

Vztah konzumenta k pokrmu v závislosti na sociální zkušenosti

Bc. Václav Behenský

**Diplomová práce
2010**

 **Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta technologická**

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta technologická

Ústav biochemie a analýzy potravin

akademický rok: 2009/2010

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Václav BEHENSKÝ**
Osobní číslo: **T080503**
Studijní program: **N 2901 Chemie a technologie potravin**
Studijní obor: **Technologie, hygiena a ekonomika výroby potravin**

Téma práce: **Vztah konzumenta k pokrmu v závislosti na sociální zkušenosti**

Zásady pro vypracování:

1. Pojednejte o psychosociálních aspektech vývoje člověka jako konzumenta potravin.
2. Vysvětlete tvorbu a formování stravovacích zvyklostí člověka.
3. Popište vlivy působící na vývoj a formování člověka jako konzumenta a na jeho stravovací zvyklosti.
4. Provedte experimentální ověření vybraných získaných teoretických poznatků na randomizovaném vzorku konzumentů.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

1. POKORNÝ, J., et.al., *Senzorická analýza potravin*, VŠCHT Praha 1999, 95 s., ISBN 80-7080-329-0
2. ŘÍČAN, P., *Psychologie osobnosti*. 5 rozšířené vydání, Graga Praha, 2007, 200 s. ISBN 978-80-247-1174-4
3. GIDDENS, A., *Sociologie*, 1 vydání, překlad Jařab J., Argo, 2000, 596 s., ISBN 80-7203-124-4
4. KRÍŽ, O., BUNKA, F., HRABE, J. *Senzorická analýza potravin II. Statistické metody*. 1. vyd., Zlín: UTB, 2007, 127 s. ISBN 978-80-7318-494-0.

Vedoucí diplomové práce:

Ing. Pavel Valášek, CSc.

Ústav biochemie a analýzy potravin

Datum zadání diplomové práce:

4. ledna 2010

Termín odevzdání diplomové práce:

19. května 2010

Ve Zlíně dne 8. dubna 2010



doc. Ing. Petr Hlaváček, CSc.

děkan



prof. Ing. Ignác Hoza, CSc.

ředitel ústavu

Příjmení a jméno: Václav Behenský

Obor:

Technologie, hygiena
a ekonomika výroby
potravin

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že

- beru na vědomí, že odevzdáním diplomové/bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že diplomová/bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí, že jeden výtisk diplomové/bakalářské práce bude uložen na příslušném ústavu Fakulty technologické UTB ve Zlíně a jeden výtisk bude uložen u vedoucího práce;
- byl/a jsem seznámen/a s tím, že na moji diplomovou/bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- beru na vědomí, že podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- beru na vědomí, že podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou/bakalářskou práci nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- beru na vědomí, že pokud bylo k vypracování diplomové/bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tedy pouze k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové/bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- beru na vědomí, že pokud je výstupem diplomové/bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá. Neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Ve Zlíně 12.4.2010



¹⁾ zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47 Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

²⁾ zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

³⁾ zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst. 3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Diplomová práce se zabývá problematikou vztahu člověka jako konzumenta, k pokrmu. Jeho vnímání a prožívání z pohledu psychosociálních aspektů v oblasti konzumace stravy, v závislosti na přijatém stravovacím vzorci. Cílem práce bylo zjistit míru korekce tohoto vzorce u vybraných konzumentů, v závislosti na jejich sociální zkušenosti.

Součástí práce jsou také dotazníkové průzkumy, zaměřené na porovnání stravovacích návyků v dětství a v současné době. Na hodnocení preferencí potravin se zaměřením na moučná, masitá a zeleninová jídla. Je zde popsán i experiment s vybranou skupinou konzumentů a porovnání jejich preferencí, předložených pokrmů z tradičních a netradičních surovin, v závislosti na jimi nesené sociální zkušenosti.

Klíčová slova: konzument, vzorec chování, stravovací návyky, preference, sociální zkušenost.

ABSTRACT

Diploma thesis deals with the relationship of man as consumer, the food. Perception and experience in terms of psychosocial aspects of food consumption, according to accepted dietary patterns. The aim of the study was to determine the degree of correction formulas for selected consumers, depending on their social experience. Work is also part of the questionnaire surveys, aimed to compare eating habits in childhood and currently. The assessment of food preferences, focusing on the floury, fleshy and vegetable dishes. There is also described an experiment with a select group of consumers and against their preferences, presented dishes from traditional and nontraditional materials, depending on their social experience carried.

Keywords: consumer, behavior pattern, eating habits, preferences, social experience.

Poděkování,

Chtěl bych poděkovat Ing. Pavlu Valáškoví, CSc. za odborné vedení, cenné, podnětné připomínky a rady, které mi poskytoval v průběhu vypracování mé diplomové práce.

Také bych chtěl poděkovat všem, kteří se účastnili experimentální části práce a dotazníkového průzkumu.

Nejkrásněji umírá haluz, která se láme pod tíží vlastního ovoce.

(Friedrich Hebbel)

PROHLAŠUJI, ŽE ODEVZDANÁ VERZE DIPLOMOVÉ PRÁCE A VERZE ELEKTRONICKÁ NAHRANÁ DO IS/STAG JSOU TOTOŽNÉ.

OBSAH

ÚVOD.....	11
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 PSYCHOSOCIÁLNÍ ASPEKTY VÝVOJE ČLOVĚKA JAKO KONZUMENTA POTRAVIN	13
1.1 PSYCHOLOGICKÉ OBORY	13
1.1.1 TEORETICKÉ-ZÁKLADNÍ.....	13
1.1.2 PRAKTICKÉ-APLIKOVANÉ.....	13
1.1.3 SPECIÁLNÍ PSYCHOLOGICKÉ DISCIPLINY.....	14
1.2 SOCIOLOGIE	15
1.3 VÝVOJ KONZUMENTA POTRAVIN.....	16
1.3.1.1 NEJČASTĚJI UŽÍVANÉ DĚLENÍ VÝVOJOVÝCH FÁZÍ.....	17
1.3.1.2 VROZENÉ DISPOZICE.....	17
1.3.1.3 VLIV PROSTŘEDÍ	18
1.3.1.4 ZRÁNÍ	18
1.3.1.5 UČENÍ	18
1.4 VÝVOJ KONZUMENTA OD DĚTSTVÍ DO DOSPĚLOSTI.....	19
1.4.1 PRENATÁLNÍ OBDOBÍ.....	19
1.4.1.1 PŘEHLED VÝVOJE PLODU BĚHEM FETÁLNÍ FÁZE	20
1.4.2 POTRAVNÍ CHOVÁNÍ DÍTĚTE (KONZUMENTA) V POSTNATÁLNÍM OBDOBÍ.....	21
1.4.2.1 OBDOBÍ NOVOROZENECKÉ (1)	21
1.4.2.2 OBDOBÍ NOVOROZENECKÉ (2)	22
1.4.2.3 KOJENECKÉ OBDOBÍ.....	25
1.4.2.4 BATOLECÍ OBDOBÍ.....	27
1.4.2.5 PŘEDŠKOLNÍ VĚK.....	28
1.4.2.6 ŠKOLNÍ VĚK AŽ ADOLESCENCE.....	29
1.4.2.7 DOSPĚLOST AŽ STÁŘÍ.....	32
2 TVORBA A FORMOVÁNÍ STRAVOVACÍCH ZVYKLOSTÍ ČLOVĚKA.....	34
2.1.1.1 VÝVOJ STRAVOVACÍCH PREFERENCÍ A AVERZÍ.....	34
2.1.1.2 POTRAVNÍ CHOVÁNÍ.....	34
2.1.1.3 MOTIVACE POTRAVNÍHO CHOVÁNÍ.....	35
2.1.1.4 TECHNOLOGICKÁ FÁZE.....	36
2.1.1.5 PODÁVÁNÍ A DISTRIBUCE JÍDLA	37
2.1.1.6 KONZUMACE POTRAVY	38
2.2 VÝBĚR A REGULACE PŘÍJMU POTRAVY	39
2.2.1.1 SMYSLOVÉ ORGÁNY	39
2.2.1.2 PSYCHOSOCIÁLNÍ FAKTORY REGULACE PŘÍJMU POTRAVY	42
2.2.1.3 INDIVIDUALITA V PŘÍJMU POTRAVY A V POTRAVNÍM CHOVÁNÍ.....	43
2.2.1.4 ZMĚNY POTRAVNÍHO CHOVÁNÍ.....	45
2.3 SOCIALIZACE ČLOVĚKA JAKO KONZUMENTA	47
2.3.1.1 FAKTORY SOCIALIZACE.....	47

2.3.1.2	RODINA	48
2.3.1.3	SPOLEČENSKÉ PROSTŘEDÍ	48
2.3.1.4	ŠKOLA	48
2.3.1.5	VRSTEVNÍCI	49
2.3.1.6	SDĚLOVACÍ PROSTŘEDKY	49
2.3.1.7	JEDINEC	50
2.3.1.8	HIERARCHIE LIDSKÝH POTŘEB	51
2.3.1.9	PORUCHY OSOBNOSTI	51
3	ZÁVĚR TEORETICKÉ ČÁSTI	54
II	PRAKTICKÁ ČÁST	55
4	METODIKA PRÁCE	56
4.1.1	CÍLE EXPERIMENTU KOREKCE STRAVOVACÍHO VZORCE VYBRANÉ SKUPINY KONZUMENTŮ A JEHO PROVEDENÍ	56
4.1.2	METODIKA DOTAZNÍKU A PROVEDENÝ PRŮZKUM	57
4.2	TEST Č. 1 POROVNÁNÍ CHUŤOVÝCH PREFERENCÍ PŘI DEGUSTACI SMAŽENEK ZE SEITANU A SMAŽENEK Z VEPŘOVÉHO MASA	58
4.2.1	TECHNOLOGIE PŘÍPRAVY VZORKŮ PRO TEST ČÍSLO JEDNA	60
4.2.1.1	POSTUP PŘÍPRAVY OCHUCENÉHO SEITANU Z PŠENIČNÉHO LEPKU	60
4.2.1.2	PŘÍPRAVA VZORKU ČÍSLO JEDNA, SMAŽENKY ZE SEITANU	61
4.2.1.3	PŘÍPRAVA VZORKU ČÍSLO DVĚ, SMAŽENKY Z VEPŘOVÉHO MASA	63
4.2.2	VYHODNOCENÍ TESTU ČÍSLO JEDNA	65
4.2.3	ZÁVĚR TESTU ČÍSLO JEDNA	68
4.3	TEST Č. 2 POROVNÁNÍ CHUŤOVÝCH PREFERENCÍ PŘI DEGUSTACI RAŽNIČI Z KUŘECÍHO MASA SE SÝREM A RAŽNIČI Z ROBI ŘÍZKŮ SE SÝREM	69
4.3.1	TECHNOLOGIE PŘÍPRAVY VZORKŮ PRO TEST ČÍSLO DVĚ	71
4.3.1.1	PŘÍPRAVA VZORKU ČÍSLO JEDNA, RAŽNIČI Z KUŘECÍHO MASA SE SÝREM V TĚSTÍČKU	71
4.3.1.2	PŘÍPRAVA VZORKU ČÍSLO DVĚ, RAŽNIČI Z ROBI ŘÍZKŮ SE SÝREM V TĚSTÍČKU	72
4.3.2	VYHODNOCENÍ TESTU ČÍSLO DVĚ	76
4.3.3	ZÁVĚR TESTU ČÍSLO DVĚ	78
4.4	ZÁVĚR CELÉHO EXPERIMENTU	79
4.5	POROVNÁNÍ POSUNU V OBLÍBENOSTI JÍDEL U NÁHODNÉHO VZORKU OBYVATEL ČESKÉ REPUBLIKY	81
4.5.1	ROZDĚLENÍ RESPONDENTŮ A STATISTICKÉ VYHODNOCENÍ	82
4.5.1.1	VÝČET RESPONDENTŮ PODLE VĚKU A POHLAVÍ	82
4.5.1.2	VÝČET SHODY PREFEROVANÝCH JÍDEL	82
4.5.1.3	VÝČET OBLÍBENÝCH A NEOBLÍBENÝCH JÍDEL	84
4.5.1.4	MOTIVAČNÍ FAKTORY VÝBĚRU JÍDLA	85

4.6	VYHODNOCENÍ A ZÁVĚR DOTAZNÍKOVÉHO PŮZKUMU	86
5	ZÁVĚR CELÉ PRÁCE	87
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	91
	SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	98
6	SLOVNÍK HESEL	99
7	SEZNAM OBRÁZKŮ	101
	SEZNAM TABULEK	103
	SEZNAM PŘÍLOH	104

ÚVOD

Člověk jako každý živý tvor od okamžiku svého vzniku spotřebovává na zachování fyziologických funkcí, regeneraci a další svůj rozvoj, energii. Tuto energii v prenatálním stádiu vývoje přijímá prostřednictvím matky. Po narození se pak stává konzumentem v obecném slova smyslu. Přijímá pokrm především ústy. Vjemy získané svými smysly z okolního světa zpracovává a vytváří si první zkušenosti nezbytné pro svou další existenci a posléze i další komunikaci s okolím. Na základě zpracovaných vjemů a získaných zkušeností navazuje a rozvíjí i své první sociální kontakty. Postupně jak se malý člověk vyvíjí a osamostatňuje, upevňuje si své postavení v příslušné sociální skupině. Učí se pokrmu cíleně vyhledávat a konzumovat. S rostoucími zkušenostmi získává i další schopnosti. Vyhodnocením odpovídajících smyslových počitků začíná rozlišovat známé věci a reaguje na ně odpovídající fyziologickou odezvou. Postupně si vytváří osvědčené vzorce chování a jednání, které mu umožňují řešit obvyklé situace. Zjišťuje, že pokud je v interakci s okolím konformní, je vnímán vstřícně a jako odezvu prožívá kladné emoce. V opačném případě je vystaven sankcím. Zaujímá tak svou sociální roli.

