konzumace masa a masných výrobků a na aspekty výběru těchto potravin. Cílem praktické části bylo zjištění frekvence konzumace masa a masných výrobků respondentů, jejich preferencí při výběru těchto potravin a získání přehledu užívaných technologických postupů při přípravě masa. Výsledky terénního šetření bylo zjištěno, že většina respondentů při nákupu masného výrobku přikládá největší důležitost kvalitě a při nákupu masa ceně. Nejvíce respondentů uvedlo jako nejčastěji používaný postup úpravy masa pečení. Dále bylo zjištěno, že konzumace kuřecího masa výrazně převyšuje konzumaci jiných druhů mas, což může být, zejména u žen, rizikovým faktorem vzniku anémie.