Sociálně-kulturní vzorec člověka i s ohledem na přijímání vhodné potravy se mění a modifikuje podle nových zkušeností. Tento vzorec je i jedním z důležitých aspektů, které ovlivňují jednání jedince ve vztahu k okolí. Například hygienické návyky a úroveň přijetí odpovědnosti jsou poměrně důležité při přípravě a výrobě pokrmů pro ostatní. Celý proces sociálního vývoje a zrání je neobyčejně složitý. V návaznosti na prožívání a vnímání podléhá neustálým změnám a končí v podstatě až smrtí člověka.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 PSYCHOSOCIÁLNÍ ASPEKTY VÝVOJE ČLOVĚKA JAKO KONZUMENTA POTRAVIN

Nejprve je pro další orientaci nutné nastínit, byť jen stručný, souhrn některých vědních oborů, které se zabývají vývojem a průběhem života konzumenta, člověka.

1.1 PSYCHOLOGICKÉ OBORY

Obecně jsou uváděny dva typy psychologie. Toto dělení je ovšem velice nepřesné. Jednotlivé obory se navzájem prolínají.

1.1.1 TEORETICKÉ-ZÁKLADNÍ

Obecná psychologie - popisuje stavy vnímání a prožívání člověka. Obecné zákonitosti společné všem lidem.

Psychologie osobnosti - popisuje a studuje podobnosti a odlišnosti člověka, člověka jako jedince a co určuje jeho jedinečnost.

Sociální psychologie - studuje mechanismy chování, jednání a prožívání jednotlivce v sociálních skupinách, společnosti a dále studuje vlivy skupin a společnosti na jedince

Vývojová psychologie (ontogenetická) - zkoumá zákonitosti psychického vývoje člověka od prenatálního období až po stáří [1,2,5].

1.1.2 PRAKTICKÉ-APLIKOVANÉ

Kognitivní psychologie, Forezní (soudní) psychologie, Poradenská psychologie, Klinická psychologie, Pedagogická psychologie, Inženýrská psychologie, Vývojová psychologie, Psychologie práce, Vojenská psychologie, Psychologie reklamy, Psychologie trhu, Psychologie sportu, Psychologie konfliktu. Lékařská psychologie, Politická psychologie, Psychologie osobnosti, Kosmická psychologie, Manažerská psychologie, Psychologie umění, Psychologie dopravy, Policejní psychologie [1,2,5].

1.1.3 SPECIÁLNÍ PSYCHOLOGICKÉ DISCIPLINY

Psychometrie, Farmakopsychologie, Biopsychologie, Psycholingvistika

A další související teoretické obory:

Psychologická metodologie, Dějiny psychologie, Psychopatologie, Biologická psychologie, Psychologie životního prostředí [1,2,5].

1.2 SOCIOLOGIE

Zkoumá sociální život jednotlivců, skupin a společností. O obsahu sociologie a vymezení předmětu jejího zkoumání existují rozpory mezi různými sociologickými školami a paradigmaty. Sociologie je chápána například jako věda o jednání lidí ve společnosti, o struktuře společnosti, o sociální interakci, o sociálních skupinách, o sociálních faktech, o společenském systému nebo o sociální změně.

Další pojednání o jednotlivých směrech sociologie bylo příliš široké a vybočovalo by mimo rámec této práce. Je ale třeba zdůraznit, že sociální interakce jsou nedílnou složkou vývoje a formování osobnosti člověka.

Vývojem a formováním člověka jako konzumenta potravin se zabývají i obory medicínské, zdravotnické, pedagogické, společenské, politické, ekonomické a další [6,7].

1.3 VÝVOJ KONZUMENTA POTRAVIN

Člověk je po celou dobu svého života konzumentem potravin. V období prenatální fáze je nepřímým konzumentem. Zpravidla se nachází v prostředí dělohy a toto umístění mu zabezpečuje mimo ochrany i látky potřebné pro vývoj. Prostřednictvím matky se zbavuje i odpadních látek svého metabolismu. Po narození se stává do určité míry samostatným objektem. Je tedy nucen zabezpečovat své potřeby sám a stává se tak přímým konzumentem potravin [65].

Vývoj člověka je zákonitý proces, který má podobu na sebe postupně navazujících, ale prolínajících se vývojových fází. Zahrnuje v sobě kvantitativní, kvalitativní vzestupné i sestupné změny osobnosti. Tento proces je možno nazvat stárnutím [3,4,8].

V průběhu života se požadavky organismu na kvalitu a kvantitu složení potravy mění. V časných fázích života má relativně velké nároky na látky poskytující energii a minerály potřebné pro stavbu kostry. V dospělosti závisí výživové potřeby na fyzické aktivitě, klimatu, ekologických podmínkách a dalších faktorech prostředí. Ve starším věku zase potřebuje látky, které prodlouží aktivní fázi života a podporují celkovou výkonnost. Po celý život potřebuje látky zabezpečující ochranu před škodlivými vlivy prostředí a regeneraci organismu [4,11].

V osobnostním vývoji člověka probíhají neustálé, zdánlivě nevratné změny organismu kontinuální s časovou osou a lze je rozdělit do několika kategorií:

- Navazování a prolínání vývojových fází.
- Vzájemné působení fyzické a psychické složky.
- Nerovnoměrnost vývojových fází.
- Jedinečnost a individuálnost vývoje.
- Vývoj ke struktuře druhu.
- Zpomalování vývoje a jeho retardace.
- Jednota organismu a prostředí.
- Realizace vývoje pomocí zrání společně s učením [3,4,8,15].

1.3.1.1 NEJČASTĚJI UŽÍVANÉ DĚLĚNÍ VÝVOJOVÝCH FÁZÍ

1. období prenatalní.
2. novorozenecké období.
3. období nemluvněte.
4. období batolete.
5. období předškolního věku.
6. období školního věku.
7. období dospívání.
 - prepuberta, dívky 10-12,5 roku, chlapci 11,5 -14 roků.
 - puberta, – dívky 12,5 -15 roků, chlapci 14 -16 roků.
8. adolescence.
9. mladší věk dospělosti.
10. střední věk dospělosti.
11. starší věk dospělosti.
12. období stáří (sénium).
13. kmetství [3,4,8].

Člověk jako dítě se rodí s určitým biologickým a nervově psychickým vybavením. Jedná se o pro další rozvoj jedince potřebnou sumu vrozených dispozic [3,4,15].

1.3.1.2 VROZENÉ DISPOZICE

Vyjadřují strukturu a vybavenost nervové soustavy a její typologické zvláštnosti. Je to zděděný soubor vloh a vlastností, na nichž závisí rychlost a úroveň dalšího rozvoje osobnosti, biologický růst a zrání, činnost žláz s vnitřní sekrecí. Přičemž produkce hormonů výrazně působí na biochemické procesy v organismu. Vrozené dispozice ovlivňují vlastní prožívání a chování člověka [3,4,15].

1.3.1.3 VLIV PROSTŘEDÍ

Je souhrnem vnějších činitelů, které ovlivňují rozvoj osobnosti. V širším pojetí je to souhrn přírodních, ekonomických, materiálních a kulturně sociálních vlivů. V užším pojetí to jsou bezprostřední životní podmínky jedince, zpravidla rodina.

Největší význam má sociální prostředí. Lidé, kteří jedince obklopují, jejich vlastnosti a chování. Prostředí působí spontánně, formou sociálního učení (napodobování, identifikace podnětu). Prostředí působí výchovně. Je to záměrné, plánovité, systematické ovlivňování psychiky jedince.

Člověk se vyvíjí v kontaktu s prostředím, přizpůsobuje se mu. Prostředí může působit na tempo vývoje (zrychlení nebo zpomalení). Vlivem příznivého, podnětného prostředí se genetický potenciál mění na reálné schopnosti a vlastnosti [3,4,15].

Existence jedince a jeho vnější projevy působí však i na okolí. Jedná se o neustálý proces reagujících veličin, který mění vlastnosti jednotlivých prvků i jeho samotného [65].

1.3.1.4 ZRÁNÍ

Zrání znamená biologické, organické a tělesné změny jako formu vývoje, vyplývající z interních zákonitostí organismu. Nástup a průběh kvalitativních změn v chování a prožívání člověka, to znamená v jeho psychice, je podmíněn vlastní somatickou zralostí a funkcí vnitřních orgánů [3,4,15,17,18].

1.3.1.5 UČENÍ

Proces učení je postupné získávání zkušeností (informací), jejich následné zdokonalování a aplikování. V procesu učení nejde už jen o realizaci vnitřních předpokladů, ale převážně o ovlivňování vývoje z vnějšku. Kontaktem člověka s prostředím.

Zrání a učení se prolíná a spolupůsobí. Zrání ulehčuje učení, ale naopak i učení může do určité míry ovlivňovat zrání. Zralost orgánů sama nestačí na plnohodnotný rozvoj funkcí, pokud chybí učení. Učení může ovlivnit vývoj i negativně a to tehdy, jestliže je nepřiměřené a když nerespektuje časově dosaženou úroveň zrání. Naučené činnosti jsou rozmanitější než vrozené. Vzájemné vztahy zrání a učení jsou tím hlubší a složitější, čím je vývoj člověka pokročilejší [3,4,15,17,18].

1.4 VÝVOJ KONZUMENTA OD DĚTSTVÍ DO DOSPĚLOSTI

Vývoj konzumenta (člověka) se zaměřením na výběr a příjem vhodné potravy, je možné vnímat z několika pohledů. Kdo je to vlastně konzument potravy. Živý tvor, který je zpravidla schopen potravu vyhledat, zkonzumovat, využít, a uhájit svou existenci.

V této části bude pojednáno především o hlavních psychosomatických fázích vývoje člověka (konzumenta). Pro snadnější orientaci v problematice vývoje konzumenta je nutné uvést období, které předchází vlastnímu narození dítěte [65].

1.4.1 PRENATÁLNÍ OBDOBÍ

Výživové (nutriční) a psychické vlastnosti člověka se tvoří dlouho předtím, než se narodí. Žena v produktivním věku ještě před početím a dále v průběhu gravidity, ovlivňuje mnohé pozdější psychosomatické potíže dítěte. Zejména její těžší poruchy výživy a některé choroby, nutriční deficiencie, psychická labilita a další. Například větší nedostatek aminokyselin, minerálů a vitamínů může vážně narušit vývoj plodu. Jako další je možno uvést anorexii, bulimii, závislost na toxických látkách, působení teratogenů, průmyslových látek a další [4,5,8,10-12,20].

Prenatální období zpravidla trvá devět kalendářních měsíců (od oplození po narození), má několik fází.

Fáze oplození, uhníždění blastocysty a vytvoření třech zárodečných listů. Trvá tři týdny. Koncem třetího týdne vzniká nervová trubice, základ nervového systému.

Embryonální období trvá od čtvrtého týdne do dvanáctého týdne. Probíhá vytvoření všech hlavních orgánových základů. Začíná vlastní organogeneze vytvořením tří zárodečných vrstev embrya. Ektodermu, endodermu a mezodermu. Z těchto tří vrstev se postupně vytvoří všechny orgány a tkáně dítěte. Na konci čtvrtého týdne začíná fungovat placentární oběh.

Fetální období trvá od dvanáctého týdne do narození, dokončením vývoje orgánových systémů a některé začínají fungovat.

Mozek se vyvíjí a zdokonaluje během celého embryonálního a fetálního období. Po celou dobu je citlivý vůči všem škodlivým faktorům. Podobně citlivý a náročný na výživu je celý

plod. Podle některých pramenů právě nedostatečná výživa matky, nebo její nesprávná životospráva může být příčinou pozdějších vývojových vad a chorob [4,5,8,10-12,20].

1.4.1.1 PŘEHLED VÝVOJE PLODU BĚHEM FETÁLNÍ FÁZE

V této části bude ve stručnosti pojednáno o vývojovém období, které je podle některých autorů důležité pro další vývoj psychiky a komunikačních schopností dítěte [4,5,8,10,11].

Ve třetím měsíci plod reaguje na dotek v okolí úst a nosu, sevřením prstů na podráždění.

Ve čtvrtém měsíci reaguje na dotek, otevírá a zavírá ústa, pohybuje jazykem, střídavě pohybuje horními, nebo dolními končetinami.

V pátém měsíci reaguje na tlak, akceptuje zvukové podněty. Vykazuje výraznější pohyblivost a individuální rozdíly ve frekvenci a intenzitě pohybu.

Mezi čtvrtým a šestým měsícem nastává významný vývojový pokrok. Mozkové buňky migrují do oblasti mozkové kůry a podkoří, dochází k jejich diferenciaci. Porucha v časovém programu migrace nebo lokalizace mozkových buněk působí v pozdějším období potíže ve zrání a integraci psychických procesů.

V šestém měsíci nastávají prudší pohyby končetin, dostavuje se reakce na celou řadu akustických podnětů, pohyby jsou nekoordinované.

V sedmém až osmém měsíci plod vykazuje zralost k přežití v případě předčasného narození. Respirační soustava je připravena plnit svou funkci. Plod reaguje na různé podněty. Zrakové, sluchové, taktilní, chuťové a považuje se za velmi pravděpodobné, že je schopen nejjednodušších forem učení. Diferencovaně reaguje na různé podněty, chování má individuální rysy, které přetrvávají po narození, například temperament.

Od počátečních týdnů prenatalní fáze se vytváří vztah matky k dítěti. Zprvu je vzájemný vztah neurčitý. V období aktivních projevů plodu, které matku stimulují, se tento vztah postupně diferencuje.

Zdrojem podnětů je primárně mateřský organismus. Probíhá vzájemná komunikace matka – plod. Sluchové, taktilně kinestetické podněty přenášené z vnějšího prostředí plod pociťuje a vnímá. Například změnu polohy matky, srdeční činnost, kručení žaludku. Matka zase vědomě vnímá například pohyby plodu [4,5,8,10-12,16,20].

1.4.2 POTRAVNÍ CHOVÁNÍ DÍTĚTE (KONZUMENTA) V POSTNATÁLNÍM OBDOBÍ

První rok života dítěte je pro další potravní chování velice důležitý. V této době se vytvářejí dlouhodobé a poměrně pevné vzorce potravního chování, preference a averze vůči pokrmům a potravinám. Jestliže vztah, učení ↔ zrání, platí u živých tvorů obecně po celou dobu jejich existence, je v tomto období pro vznik a formování stravovacích vzorců snad nejdůležitější. Vývoj mozku je nerovnoměrný. V některých fázích prudkého nárůstu mozkové hmoty je tento orgán zvýšeně citlivý na negativní vnější zásahy a to i na nedostatečný přísuv živin. V pozdějším věku lze důsledky nedostatečné výživy zmírnit, nebo je zcela odstranit [4,8,10,11,16,20,27,31,32].

1.4.2.1 OBDOBÍ NOVOROZENECKÉ (1)

Dítě se adaptuje na nové životní podmínky mimo matčino tělo.

U zdravého novorozence je průměrná porodní hmotnost 3300 – 3400 gramů a měří v průměru 50 cm. Rodí se relativně nezralé a tím i značně závislé na péči okolí.

Je dispozičně vybaveno k dlouhému zrání a k dlouhému učení, které potřebuje. Je vybaveno k samostatnému životu řadou nepodmíněných reflexních druhů chování. Na počátku života je aktivita dítěte pozorovatelná z vnějšku minimální. Ve srovnání se zvířecími mláďaty je dítě vybaveno do života velmi chudě. Postrádá hotové vzorce chování. Reflexní druhy chování dítěti umožňují vyhledat zdroj obživy.

Vrozené formy chování. Některé vrozené formy chování jsou funkční od počátku života a přetrvávají až do jeho konce. Dýchání, polykání, kýchání, kašláním, škytání, vyměšování.

Jiné se projevují od narození, ale během prvního roku života se ztrácí.

Hledací reflex. Novorozenec z počátku rytmicky pohybuje hlavou ze strany na stranu a hledá prsní bradavku. Tento reflex se postupně zdokonaluje v prostorové orientaci. Zatlukáním v okolí úst kojeneček reaguje nasměrováním hlavičky v příslušném směru a otevřením pusinky. Jedná se fylogenetickou adaptaci na situaci kojení. **Robinsonův reflex.** Již hodinu po narození dítě reaguje na podráždění dlaně pevným sevřením ruky, během dvou měsíců se tento efekt ztrácí (simulace přidržení se matky). **Babinského reflex.** Po podráždění chodidla se palec se obrací směrem vzhůru a prsty se vějířovitě rozvírají. Přetrvává do

druhé poloviny prvního roku života (existence v dalším období je příznakem organické poruchy CNS). **Morouův reflex.** Úlekový reflex, kdy dítě při náhlé změně polohy roztáhne ruce a vrátí je zpět na hrud'. **Tonicko šíjový reflex.** Hlava je otočená vpravo, natáhne se pravá ruka, levá je pokrčená a opačně [4,5,8,20,27,32-34,46].

1.4.2.2 OBDOBÍ NOVOROZENECKÉ (2)

Sací reflex. Se změnou formy potravy se potlačuje. Základní vzorce potravního chování dozrávají již před narozením. Plod si v posledních týdnech před narozením cucá ručičky a připravuje se na sání, které je již vlastním procesem příjmu potravy. Dítě při příjmu potravy velmi aktivně vnímá. Příjem mléka není jen zdrojem živin. Jedná se o první intenzivnější prožitky, získává i první zkušenosti s vnějším prostředím. Smysly mu přinášejí informace o chuti mléka, slyší tlukot srdce matky, vnímá její vůni a reaguje na její podobu a emotivní projevy. Dítě ochotně přijímá pocit bezpečí a tepla. Reaguje ale také na matčin neklid, špatnou náladu. To může mít svůj vliv na psychiku kojence a pozdější negativní postoj k jídlu. Proces kojení je fází, kdy se vytvářejí citová pouta mezi matkou a dítětem. Počátek stravovacího procesu je zdrojem prvních sociálních zkušeností, kontaktů a emocí. Individualita kojence se projevuje i v jeho potravním chování. Appetit, temperament, úroveň tolerance vůči některým látkám [4,5,8,20,27,32-34,46]. Vlastní sání mateřského mléka je zároveň přípravou pro příjem vydatnější potravy v pozdějším věku [65].

Reflexy, které se začnou uplatňovat za delší dobu po narození. Pláč a vokalizace. Je to rozená schopnost vydávat neartikulované zvuky. Broukání se projevuje i u hluchoněmých dětí. U normálních dětí se broukání mění kolem poloviny roku ve žvatláni.

Už u novorozence lze vypěstovat díky adaptabilitě nervového systému první podmíněné reflexy. Například polohu při kojení, která je velice důležitá pro další úspěšný rozvoj schopnosti přijímat potravu a tekutiny.

Vnímání. Přijímání informací z okolí se postupně rozvíjí a je podmíněna zralostí CNS.

Novorozenec vidí hned po narození (rozliší světlo a tmu). Dítě je dalekozraké, nefixuje blízké předměty a často šilhá (novorozenecký strabismus). Každé oko je stočeno někam jinam a zaměřeno na jinou vzdálenost. Koncem prvního měsíce věku dochází k fixaci očí.

Sluchem novorozenec rozlišuje silnější zvuky bez ohledu na jejich další vlastnosti. Na konci novorozeneckého období se specializuje na určité zvuky. Například na lidský hlas.

Kladně reaguje na hlas matky, ale tato schopnost může být v případě absence kontaktu zapomenuta.

Novorozenec velmi dobře reaguje na velmi malé teplotní rozdíly. Je citlivý na chlad a lépe snáší vyšší teploty. Velký význam pro počáteční adaptaci má vývoj kožní citlivosti. Pozitivní je styk s mateřskou pokožkou, pevné zabalení (zavinovačky). Špatně reaguje na vlhkost, ponechání bez opory. Nejcitlivější na dotek je okolí úst.

Má velkou citlivost na změnu rovnováhy. Chování, houpání, mírné potřásání v něm vzbuzuje libost.

Z orgánových počitků se uplatňují hlad a žízeň. Vyvolávají křik, cumlání, neklid, organické pocity bolesti (zažívání a vyměšování).

Z chemických analyzátorů dobře funguje chuťový. Saje sladké a ostatní vyplivuje. Čichem vnímá poměrně málo [4,5,8,20,27,32-34,46].

Výživa kojence. Kolostrum (mlezivo), které v prvotní fázi mateřské mléko předchází, napomáhá úspěšné adaptaci novorozence na postnatální život. Kolostrum je potravou o vysoké hustotě a nízkém objemu. Ne zcela vyvinuté ledviny dítěte nedokážou zpracovat velký objem tekutin bez metabolického stresu. Kolostrum poskytuje dítěti první imunizaci. Sekreční imunoglobulin „A“ chrání dětský organismus před cizorodými molekulami, které mohou způsobit alergickou reakci, a poskytuje ochranu proti celé řadě mikroorganismů, které způsobují průjmová a respirační onemocnění. Kolostrum a zralé mateřské mléko obsahuje látky humorální povahy s antibakteriálním a antivirovým účinkem (sekreční IgA, laktoferin, lysozym, oligosacharidy, mastné kyseliny) a imunokompetentní buňky (makrofágy, lymfocyty, neutrofilní granulocyty). Kromě této pasívní ochrany poskytuje mateřské mléko také imunoregulační faktory (hormony, růstové faktory, bifidus faktor), které stimulují vývoj vlastních obranných mechanismů kojence a osídlení jeho zažívacího traktu optimální mikroflórou.

Mateřské mléko je svým složením a proměnlivostí jedinečné pro výživu kojence. Veškeré přípravky kojenecké mléčné výživy se svým složením od mateřského mléka významně odlišují. Na rozdíl od umělé výživy se skladba mateřského mléka průběžně mění podle potřeby kojence.

Mezi savci má mateřské mléko nejnižší **koncentraci proteinů**. Průměrný obsah je, při již rozběhnuté laktaci, 1 g/100 ml. Tato hladina zabezpečuje optimální růst a vývoj a zároveň odpovídá schopnostem nezralých ledvin kojence. Poměr syrovátky a kaseinu v mateřském mléce je přibližně 72 : 28. Tento poměr je důležitý pro zažívání a vyprazdňování zažívacího traktu. Také obsah tuku v mateřském mléce zcela odpovídá potřebě kojence. Jeho koncentrace se zvyšuje z přibližně 2 g/100 ml v kolostru na přibližně 3-4,5 g/100 ml ve zralém mléce. Obsah tuku se také mění během jednoho kojení. Zadní mléko může obsahovat 4-5 krát více tuku nežli přední mléko. Také časně ráno a pozdě odpoledne je mléko bohatší na tuk. Z těchto důvodů se nedoporučuje žádné časové omezení délky kojení, jinak by dítě mohlo dostávat pouze energeticky nedostačující výživu. Pokud jde o zastoupení nasyčených a nenasycených mastných kyselin, je poměr relativně stabilní 42% : 58%. Mateřské mléko je rovněž bohaté na polyenové nenasycené mastné kyseliny, které jsou důležité pro rozvoj mozku a myelinizaci. Mateřské mléko je sice bohaté na cholesterol, některé studie však ukazují, že výlučně kojené děti mají v dětství a dospělosti nižší hladinu cholesterolu než děti uměle živené [8,9,12,13,16,18,20,29,41,49].

Množství **vitaminů** obsažených v mateřském mléce téměř vždy odpovídá potřebě kojence, a to i v případě, že v organismu matky jejich množství kolísá. Koncentrace vitamínu A je v mateřském mléce vyšší než v kravském. Kolostrum obsahuje asi 2x tolik vitamínu A než zralé mateřské mléko. Rovněž koncentrace vitamínu K je vyšší v kolostru než ve zralém mléce. Po dvou týdnech dochází ke stabilizaci intestinální flóry dítěte, která je schopna zabezpečit dostatek vitamínu K tak, aby nedocházelo k hemoragickým onemocněním. Také vitamínu E bývá v mateřském mléce dostatek, pokud matka nekonzumuje nadbytek poly- nenasycených tuků bez zvýšeného příjmu vitaminů. Koncentrace vitamínu D v mateřském mléce je nízká. V ČR se doporučuje i plně kojeným dětem malé množství vitamínu D dodávat. Obecně však lze říci, že správná výživa matky je nejefektivnějším způsobem zabezpečení dostatku vitaminů pro kojence. V případě **minerálů** existují kompenzační mechanismy, jako např. snížení exkrece kalcia močí. Těmito mechanismy je chráněna jak matka, tak dítě před deficiencí některé z minerálních látek. Koncentrace minerálů je nižší v mateřském mléce než v umělé výživě a tím lépe vyhovuje nutričním požadavkům a metabolické kapacitě kojence. Kalcium je díky vysokému poměru kalcia a fosforu v mateřském mléce (2 : 1) efektivněji vstřebáváno. Rovněž železo z mateřského mléka je lépe vstřebáváno. Z tohoto důvodu se u plně kojených dětí jen velmi zřídka vyskytuje anémie z nedostatku že-

leza v prvních šesti měsících. Zinek, nezbytný pro strukturu a funkci enzymů, růst a buněčnou imunitu, je obvykle zastoupen v mateřském mléce v dostatečném množství pro pokrytí těchto nároků. Jeho biologická dostupnost je opět vysoká ve srovnání se zinkem přidávaným do umělé výživy.

Kontraindikace kojení a výživy mateřským mlékem. Metabolické onemocnění zvané galaktosemie. Organismus postiženého dítěte nedokáže odbourávat a zpracovávat galaktózu, která je spolu s glukózou součástí laktózy - hlavního cukru mateřského mléka. Za určitých okolností je to fenylketonurie. Infekce aktivní otevřenou tuberkulózou matky. Infekce HIV a herpetická leze matky na prsu. Užívají návykových látek matkou. Nedoporučuje se kojit, pokud matka užívá například cytostatika a antimetabolity, námelové preparáty a lithium. Dočasně se kojení přerušuje v průběhu vyšetření a léčby matky radiofarmaky. Pokud jde o polutanty v mateřském mléce, zejména PCB, závěr konzultací na toto téma zní, že výhody poskytované dítěti prostřednictvím mateřského mléka zatím vysoce převažují nad teoretickým rizikem. Pro matky platí základní doporučení. Vyhnout se radikálnímu snižování hmotnosti v období kojení.

Oddělení od matky v době objevení se klinických příznaků onemocnění je hrubou chybou, protože novorozenec je tak ochuzen o současně se vytvářející protilátky obsažené v mateřském mléce [8,9,12,13,16,18,20,29,41,49].

1.4.2.3 KOJENECKÉ OBDOBÍ

Od šesti týdnů do konce prvního roku

Probíhá rychlý tělesný i duševní rozvoj. První rok života je považován za kritickou vývojovou fázi, zejména pokud jde o rané učení. Dítě se seznamuje s vnějším světem, ale zároveň se učí poznávat i sebe sama. Není-li v tomto období dostatečně stimulováno, další vývoj stagnuje.

Dítě ztrojnásobí svoji hmotnost a vyroste asi o 50%. Zpevňuje se kostra, roste a sílí svalstvo, první zuby se objevují mezi šestým až osmým měsícem. Hmotnost mozku se ztrojnásobuje, formuje se struktura nervové tkáně, hlavně mozkové kůry. Pohybový vývoj probíhá podle určitých zákonitostí. Probíhá postupně v souladu se zráním struktur CNS, které řídí činnost příslušných svalových skupin.

Vývoj manipulace a úchopu. Významný vývojový mezník v této oblasti nastává ve třetím měsíci. Dochází ke koordinaci pohybu očí a rukou. V šestém měsíci dítě uchopuje předměty celou dlaní a provádí jednoduché manipulace. Ve druhé polovině prvního roku jsou pohyby specifitější a diferencované. Předpokladem je schopnost postavit palec proti ostatním prstům a manipulace oběma rukama.

Zrakové vnímání. Se změnou pozice těla se mění obzor dítěte. Samostatný pohyb umožňuje přiblížit se k předmětům, manipulovat s nimi (prohlížení předmětů ze všech stran).

Sluchové vnímání. Vědomě vnímá i své vlastní zvuky.

Hlasové projevy. Zprvu mají reflexní povahu (křik). Později se vyčleňuje pláč a vokalizace. První projev vokalizace je broukání. Ve druhé polovině prvního roku napodobuje zvuky. Jednoduché snadno vyslovitelné skupiny hlásek (žvatlání). Toto jsou hlasové projevy předcházející řeči. Je-li některý zvuk stabilně spojován s nějakým předmětem, dítě si souvislost asociuje. Probíhá tak fáze porozumění řeči (mezi sedmým až desátým měsícem).

Citový a sociální vývoj. V tomto období dochází k velkému rozvoji. Emocionalita je složitější, zasahuje stále větší počet objektů, její vnější projevy jsou početnější a diferencovanější. Dítě projevuje pozitivní emoce. Na obličej známého dospělého reaguje úsměvem. Ochotně přijímá mazlení, nové hračky, příjemné změny. Ve druhé polovině roku je již úsměv průvodním projevem vlastní úspěšné aktivity. Například výsledek úspěšné interakce s dospělým. Projevy nelibosti jsou vázány na biologické podněty. I sociální (přerušování kontaktu, pokárání, neznámá osoba,...). Na nelibost dítě reaguje projevy pláče, křiku, motorickými reakcemi, mimickými projevy. Pozitivní citový vývoj ovlivňuje další stránky psychického a tělesného vývoje, vytváří předpoklady pro rozvíjení sociálních vztahů s okolím. Zpočátku je odkázáno na aktivitu dospělého, ve druhé polovině roku již vykazuje vlastní iniciativu.

Příjem potravy. Kojení (sání) a konzumace tuhé potravy se překrývají. Rostoucí nároky na nutriční vydatnost stravy u dítěte vyžadují přechod na ontogeneticky novější způsob přívozu živin. Dítě tak postupně přechází od tekuté stravy k tuhé. Mateřské mléko již nemusí stačit. Tato velká změna vyžaduje od dítěte použití dalších mechanismů pro zpracovávání, trávení a využití nových látek (živin). Mění se konzistence potravy z tekuté na poněkud hrubší, dochází ke změnám chuti a vůně. Dítě se musí naučit přijímat potravu jinou formou. Zprvu kašovitou z kojenecké lahve, později lžičkou. Musí se naučit žvýkat a polykat

sousta koordinací pohybů úst a jazyka. Musí se naučit i pít. Postupně i z hrnečku. S mateřským mlékem dostávalo i dostatek tekutin a ty nemusí být v tuhé stravě v dostatečném množství. Mění se poloha dítěte při přijímání potravy. V průběhu čtvrtého až sedmého měsíce nastupují i kritické periody pro tvorbu a modifikaci chuti a textury. V tomto období je dítě mnohem vnímavější na chuťové podněty a možnost žvýkat. Vytvíjí se schopnost tolerovat nové a neznámé chutě a přijímat stravu mnohem hrubší konzistence. Příliš pozdní přechod na odlišnou potravu u dítěte, může být příčinou pozdějších stravovacích potíží, kdy dítě odmítá nové podněty.

V devátém až dvanáctém měsíci už dítě umí sedět na židli. Nový způsob přijímání potravy není jen fyziologickým procesem. Dítě dostává množství nových podnětů, které musí zpracovávat. Informace přicházejí z různých částí jeho těla, motorického aparátu, z očí, nosu, chuťových buněk, sluchu. Dítě si tak vytváří obraz jídla, který si ukládá do paměti a v budoucnu si tento obraz porovnává s novými podněty. Probíhá i proces socializace. Dítě si fixuje příjem potravy v pravidelných dávkách, za úspěchy je chváleno a za neúspěchy při jídle káráno. Začíná si tak vyvířet návyky konzumenta [8,9,12,13,16,18,20,29].

1.4.2.4 BATOLECÍ OBDOBÍ

Období mezi druhým a třetím rokem života je významné z hlediska senzomotorického vývoje, rozvoje řeči a myšlení. Pro rozvoj osobnosti je důležitý vznik a rozvoj sebeuvědomování, osvojování si společenských návyků tak, jak postupně vstupuje do různých interakcí se sociálním prostředím.

Tempo tělesného vývoje se zpomaluje. Hmotnost se zvýší asi o 5 kg, výška o 20 cm. Vlivem hormonů regulujících růst se prodlouží zejména dolní končetiny, pokračuje osifikace skeletu. Ve třech letech má dítě již kompletní mléčný chrup. Pohybové aktivity jsou bohatší, samostatnější a různorodější. Lepší koordinací pohybů rukou se zjemňuje činnost prstů. Pije z hrnečku, jí samostatně lžící, drží tužku, pomáhá při oblékání.

Dítě stále lépe rozlišuje jednotlivé kvality předmětů (velikost, tvar, barva). Vykazuje smysl pro rytmus. Rádo bručí, zpívá jednoduché nápěvy. Zdokonaluje se orientace v čase. Je schopno většího soustředění při pozorování.

Kolem prvního roku zvládá jednoduché myšlenkové operace. Přitáhne hračku na provázku. První dětské pojmy odrážejí jen část skutečného významu nebo výrazně smyslově vnímatelnou vlastnost (vše co je hebké a má srst je čiči, čiči může být ale i polštářek).

Rozvoj řeči je podmiňován především její komunikační funkcí. Batole používá řeč i ke komentování své činnosti. Je to přípravná etapa tzv. vnitřní řeči při uvědomování si vlastní činnosti.

Dětská slova nejsou jen pojmenování osoby, předmětu, jevu, ale vyjadřují celou myšlenku. Jednoduché věty řečené jedním slovem. Okolo druhého roku začíná dítě ohýbat slova a tvoří jednoduchá souvětí.

Slovní zásoba na konci druhého roku činí asi tři sta slov, v polovině třetího roku asi pět set slov, na konci třetího roku pak asi jeden tisíc slov. Vývoj řeči vyjadřuje příslušnou úroveň sociokulturního prostředí, intenzitu verbálních kontaktů s dospělými. Individuální rozdíly v řeči jsou závislé i na pohlaví (dívky bývají vyspělejší než chlapci).

Změny ve vnímání a prožívání sebe sama a odlišení vlastní osoby od okolí. Uvědomění si vlastního já je proces dlouhodobý a složitý. Dítě zprvu nepoužívá zájmeno já, ale označuje se jménem. Správné používání zájmena já nastupuje mezi druhým a třetím rokem. Uvědomění si svého já – je počátkem vzniku dětské osobnosti.

Změny v citové oblasti. Dítě je velmi citlivé na pochvaly, pokárání, projevuje žárlivost. Vnímá i emotivní projevy sociálního okolí. Soucit, lítost, sympatie, antipatie.

Socializační proces. Dítě je přitahováno vrstevníky. Zprvu navazuje povrchní, nestálé vztahy, je omezeno na vzájemné pozorování, na krátkou spoluúčast při hře. První zkušenosti ze sociálních vztahů mimo rámec rodiny jsou důležité pro vytváření dětské osobnosti [8,9,12,13,16,18,20,29].

1.4.2.5 PŘEDŠKOLNÍ VĚK

Tělesný a pohybový vývoj. Dochází k prodloužení nohou, pohybová obratnost se zvyšuje. Lépe udržuje rovnováhu. V sebeobslužných činnostech je samostatné díky rozvoji jemné motoriky. Zvládá ruční práce, domácí práce. Kresba již napodobuje realitu.

Dítě je zvědavé, snaží se poznat důvody a souvislosti, častá je otázka „Proč?“.

Dítě je dobrý pozorovatel. Vnímá detaily, pozorované napodobuje (dokáže nakreslit, vyba-
vit si jasnou představu). Předoperační stadium inteligence. Myšlení je názorné, intuitivní,
prelogické. Pomocí něj si dítě vytváří svůj obraz světa. Co nechápe, doplní si fantazií. Tak
mnohdy nerozlišuje mezi realitou a fantazií (konfabulace). Projevuje se romantismus. Ty-
pické jsou znaky myšlení jako je egocentrismus (úsudky na základě subjektivních preferen-
cí), fenomenismus (fixace na některé podstatné znaky - velryba musí být ryba), vazba na
přítomnost (prezentismus), magičnost (dokreslení reality fantazií), absolutismus (poznání
má trvalý charakter a děti se hádají, mají-li změnit názor). Úsudky, animismus (neživým
věcem dává vlastnosti živých bytostí), arteficialismus (všechno někdo udělal, kdo sem dal
ty hory?).

Dítě začíná chápat proměnu vnějších znaků, nedokáže ale posuzovat z více hledisek.

Ve větách již používá gramatická pravidla. Někdy ještě patlá, či má jiné vady řeči. Má zá-
jem o básničky, říkanky, zpěv.

Sociální a emoční vývoj. Hra je hlavní činností. Hrají si rádi s vrstevníky na něco a rozví-
její námět hry. V oblíbě jsou hry pohybové a konstruktivní (stavebnice, kreslení...). Hra
má význam pro kognitivní, sociální i emoční vývoj (hry s pravidly, prohry, role ve hře...).
Význam má i stereotypní hra (opakuje jednu činnost). Vazba na hračky dětem pomáhá
v těžkých situacích.

Dochází k rozvoji prosociálního chování (pomáhat, půjčit...). Nevhodné chování je dospě-
lými řízeno odměnami a tresty. Dítě přejímá názor dospělých i na sebe sama.

Dítě si uvědomuje vlastní pohlaví. Vytváří si citovou vazbu na rodiče, při neuspokojení
dochází k citové deprivaci. Dítě se učí řídit své emoce (pocity viny, žárlivost, sklon
k vychloubání, majetnické sklony) [8,9,12,13,16-18,20,29].

1.4.2.6 ŠKOLNÍ VĚK AŽ ADOLESCENCE

Vstup do školy. Vstup do školy je důležitý mezník. Role školáka není výběrová, do této
role je v podstatě tlakem sociálního prostředí dítě vtlačeno.

Školní zralost. Zralost pro zvládnutí nároků základní školy, (např. zralost kognitivních funkcí, pozornost, emoční a sociální zralost), souvisí především se zráním nervové soustavy.

Vyžaduje se dostatečná emoční stabilita (řízení emocí), schopnost koncentrovat pozornost na úkol, zvládnout zátěž (bez rychlé unavitelnosti), adaptovat se na režim školy. Motorická obratnost a jemná motorika. Diferencované zrakové a sluchové vnímání. Školní připravenost pro zvládnutí nároků základní školy, na nichž se podílí spíše učení (např. sebeobsluha, pracovní návyky, poslušnost...). Vnímání hodnoty a smyslu vzdělávání, chování, způsob komunikace, sociální připravenost na rozlišování rolí, dodržování norem chování.

Vývojové poruchy vznikající během věku a ovlivňující vývoj dítěte. Komplikují školní úspěšnost. Dále budou uvedeny některé z nich.

Disharmonický vývoj osobnosti. Syndrom ADHD (porucha pozornosti s hyperaktivitou, nebo hypokineze). Specifické poruchy učení (dyslexie, dysortografie, dysgrafie, dyskalkulie, dyspinxie, dyspraxie, dysmúzie...). Poruchy řeči například dyslalie, dysartrie, koktavost. Deprivace a subdeprivace (fyzická a psychická, kognitivní...). Neuroticismus (okusování nehtů, vlasů, tiky, somatizace...), u mladších dětí například enurézy, noční děsy, afektická dětská křeč apod. U starších dětí neurastenické syndromy. Poruchy příjmu potravy pubescentů a adolescentů (anorexie a bulimie). Syndrom CAN (zneužívané a týrané děti) [8,9,12,13,16-18,20,29,45,46,48].

(Mladší) školní věk. V myšlení dítěte nastává fáze konkrétních logických operací. Akceptuje proměnlivost jako základní vlastnost reality. Dokáže posuzovat skutečnost z více hledisek. Zvládá číselné operace. Dítě chápe čas jako veličinu a je schopno úvah. Dítě akceptuje skutečnost jako danou realitu.

Učení probíhá pokusem a omylem, logickým odvozením, nápodobou. Rozvoj sebehodnocení, potřeb a seberealizace probíhá postupně.

Dítě přebírá roli školáka. Konfrontuje a srovnává se s ostatními. Má potřebu uznání. Vztahy s vrstevníky ve středním a starším školním věku uspokojují mnohé potřeby. Vytvářejí se vlastní skupinové normy chování. Ve starším věku přibývá solidarity. Dochází k identifikaci se skupinou stejného pohlaví až do puberty.

Hry jsou převážně pohybové, námětové, konstruktivní a kresba. Začíná četba. Projevuje se vliv médií. Vytváří si ideály a vztah ke zvířatům.

Pubescence (puberta – starší školní věk). Dochází k urychlování vývoje s různou intenzitou. Tato fáze končí pohlavní zralostí.

Dochází k výrazným psychosomatickým změnám. Růstu a vývoji svalů. Hormonální produkcí se zvýrazňují sekundární pohlavní znaky. Změny způsobují emoční vypětí, rozkolísanost, přecitlivělost, podrážděnost, vzdor a vztahovačnost. Dochází ke ztrátě jistot, sklonům k dennímu snění a riziku depresí.

V myšlení narůstá důraz na hypotetické uvažování, systematicčnost. Úvahy o budoucnosti. Polemizuje. Nevyzrállost a rozkolísanost postojů. Zhoršená pozornost. Člověk v tomto období hledá sebe sama, má pochybnosti. Je nespokojený. Projevuje se vliv vrstevníků na sebehodnocení. Úroveň zevnějšku získává na důležitosti. Po neúspěchu mnohdy klesají naděje.

V chápání vlastní identity zvažuje. Jaký jsem. Jaké mám možnosti. Jaké mám hranice. Jak se jevím svému okolí. V sociálním postavení odmítá podřízené role a má tendence osamostatnit se.

Narůstá kritičnost, obranné reakce. Frustrace a nedorozumění s dospělými. K dospělým je netolerantní. Konflikty se stupňují. Má nechuť ke kompromisům, odmítá zbabělost, podřízenost, formality, a podobně. Projevuje se specifický komunikační styl. Dochází k odpoutání od rodiny a jejích hodnot. Normy vrstevníků jsou důležitější. Mají povinnosti, ale ne mnoho práv. Erotické city. Estetické city. Vyhraňují se zájmy, četba, hudba, ideály [6-8,12,13,16,18,20,29].

Adolescence. V tomto období dochází ke zpomalení až zastavení růstu. Výkonnost se zlepšuje. Dochází k postupné stabilizaci, psychickému osamostatňování, vztahy s okolím se zlepšují.

Dochází k harmonizaci a pružnosti v myšlení. Věcnost a snaha o objektivitu. Diskutuje o sociálních otázkách, staví se ke světovému názoru, projevuje odlišné názory. Preferuje rychlé a zásadní řešení. Snaží se rychle dosahovat cílů, často ukvapeně.

Do popředí vystupuje vlastní vzhled, atraktivita a vlastní úspěch. Získává zdravé sebehodnocení (znalost své hodnoty, slabých a silných stránek). Zvládá neúspěchy i úspěch, pokoru.

Vyznačuje se silnými zážitky, snadno se nadchne, potřebuje úspěch a sebe-prezentaci. Získává novou sociální pozici. Vyžaduje respekt ke své plnoletosti. Často je ještě závislý na rodině. Zaměřuje se na budoucnost, navazuje první trvalejší vztahy, hledá ideál partnera.

Se skupinou se identifikuje. Hraje zde roli faktory ovlivňující výběr přátel (zájmy, tradice, status, věk, rasa, pohlaví, vzhled, intelekt, zájmy, hodnoty..., apod.). Projevuje se vliv part (kladně i záporně), stereotypy v chování, filozofie.

V období adolescence má člověk potřebu hry, soutěží, poznání, vybití energie (sport, cestování, hudba a tanec, literatura, média, filmy a divadlo).

Mění se jeho vztah k víře. Nalézá nové hodnoty. Důležitá je pro něj svoboda. Učení a profesní přípravu často přijímá jako nutné zlo [6-8,12,13,16,18,20,22,29].

1.4.2.7 DOSPĚLOST AŽ STÁŘÍ

Dospělost. V dospělosti je člověk samostatný, má relativní svobodu vlastního rozhodování a chování, má i zodpovědnost. Má i větší sebejistotu a sebedůvěru, větší osobní vyrovnanost. Schopnost přijímat zodpovědnost. Dochází k nárůstu povinností, ekonomické samostatnosti. Sexuálně je člověk zralý, vyrovnaný ve vztahu k lidem. Přijímá většinou profesní roli a stabilnější partnerství. Obvykle zakládá vlastní rodinu. Dochází k výraznější diferenciaci rolí otec-matka a orientaci na rodinu. Buduje si společenské postavení a stabilizuje příslušnost k příslušné sociální vrstvě. Pod vlivem zkušeností se vyhraňují názory, objevují se tendence předávat zkušenosti. Později dochází k bilancování a snaze svůj život měnit. Ve starší dospělosti kolem padesáti let již dochází k pozvolnému úpadku. Zhoršují se smyslové vjemy, objevují se častěji nemoci. Výkony kolísají, mění se. Dochází k postupnému uzavírání profesní kariéry. Bilancuje, má nové představy o budoucnosti. Mění se postoj k hodnotám. Objevuje se „Syndrom prázdného hnízda“. Odmítá změny v životním stylu. Preferuje pohodu a jistoty. Člověk se více uzavírá. Mění se postoje k lidem. Změny u žen jsou výraznější [6-8,12,13,16,18,20,29].

Období stáří. Podle genetických dispozic a působení vnějších faktorů přibývá nemocí. Dochází k strukturálním i funkčním změnám mozku. Zpomalení reakcí. V prožívání a chování dochází ke změnám. Projevuje se horší přizpůsobivost. Zvětšuje se citová labilita, potřeba naděje. Zdůrazňují se některé vlastnosti (samotářství, žvanivost, opatrnost, puntičkářství, úzkostnost, sklon k nespokojenosti, egocentrismus). Zaměřuje se na minulost. U osamělých lidí se objevuje „**Diogenův syndrom**“ (zanedbaný stařec se ztrátou motivace i k udržení hygieny, přípravě jídla, odbývá se). Zvyšuje se potřeba sociálního kontaktu i samoty. Strachu ze smrti ubývá s přibývajícím věkem. Vyhraňují se typy starých lidí [6-8,12,13,16,18,20,29].

2 TVORBA A FORMOVÁNÍ STRAVOVACÍCH ZVYKLOSTÍ ČLOVĚKA

O vývoji, zrání, učení a jejich vzájemných vztazích, již bylo pojednáno v kapitole 1.3. V osobnostním vývoji člověka probíhají neustálé, zdánlivě nevratné změny organismu v časovém horizontu. Jedná se o proces nestabilní, vyznačující se dynamickými změnami.

2.1.1.1 VÝVOJ STRAVOVACÍCH PREFERENCÍ A AVERZÍ

Pro rozšiřování potravního spektra dítěte je důležité, kdy k němu dochází. Předčasné zařazování nevhodných jídel pro daný věk nebo naopak dlouhé otálení s novými jídly může negativně ovlivnit vývoj dítěte ve vztahu k potravě a odpovídajícímu chování. K vývoji postojů k jídlu a potravnímu chování dochází v obdobích, kdy je dítě velmi senzitivní vůči vnějším podnětům. Dozrávají jeho smyslové orgány, formují se funkční systémy v centrální nervové soustavě [3-5,8,13,16,18].

2.1.1.2 POTRAVNÍ CHOVÁNÍ

Potravní chování jedince patří z biologického hlediska mezi nejvýznamnější interakce s okolím. Jedná se o soubor navzájem souvisejících procesů a vztahů.

- Detekce potravního zdroje a vyhledání vhodné potravy.
- Analýza potravního zdroje, rozpoznání potravy, rozhodnutí o přijetí nebo odmítnutí.
- Získání potravy a její příprava ke konzumaci.
- Konzumace potravy a její přeměna na využitelné látky zpracovatelné metabolismem konzumenta.

Jednotlivé úseky je možné považovat za obecně platné. Jejich forma a průběh se mění v závislosti na složitosti vztahů jedince s okolím a faktorů ovlivňujících nabídku živin. Ekologických, biologických, fyzikálních a podobně. Důležitá je i strategie získávání živin. Například obyvatelé polárních oblastí se budou více specializovat ve výběru potravních zdrojů v porovnání s obyvateli mírného pásma. **Právě volba a aplikace vhodné potravní strategie je určujícím faktorem existenčních, kulturních, ekonomických, náboženských a dalších aspektů sociálních skupin [3-8,12,14,15,19,21,22,27,30,39,40,46,53].**

2.1.1.3 MOTIVACE POTRAVNÍHO CHOVÁNÍ

Potravní chování, jako každá jiná cílevědomá činnost, je vyvoláno nějakým vnitřním stavem organismu, nebo vnějšími podmínkami a směřuje k ukojení potřeby, nebo k adaptativní reakci na vnější podnět. Za normálních okolností lze potravní chování rozdělit do třech fází.

Motivační stav. Vyladění organismu komplexem stavu vnitřních orgánů, aktivity hormonálního systému, podnětů z periferií a mozkových center, psychosociálních vlivů, přijímat potravu. Vyladění může být za jistých okolností i potlačeno. Vyladění na příjem potravy je zpravidla kontrolovaný stav a lze jej změnit na jinou formu aktivity. Hlad je pudem, který vede k požívání jídla. Může to být prostý hlad podněcující k získání a konzumaci jakéhokoli jídla. V tomto případě mohou být oslabeny i například morální zábrany (kanibalismus z nouze, krádež z hladu). Apetit (pud) vedoucí ke konzumaci již jednou ochutnaného jídla. Jedná se o komplex zapamatovaných příjemných vjemů, kterými si organismus uvědomuje touhu po konkrétním druhu jídla. I tento stav je opět do určité míry ovládán a korigován volními mechanismy osobnosti. Pojmy hlad a apetit jsou v hovorových pojmech často zaměňovány. Například rčení „Nemám hlad“ může znamenat i nemám chuť na konkrétní jídlo.

Je tedy třeba rozlišovat, zda se jedná o aktuální hlad, nebo stav vyvolaný nabídkou jídla. Apetit může být vyvolán i pouhou představou jídla, četbou receptu, hovorem o jídle, vhodnou inzercí (reklama) a další. Vyladění na jídlo může být navozeno velkým množstvím nejrůznějších podnětů. Pocity klidu, uvolnění, příjemného očekávání ještě příjemnějších požitků spojených s konzumací jídla. I pravidelný denní režim může být spouštěcím momentem vyladění. Může ovšem dojít i k utlumení vyladění na konzumaci jídla. Nemocí, pracovní činností, vyučováním, společenskou konvencí a jinými vlivy.

Apetenční chování. Jestliže má být ukojena potřeba jídla (hlad, apetit) je potřeba vykonat mnoho činností vedoucích k získání potravy. Tento proces je možno stručně shrnout do několika fází.

Detekce potravy a analýza nutriční využitelnosti. Zde konzument využívá svou smyslovou výbavu a mechanismy mozku, které integrují vjem se zkušeností a vybavením si odpovídajících okolností spojených s podobnou situací.

Rozhodování zda je výhodné usilovat o získání konkrétní potraviny. Zde platí vztah cena - zisk - riziko.

Volba vhodné strategie postupu a sociální faktory. Již mláďata se učí osvědčenému postupu od dospělých a člověk není výjimkou.

Za normálních okolností by bylo možné motivační cyklus uzavřít přechodem ke konzumaci. Sled jednotlivých fází nemusí být z nejrůznějších příčin zachován. Například konzument nemusí mít v rozhodující fázi dostatek sil ke konzumaci potraviny. Je proto velice důležitá schopnost určitého předzáměření se vhodným jídlem.

Pro lidského konzumenta je typické vzdálení se od bezprostřední biologické potřeby a instinktivního příjmu potraviny. Člověku již nestačí spoléhat na náhodný kontakt s potravou. Součástí lidského apetenčního chování je poměrně mnoho zdánlivě nesouvisejících činností. Člověk nejen že sbírá rostliny a loví zvířata. Svou budoucí potravu, šlechtí a pěstuje. Budoucí potravu upravuje a uchovává, aby byla chutnější, dostupnější, déle mu vydržela. Potravu připravuje i pro jiné příslušníky své společnosti. Pracuje a svou práci prodává. Nakupuje a shání v obchodech. Tyto mnohé jiné činnosti jsou součástí apetenční fáze potravního chování člověka. K tomu ovšem potřebuje velké množství zkušeností, znalostí a dovedností.

Konzumatorní chování. Ukončuje motivační cyklus a nastává vlastní konzumace potraviny. V evoluci každého živočišného druhu se vytvořily vrozené vzorce chování (instinkty), které mu umožňují získanou potravu zkonzumovat. Avšak i v této fázi se mohou uplatňovat získané formy chování. U člověka je tato fáze konzumatorního chování mnohem složitější. Zahrnuje činnosti, které jsou od původní biologické funkce vzdáleny. Z nabídky zdrojů si člověk musí jídla připravit tak, aby byla požitelná, kryla jeho biologické potřeby a v mnoha případech jej i motivovala. To znamená, aby byla dostatečně chutná a lákavá. Konzumatorní chování člověka lze rozdělit do několika fází.

2.1.1.4 TECHNOLOGICKÁ FÁZE

Zabíjení zvířat, nebo sklizení plodin. Je specializovanou činností většinou rozdělenou mezi větší počet jedinců. Dochází k dělbě práce. Technologické postupy jsou specifické pro danou sociální skupinu lidí a mnohdy jsou dosti odlišné. Například dělení masa

v čínské kuchyni má přesná pravidla. Ve francouzské kuchyni je samostatnou kapitolou zase úprava zeleniny. Jako další je možno uvést variabilitu výroby těstovin a další.

Tepelná úprava. V této fázi dochází k vaření, pečení, smažení, grilování, dušení. Sem je možné zařadit i úpravu chladem (molekulární gastronomie). Cílem této fáze je zvýšit výživovou hodnotu jídla, nebo i jeho atraktivitu.

Ochucování jídel. Je i v kuchařském prostředí posuzováno jako velmi důležitá část technologie. V některých případech se dokonce volba a množství vonných, nebo ochucujících přísad přidávaných do pokrmu, podobá komponování parfému. Přidáním látek, které samy o sobě většinou nemají výraznější výživovou hodnotu, je možno docílit povzbuzení chuti k jídlu, lepší stravitelnost, upravit sensorické vlastnosti jídla, nebo dosáhnout estetického efektu [65].

Zdobení jídla. Je opět činností, která sice nezvyšuje nutriční hodnotu, ale má velký vliv na apetit. Zdobení jídla může být i oblastí seberealizace, výrazem tvořivosti, zábavou a dalšími činnostmi, které jsou pro člověka velmi důležité. Například záměr na sebe upozornit, vyniknout, pochlubit se.

Technologická fáze má ze společenského hlediska mnohé další důležité funkce. Zabezpečuje proces učení, utužuje sociální skupinu, upevňuje hygienické návyky. Členové rodiny se mohou podílet a společná příprava jídla se tak stává i společenskou záležitostí. Pěstuje schopnost kooperace a plánování různých činností. V procesu tvorby a korekce sociokulturního vzorce konzumenta má tato fáze mnohdy klíčovou úlohu a je cennější než vlastní konzumace společně připraveného jídla [4-8,13,15,16].

2.1.1.5 PODÁVÁNÍ A DISTRIBUCE JÍDLA

Způsob podávání a distribuce jídla je specifický pro tu kterou sociální skupinu. Opět zde hrají roli nejrůznější vlivy (klimatické, ekonomické, etnografické, náboženské ... a další). Například v Indii se na stůl položí všechny pokrmy a každý si vybírá a volí jejich pořadí. Ve většině evropských zemí je zvykem u hlavního denního jídla jako první podávat polévku a posléze až další chody. V Thajsku je polévka podávána průběžně. Ve většině anglosaských zemí je nejvydatnějším jídlem snídaně a oběd je relativně slabý. I uvnitř sociálních skupin jsou velké rozdíly. Někde je kladen důraz na společenské chování a odpovídající

oblečení při společném jídle. Někde dostává jako první jídlo hlava rodiny a dalším je jídlo rozdělováno podle sociálního pořadí [4-8,13,15,16].

2.1.1.6 KONZUMACE POTRAVY

Konzumace jídla, v rámci konzumatorního jednání, není ve většině případů pouhý reflexní proces. Jídlo se jí pomalu, nebo hltavě, hovor při jídle je akceptován, nebo zapovězen. Po užívají se ubrousky, příbory, nebo pouhá lžice, případně společensky povolená ruka. Opět se zde uplatňují rodinné zvyky a tradice. Co je však velice důležité a prochází napříč kulturami je v průběhu konzumace jídla pohoda a emotivní vyladění. Negativně při jídle působí hádky a spory, napomínání, nervozita a spěch. To vše může negativně ovlivnit proces zažívání a trávení. U dětí pak mohou tyto negativní vlivy vyvolávat averze vůči některým jídlům a pozdější poruchy příjmu potravy.

Kousání a žvýkání společně s vjemy receptorů v průběhu konzumace jídla většinou vyvolávají příjemné pocity. Jíme rádi oříšky, křupavé pečivo, chipsy, pochutiny, bez ohledu na jejich výživovou hodnotu. Právě tyto příjemné pocity mohou být i únikem před prožívanou realitou. Například kompenzace stresu jídlem [4-8,13,15,16].

Základem potravního chování člověka je primárně biologická funkce nasycení a dodání potřebných látek organismu. Celkově je konzumatorní chování významným procesem, který je souborem vrozených mechanismů a přejatých zkušeností a aktivit. Stává se součástí sociokulturního vzorce člověka a v mnoha případech i instinktivního chování [4-8,13,15,16,19,27,39,40].

2.2 VÝBĚR A REGULACE PŘÍJMU POTRAVY

Smyslové vnímání a výběr potravy. Každý živočich, člověka nevyjímaje, musí být vybaven mechanismy, které mu umožňují příjem informací z okolí. Těmito nástroji jsou smyslové orgány a jejich receptory. Jejich schopnost detekovat a odlišit potravní zdroj od okolí je závislá na jejich rozlišovací schopnosti a dalších faktorech. Vnější vjem je zpracován na různých úrovních nervové soustavy a uložen v podobě paměťové stopy. Smyslové vnímání pracuje v rozsahu kvality a intenzity. Průběh evoluce k potravnímu výběru kategorií jedlý – nejedlý, přidal hedonický parametr příjemný - nepříjemný. Vnímání sensorických vlastností potravy je značně relativní. Závisí na stavu organismu, délce lačnění, sensorických vlastnostech posledně přijatého jídla. V neposlední řadě i na úrovni přijatého potravního vzorce. Jinými slovy lze vnímání nazvat percepce. Vnímání zkreslené jinými vlivy, například zkušeností, se nazývá apercepce. V některých případech je apercepci nutné potlačit. Například výcvikem posuzovatelů v oblasti sensorické analýzy [8,13,16,37,42].

Receptory lze rozdělit podle zaměření na exteroceptory přijímající podněty z okolí (zrak, čich, sluch), kontaktní receptory (chuť, hmat) a interoceptory přijímající podněty z vnitřního prostředí organismu, visceroreceptory (signály z útroby), angioreceptory (například změny chemického složení krve).

2.2.1.1 SMYSLOVÉ ORGÁNY

O anatomické stavbě, funkci a vlastnostech jednotlivých smyslových orgánů, by bylo možné pojednat velice obsáhle. Pro potřeby této práce bude postačující stručný přehled.

Zrak. Zrakovým smyslem, který se řadí mezi fotoreceptory, člověk vnímá elektromagnetické vlnění v rozsahu 380 až 780 nm. Sídlem zrakových receptorů jsou oči, uložené a chráněné v prohlubních lebeční kostry v oblasti obličeje. Pohyb očí a jejich funkci zajišťují přídatné orgány a vlastní konstrukce oka. Jedná se o párový orgán, který umožňuje prostorové vnímání. Zrakovým smyslem člověk přijímá téměř 80% informací z okolí [8,20,32-34,37,42].

Čich. Čichové receptory jsou v podstatě chemoreceptory. Aktivní látka musí nejprve vytvořit komplex s transportním proteinem, aby pronikl vrstvičkou slizu k receptorovým řasinkám. Tam reaguje s takzvanými G-proteiny a mění jejich konformaci. Dojde k uvolnění navázaných enzymů. Vybuzený iontový tok pak nese zesílenou informaci ke zpracování.

Vůně je definována jako vlastnost látek vnímaná nadechnutím do nosní, nebo ústní dutiny, způsobující poněkud odlišný vjem, než je zrakový, chuťový, hmatový a další. Mechanismus vnímání tímto smyslem umožňuje detekovat a rozlišovat velkou škálu podnětů od vůní až po zápach. V mnoha případech čichový vjem ovlivňuje vjem chuťový [8,20,32-34,37,42].

Chuť. Chuťový smysl, který se řadí rovněž mezi chemoreceptory, je umístěn v ústní dutině a je podobně jako čich citlivý na chemické vlastnosti látek. Vlastní receptory jsou umístěny ve čtyřech typech chuťových papil ve specifických pohárcích. Chuťové receptory jsou v závislosti na věku rozšířeny na jazyku, zadní části měkkého patra, jazylce, v horní části hltanu, u novorozenců dokonce i na vnitřních stranách tváří. Aby se chuťové látky dostaly k vlastním receptorům, musí být v tekutém stavu. To zajišťují sliny. Chuťové receptory jsou specifické pro každou základní chuť (sladká, slaná, kyselá, hořká, umami, kovová a další). Ke každé základní chuti existují v CNS také specifické primární a asociační oblasti [8,20,32-34,37,42].

Sluch. Sluchový smysl, jako mechanoreceptor, společně se zrakovým smyslem patří u člověka mezi nejdůležitější a to především při rozvoji vyšší nervové činnosti a abstraktního myšlení. Sluchový orgán je uložen u člověka v postranních dutinách lebky. Člověk je schopen sluchem vnímat vlnění mezi 16Hz až 20 000 Hz a rozlišit asi 400 000 různých zvuků. Párové uspořádání sluchového orgánu umožňuje prostorovou orientaci [8,20,32-34,37,42].

Hmat. Hmatové smysly jsou dva. Smysl taktilní a kinestetický. Taktilní smysl přijímá informace v závislosti na tlaku působícího na tlakové receptory umístěné v různých hloubkách pokožky a sliznic. Tlakové receptory podávají informaci o dočasném, nebo trvalém tlaku na tkáň v závislosti na typu receptoru. Jinou úroveň signálu poskytují košíčkové receptory u kořínků ochlupení a jinou zas hmatová Wagner-Meisnerova tělíska, Merkelovy disky, tlaková Vater-Paciniho tělíska. Rozložení tlakových receptorů není rovnoměrné. Jejich podněty vyhodnocují mozková centra uložená na protisměrné straně. Podnět z levé strany vyhodnocuje pravá polovina mozku a opačně. Tím si člověk uvědomí, kde podnět působí. K těmto mechanoreceptorům je nutno přiřadit podle umístění i termoreceptory. Chladová Krauseho tělíska a Ruffiniho tělíska reagující na teplo [8,20,32-34,37,42]. Taktilní podněty jsou uváděny jako jedny z prvních smyslových vjemů [65]. Viz kapitola 1.4.1.1.

Signály z útroby je možno podle umístění v organismu rozdělit do skupin.

Proprioreceptory. Přijímající podněty ze svalů, šlach, kloubů (registrují jejich napětí, stah, ochabnutí svalů, zatížení kloubního pouzdra). Do této skupiny se řadí svalová vřeténka reagující na protažení svalu. Šlachová tělíška (šlachy jsou prostřednictvím Golgiho tělísek spojeny se svalem a jsou citlivá jak na kontrakci, tak na dilataci svalu). Kloubní receptory funkcí podobné šlachovým tělíškům, reagují na vzájemné pohyby svalů, které se projevují pohybem v kloubu a zatížením kloubního pouzdra.

Visceroreceptory. Informují o stavu vnitřních orgánů. Orgánové pocity (hlad, sytost, nevolnost a další).

Angioreceptory. Informují o prostředí v cévách.

Nocireceptory. Jako perličkovitá zakončení periferních axonů, jsou rozeseta po celém těle a poskytují informace o bolestivých podnětech.

Ke smyslovým orgánům je nutno připojit i Vestibulární aparát. Tento orgán je uložen v prostoru středního ucha a obsahuje čidlo statické, pro vnímání polohy a čidlo statokinetické, pro vnímání pohybu. Informace ze statického čidla mají význam pro nepodmíněně reflexivní regulaci napětí antigravitačních svalů a koordinaci pohybů hlavy a očí. Slouží k udržení rovnováhy těla a vzpřímeného postoje. Čidlo statokinetické řídí napětí kosterních svalů, a to nejen podle polohy hlavy, ale i podle jejích pohybů; při jeho silném dráždění vzniká pocit nevolnosti (kinetóza). Poskytuje stálou a uvědomělou orientaci člověka v prostoru.

Smyslové buňky čili receptory reagují na podnět změnou velikosti svého klidového membránového potencionálu. Na jejichž základě se nervová aktivita ve formě akčních potenciálů dostává nervovými drahami do nervových center. V centrální nervové soustavě dochází k integraci signálů z jednotlivých receptorů a společně s informacemi o metabolických dějích a sekreční činnosti jsou tyto informace zpracovávány a vyhodnoceny [8,20,32-34,37,42].

Seskupení receptorů, dostředivých nervů a mozku (popř. míchy) se nazývá Analyzátor. Vlastní podnět může být vyhodnocen jako adekvátní a pak na něj smyslové buňky reagují s vysokou citlivostí. Podnět může mít i prahovou, (nejmenší intenzitu, kterou smyslové buňky zachytí), nebo podprahovou (nevyvolá žádnou odezvu). Příliš silné, nebo dlouhotr-

vající podněty, mohou být vyhodnoceny jako nepříjemné, až bolestivé. Pokud podnět působí delší dobu, nebo působí opakovaně nadprahovou intenzitou, dochází k otupění citlivosti receptorů a není již vnímán v původní velikosti [8,20,32-34,37,42].

Ústřední část některých řídicích mechanismů je uložena v hypotalamu, obsahuje centra řídicí činnost vegetativního nervového systému a má propojení například s limbickým systémem. Jestliže je někde v organismu narušena rovnováha, hypotalamus spouští příslušné korekční mechanismy. Například. Výzkumem byly nalezeny ve ventromediálním hypotalamu, centrum hladu a v laterálním hypotalamu centrum sytosti [8,20,32-34,37,42]. V některých případech ovšem může být i poměrně bolestivý podnět vyhodnocován jako pocit libosti, například jedlíci chili papriček [65].

Mezi jednotlivými centry existují úzké vztahy a jejich poškození nebo utlumení má radikální dopady na potravní chování. Například podle Glukostatické teorie slouží mnoho neuronů v hypotalamu jako glukoreceptory (nejvíce neuronů citlivých na glukosu je v laterálním hypotalamu). Při nadkritické detekci glukosy jsou spuštěny mechanismy k omezení jejího obsahu v krevním oběhu a za normálních okolností je tak zabráněno například hyperglykemickému šoku. Glukosa není ovšem jediným signálním prvkem. Jako další je možno uvést neurotransmitery, biogenní aminy (například noradrenalin acetylcholin, serotonin), aminokyseliny, peptidové neurotransmitery (například cholecystokinin, leptin, vasopresin, oxytocin, somatostatin, endogenní opiáty a další) [8,20,32-34,37,42].

2.2.1.2 PSYCHOSOCIÁLNÍ FAKTORY REGULACE PŘÍJMU POTRAVY

K řízení příjmu potravy přispívají i podmínky psychosociální povahy. Hlad jako stav organismu je jednak subjektivním, ale i objektivním psychologickým stavem s určitými prožitky a pocity. Subjektivní stav je obrazem aktuálního fyziologického stavu organismu, může být ale i reakcí na vnější podněty. Například sociální facilitace. Přítomnost dalších jedinců stejného druhu při společném jídle může vybudit zkonzumování většího množství potravy, než by jedinec snědl o samotě. Nebo naopak menší množství potravy zkonzumujeme například v přítomnosti osob postavených na vyšším sociálním stupni. I tento jev má velký podíl na sociálním chování.

Na regulaci příjmu potravy mohou mít vliv i další faktory. Například těhotenství, nemoc, rekonvalescence, v předjaří se může zvyšovat chuť na citrusové plody, obliba či závislost

na některých pochutinách (čokoláda), sociální tlak (závody v jídle, školní, nebo závodní jídelna, restaurační prostředí), mentální anorexie, bulimie a další [8,20,31-34,37,42].

2.2.1.3 INDIVIDUALITA V PŘÍJMU POTRAVY A V POTRAVNÍM CHOVÁNÍ

Individuální rozdíly mezi konzumenty jsou způsobeny jejich genetickou a vrozenou výbavou, ve fyziologických procesech, enzymatických a biochemických pochodech. Ve všem co vstupuje do metabolismu živin. Individuální rozdíly jsou také ve způsobu, jak organismus přijaté živiny využívá, jak hospodárně je metabolizuje. Vše se projevuje v činnosti mozku, ovlivňuje duševní vývoj, chování a upevňování osobnostních rysů. Velký vliv mají i rozdíly v kvalitě smyslové výbavy osobnosti. To vše společně utváří osobnost konzumenta.

Individuální rozdíly se navenek projevují různě. V předchozích kapitolách byla popsána apetenční fáze potravního chování [65].

Například nakupování pro nakupování. Jedinec shromažďuje zásoby z návyku, pro potěšení (frontovní bojovníci ze supermarketů), nebo pro jistotu (senioři) [5,8].

Volba druhu, nebo množství jídla. Existují individuální rozdíly ve frekvenci příjmu potravy. Někdo jí malé porce, ale častěji. Jiný naopak preferuje velké porce v delších časových odstupech. Velké talíře, mnoho chodů, spousta barev tvarů a vůní individuálně zvyšuje apetit, nebo naopak jiného odrazuje. Odlišnosti jsou i v etice stolování, v technice konzumace jídla, soustředění se na jídlo.

Preference a averze. K individuálním projevům nutriční osobnosti patří i preference a averze. Nelze jednoznačně potvrdit, zda se jedná o projevy výhradně naučené, nebo vrozené. Například některé signální pachy (pach lidské krve, fekálií, merkaptany) mohou vyvolávat averzi. Naopak například vůně čerstvě uzeného masa, nebo vůně čerstvého pečiva může vyvolat až mučivou touhu po tomto jídle. Jako další je možno uvést příjemné nebo nepříjemné indukované představy.

Potravní preference nebo averze mohou vznikat častou nabídkou pokrmu (jídlo je podáváno opakovaně), podmiňováním, jídlo je spojováno s dalšími sensorickými vlastnostmi (chuť, barva, vůně, textura), sociálními faktory (sociální facilitace), ideační motivací (například nemá rád dušenou karotku, ale pro její obsah β -karotenu, ji sní), anticipovanými důsledky [8,20,32-34,37,42]. (Zde bych chtěl uvést vlastní zkušenost. Prováděl jsem expe-

rimenty s pšeničnou bílkovinou „Seitan“. Jednu porci upravenou jako řízek v trojbalu jsem nabídl manželce. Ta s neskryvanou nedůvěrou řízek ochutnala. Její kladná mimická a slovní reakce hovořila o velice kladných referencích. Nejen že řízek dojedla, ale vynutila si příslib, že podobnou dobrotu vyrobím častěji) [65].

Sladká jídla. Sladká jídla jsou do prahové koncentrace kladně přijímána řadou živočichů. Usuzuje se, že preference sladkých pokrmů je vrozená [8,11,13,16].

Tuky. Preferenci tuků je možno řadit k velmi častým jevům a pravděpodobně se jedná o preferenci vrozenou. Na preferenci kombinace tuků a cukru je dokonce založena úspěšnost většiny cukrářských výrobků. Usuzuje se, že preference kombinace tuk-cukr, souvisí s neuroceptory, které mají specifická vazebná místa na opioidní peptidy (enkefaliny) a mají vliv na pocity libosti a příjemnou náladu [8,11-13,16].

Hořké chutě. Hořké chutě většinou vyvolávají averze. Jsou signálem určité toxicity potravy (pokud pomíneme sensorický profil některých nápojů).

V některých případech mohou ovšem preference přerůst až v závislost. Například zvykové „Něco sladkého ke kávě“, může při absenci vyvolat nespokojenost (jedlíci čokolády) [8,11-13,16,21,31,32].

Nechutenství. Averze může zase kvalitativně přerůst až ve hnus s typickými fyziologickými a mimickými reakcemi. Pocity averze a hnusu mohou mít více příčin. Například. Hnus morálního původu se může vztahovat na kanibalismus, požívání společenských plemen zvířat (psi, kočky), nebo zvířat ke, kterým jsme si vytvořili emotivní vztah. Příčinou může být i šokující zážitek. Jinou příčinou může být společenský odpor. Například požívání hmyzu, potkanů (zde se jedná o interkulturní záležitost). Obecně je hnus považován za důležitou složku socializace dítěte [8,12,13,18].

Maso. Vztah konzumenta k masu nelze jednoznačně zařadit mezi preference, nebo averze. Maso jako takové je nedocenitelnou složkou lidské potravy. Jako produkt živočišného původu ovšem může však vyvolávat silné emotivní vazby. Například požívání některých druhů mas bylo v minulosti a v současné době i je omezeno. Tabu požívání vepřového masa v islámu, hovězí maso je nepřijatelné pro budhisty. V české republice vztah konzumenta a masa upravuje například zákon číslo 166/1999 Sb. O veterinární péči, ve znění pozdějších předpisů [65]. V mnohých kulturách je požívání masa vysoce sociální záležitostí, kdy

maso je podáváno přednostně stařešinům, náčelníkům. U některých pasteveckých kmenů se nesmí maso konzumovat společně s mlékem (Masajové). Košer zásady u Židů jsou až pověstné. Je možno říci, že akceptace, nebo odmítání masa jako pokrmu může mít nejrůznější příčiny. Filosofické, náboženské, morální, ekologické, zdravotní.

Další oblastí preferencí a averzí je požívání koření. Většina lidí má v dětství odpor proti dráždivějším pokrmům. V průběhu života se tento vztah může změnit až například v závislost (koření chilli). Tento obrat je způsoben vlivem kultury, do které se člověk postupně začleňuje.

Většina preferencí a averzí je naučenou reakcí na určitou potravinu a může mít nejrůznější příčiny. Například vlivy náboženské, etnické, regionální, etické, rodinné, různá tabu a další. Preference a averze jsou považovány za důležité složky socializace člověka a nemají vztah pouze k potravinám. Jsou nedílnou součástí potravního chování člověka a mají vazby i na ostatní oblasti lidských činností [6-8,11-13,16].

2.2.1.4 ZMĚNY POTRAVNÍHO CHOVÁNÍ

Preference a averze, chuťové zvyklosti a stravovací návyky se v dospělém věku mění obtížně. Změna způsobu výživy znamená v mnoha případech zásah do zaběhnutých stravovacích zvyků a jejich překonání probíhá na několika úrovních, které spolu souvisejí [6-8,11-13,16].

Poznávací a rozumová úroveň. Člověk by měl umět zhodnotit, zda jeho stravovací návyky jsou v souladu s jeho potřebami a zda pro něj neznamenaají budoucí riziko. Měl by také umět přijmout odpovídající změny ve svém životním stylu. Například větší pohybovou aktivitu, omezení konzumace alkoholických nápojů, omezení sladkostí. Do tohoto racionálního procesu ovšem zasahuje další faktor [6-8,11-13,16].

Emoční úroveň. Na této úrovni se člověk často dostává do rozporu s racionální složkou. Když se člověk rozhodne změnit svůj nutriční režim, může si změnou zvyklostí navodit deprese, špatnou náladu, ospalost. Při neschopnosti radikálně změnit pevné návyky dochází k sebeobviňování, k nespokojenosti sám se sebou. Na druhé straně každý i dílčí úspěch žádoucím směrem, vyvolává pozitivní emoce. Velký vliv má i reakce okolí (přátel, rodiny) [6-8,11-13,16].

Úroveň vědomého řízení. Člověk musí začít vykonávat řadu nových činností. Například změnit způsob přípravy stravy, upravit denní rytmus příjmu potravy a další. V cestě změny stravovacích zvyklostí ovšem stojí mnoho překážek. Konzervatismus, dostupnost nového zdroje potravin (ekonomické, funkční), osobnostní faktory (stereotypy, pohodlnost), nevhodný denní režim (změny životního rytmu), nedostatek pohybu (fixace na televizi, četba a další energeticky málo náročné činnosti mnohdy spojené z konzumací pochutin), zdravotní překážky, ignorance, neznalost, podceňování rizika. Jednou z největších překážek ale zůstává chuť na jídlo [6-8,11-13,16].

Faktory směřující ke změnám stravovacích návyků. Ke změně stravovacích návyků může dojít na základě dostatečně motivujícího impulsu (například nemoc, citový vztah, existenční motivace). Podle některých autorů by měly být současně splněny podmínky vzdělání, systém na úrovni osobnosti dodávající motivační energii, kulturní systém dodávající hodnotovou orientaci a sociální systém vytvářející vhodnou situaci pro vytvoření změny.

To vše vytváří osobnost konzumenta a je ovlivněno výchovou, zkušenostmi, schopností přizpůsobit se okolnostem, temperamentem.

Postoje k jídlu jsou od malička formovány komplexem vnějších a vnitřních faktorů. Jsou tak důležitou charakteristikou osobnosti s celou škálou postojů, z nichž některé mohou hraničit s normalitou, nebo jsou i patologickým rysem. Osobnost konzumenta je možno klasifikovat například podle typu preferencí, podle vztahu k jídlu, podle počtu denních jídel, podle kvantity zkonsumovaného jídla v určitém časovém úseku a dalších [6-8,11-13,16].

2.3 SOCIALIZACE ČLOVĚKA JAKO KONZUMENTA

Právě narozený malý člověk, který se nachází na počátku ontogenese, je sice fyziologicky vybaven k přežití. K tomu, aby se stal členem lidské společnosti, musí projít procesem socializace. Celý proces socializace je poměrně složitý a správné načasování působení některých faktorů je nezbytné pro další celkový rozvoj. O klíčových momentech bylo již pojednáno v příslušných kapitolách. V dalším textu bude proto uvedeno stručné shrnutí nejdůležitějších faktorů socializace [65].

2.3.1.1 FAKTORY SOCIALIZACE

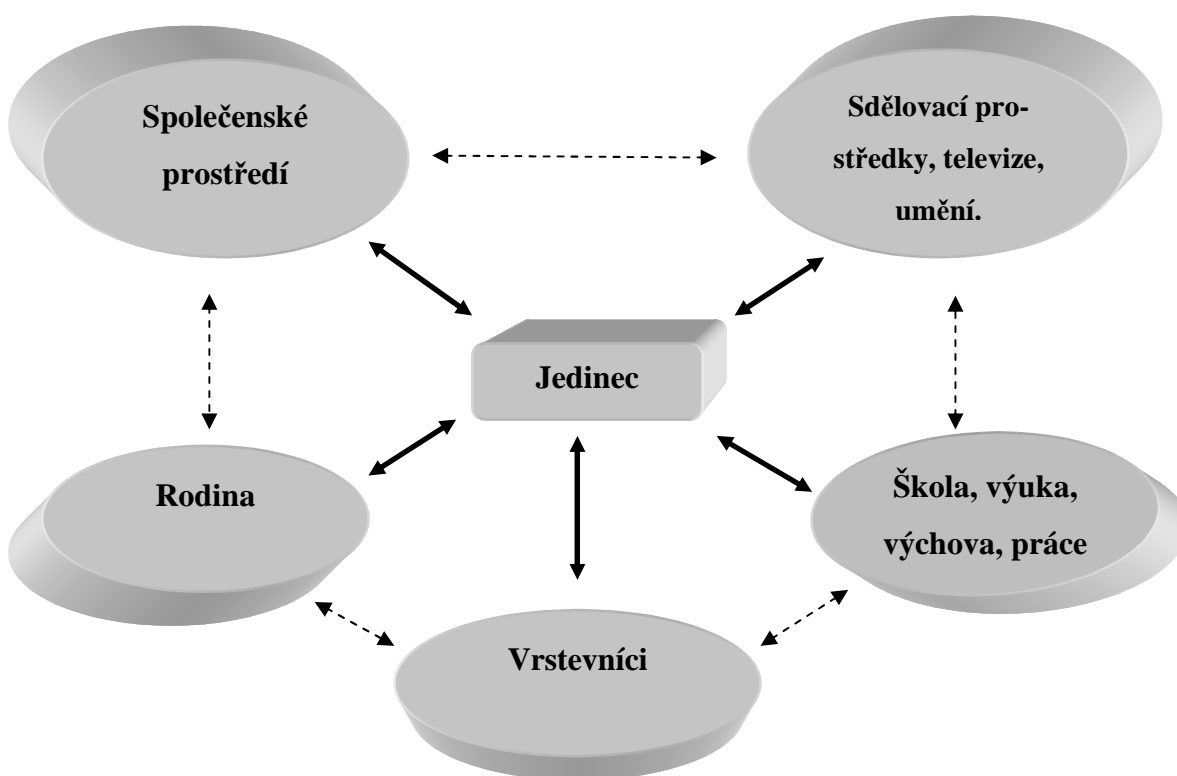


Schéma č. 1, Faktory socializace [39].

Jak je uvedeno ve schématu č. 1, všechny socializační faktory na sebe působí navzájem. Jejich působení ovšem nemá shodnou intenzitu a nejedná se o pouhé působení na člověka. Již pouhá existence jedince vyvolává v čase a prostoru dílčí změny ve svém okolí. Jedná se tedy o neustále probíhající proces změn a vzájemných interakcí [6,7,15,23,27,39].

2.3.1.2 RODINA

Úloha rodiny je v procesu socializace člověka snad nejdůležitější. Ať už se jedná o primární rodinu, do které se člověk rodí, nebo prokreační rodinu, kterou si vytváří. Rodina je z biologických, etických, materiálních, sociálních a dalších hledisek společenským útvarrem, ze kterého člověk vychází a kam se také vrací a jsou tak neoddělitelným celkem. Zde je na místě zmínit se o roli ženy-matky. Matka v životě člověka sehrává jednu z nejdůležitějších rolí. Je nositelkou života. Je základním členem rodiny. Je i centrální postavou ve všech fázích výživy od volby a tvorby jídel, až po jejich podávání. Většinou právě žena je nositelkou tradice. Je také první učitelkou dítěte [6,7,15,23,27,39].

2.3.1.3 SPOLEČENSKÉ PROSTŘEDÍ

Společenské prostředí jako substrát zahrnuje v postatě všechny faktory, které v něm existují a společně toto prostředí vytvářejí. Jedinec (konzument) je součástí tohoto prostředí. Prochází napříč sociokulturními vrstvami a reaguje na ně. Osobnostní změny konzumenta ovšem neprobíhají úměrně. Určitá část vlivů prostředí, takzvaná materiální část (přírodovědné a technické objevy) vyvolává rychlejší adaptační změny než nemateriální část struktury (společenské hodnoty a normy). Důsledek této diference se projevuje v příliš pomalém posunu sociokulturních vzorců konzumenta a k jeho následným chybným postojům. Například současný člověk ve většině vyspělých zemí se všemi vymoženostmi techniky se stravuje stejně, jako by těžce pracoval v preindustriálním prostředí. Za tuto setrvačnost platí například obezitou, civilizačními chorobami a dalšími dopady [6,7,15,23,27,39,58].

2.3.1.4 ŠKOLA

Škola na všech úrovních znamená pro člověka vždy zlomový moment. Člověk mění své zvyklosti, časový režim, přichází do jiného kolektivu, je nucen respektovat odlišné sociální normy a další. Má ale i možnost rozšířit své vědomosti, korigovat své názory a do určité míry i svou osobnost. Snad nejdůležitější pro další vývoj člověka je takzvaná předškolní výchova. V zařízeních předškolní výchovy si malý člověk upevňuje a koriguje mnohé prvky osobnosti přenesené z rodinného prostředí. Týká se to i nutričního chování a stravovacích návyků. V mnoha případech se teprve v předškolním zařízení setkává s konzumací stravy ve společnosti jiných dětí. A tato skutečnost může mít kladný i záporný vliv na vytváření jeho osobnosti [6-8,15,23,27,39,40].

2.3.1.5 VRSTEVNÍCI

Vrstevníci, lidé, kteří se věkem přibližují jedinci, mají na jeho chování poměrně velký vliv. Pozitivní i negativní. V době, kdy si dítě začne uvědomovat svou identitu, asi ve třech letech, začíná porovnávat své chování s chováním okolí. To se týká i dětí podobného věku. Postupem doby, jak se malý člověk zapojuje do sociální komunikace, získávají vrstevníci stále důležitější roli a vliv. Ať se již týká nápodoby chování, glorifikace vzorů a další. Nastupuje zde nový prvek sociálních vztahů a sociální sounáležitosti, kamarádství a přátelství. Tyto vztahy mohou mít, záleží na emotivním náboji, větší vliv na jedince, než působení rodiny nebo společenských norem. Zvláště v markantní je tento vliv v období prepubertálním a v období puberty (školní lásky, parta, hrdinové). Tyto faktory mohou mít i rozhodující vliv na potravní chování konzumenta a jeho odpovídající kulturně sociální vzorec [6-8,15,23,27,39,40].

2.3.1.6 SDĚLOVACÍ PROSTŘEDKY

O vlivu a působení sdělovacích prostředků, masových médií a dalších komunikačních kanálů lidské společnosti na člověka bylo již napsáno mnoho. Bude zde tedy pojednáno pouze o některých aspektech působení informací a to ještě v obecné rovině. Skutečnost, že média technologicky předběhla společnost, která nedokáže zajistit jejich relevantní působení je předmětem mnoha diskusí. Dostáváme se ke stejnému paradoxu podobně jako ve vztahu nutričního chování konzumenta a jeho životního stylu. Jedinec je tedy zahlcován množstvím nejrůznějších informací, které nedokáže kvalitně zpracovat [65].

Současná rodina ve většině takzvaně civilizovaných zemí, má jiný charakter než v minulosti a mění své kvality v pozitivních a negativních směrech. Vychovatelé (rodiče) se často svým dětem nevěnují a nemají na ně čas. Sami ani nevědí, čím se jejich děti zabývají a také jim mnohdy nedovedou nabídnout žádnou pozitivní motivaci. Pak těmi nejdostupnějšími a zároveň lákavými se stávají různé technické prostředky, jejichž užívání tvoří hlavní náplň volného času dětí a mládeže. Děti i dospělí sledují ve sdělovacích prostředcích téměř denně násilné činy, které jsou jednak vymyšlené, ale i takové, které jsou uváděny v denním tisku, v televizi atd. a týkají se skutečných událostí. Člověk tak získává řadu zkušeností, které nejsou korigovány nebo konfrontovány s realitou.

Média stále významnějším způsobem ovlivňují podobu společenského, politického i kulturního života současných společností a také ekonomickou úspěšnost řady odvětví. Je tedy

nesporné, že zasahují do života společnosti a je zřejmá jak jejich pozitivní i negativní role. Zcela na místě je třeba se zmínit o jednoznačně pozitivním vlivu masmedií. To je oblast vzdělávání a osvěty. Konzument se může ze sdělovacích prostředků dozvědět mnohé o složení potravin, jejich zdravotním působení a výživové hodnotě. Může tak porovnávat své potravní chování s jinými lidmi. To ovšem může působit i negativně (různé diety, potravní chování s patologickými dopady). O působení reklamy, jako části masových medií, není snad třeba příliš pojednávat. Pokud reklama vhodným způsobem nabízí například potraviny, které jsou pro konzumenta vhodné, lze s tím souhlasit. Pokud ovšem reklama útočí na základní emotivní složky člověka například vystoupením známé osobnosti, která při konzumaci projevuje znaky takového blaha, jež by ve skutečnosti nikdy neměla a propaguje rádo by zdravotně prospěšný produkt, je to určitě na pováženou.

Do oblasti působení masmedií je možno zařadit i umění. Snaha presentovat své názory a emotivní stav je stará skoro jako lidstvo samo. Hudba, malířství, sochařství, beletrie a další. To jsou prostředky realizace člověka v umění [6-8,15,19,22-28,31,39,40].

Do oblasti umění lze zařadit i gastronomii. Konečně část kulturního dědictví mnohých národů to dosvědčuje. Tento názor může vyvolat nesouhlas, ale chuťově, barevně, tvarově vyvážený pokrm snad osloví každého a vyvolá v něm odpovídající pozitivní emoce. Takový pokrm zapůsobí na mnohé stránky konzumentovi osobnosti a je schopen spustit stav vyladění k potravnímu chování [65].

2.3.1.7 JEDINEC

Jedinec jako objekt procesu socializace ve svém mozku člověk neustále vyhodnocuje nej-různější informace a společně s procesy prožívání je přijímá a vkládá do svého vzorce chování, nebo je odmítá. I jako konzument spoluvytváří a mění svůj typ osobnosti. O osobnosti konzumenta již bylo pojednáno v předchozích kapitolách [65].

2.3.1.8 *HIERARCHIE LIDSKÝH POTŘEB*

K faktorům socializace je možné zařadit i pyramidu uspokojování lidských potřeb.



Schéma č. 2, Pyramida lidských potřeb [2,45,59].

K nejvýznamnějším příspěvkům amerického psychologa Abrahama Maslowa patří hierarchie lidských potřeb, kterou obvykle zobrazoval jako pyramidu.

Nejzákladnější potřeby (fyziologické, bezpečí, sounáležitost a úctu) Maslow označuje jako potřeby nedostatkové (potřeby deficiencie), pátou kategorii (seberealizace) pak jako potřeby růstové. Obecně platí, že níže položené potřeby jsou významnější a jejich alespoň částečné uspokojení je podmínkou pro vznik méně naléhavých a vývojově vyšších potřeb. Na nejvyšší stupeň Maslow umístil potřebu seberealizace, jíž označuje lidskou snahu naplnit své schopnosti a záměry.

Toto rozdělení lidských potřeb je ovšem třeba vnímat jako obecnější schéma, které nemusí platit doslovně. Například někteří umělci a vědci se věnovali tvůrčí práci, i když neměli zajištěny základní existenční podmínky, uspokojování potřeb lásky a něhy může být z hlediska žen vnímáno na jiném stupni důležitosti [1-7,19,26].

2.3.1.9 *PORUCHY OSOBNOSTI*

Člověk se v průběhu socializace může za jistých okolností chovat odlišně od očekávání okolní společnosti v důsledku vrozených, nebo získaných poruch osobnosti.

Poruchy osobnosti (dřívějším názvem psychopatie) reprezentují extrémní nebo významné odchylky od způsobů, kterými průměrný člověk v dané kultuře vnímá, myslí, cítí a zvláště realizuje vztahy k druhým. Takové vzorce chování bývají stabilní a zahrnují různé oblasti chování a psychosomatického fungování. Jsou často, i když ne vždycky, sdruženy s různým stupněm subjektivní tísně a narušení sociálního výkonu. Přestože se některé náznaky poruchy osobnosti mohou projevovat už od dětství, kvalifikovaná diagnóza poruchy osobnosti je možná až od osmnácti let. Do té doby se člověk stále vyvíjí. Jádro poruchy osobnosti je dáno geneticky, nicméně je ovlivněno zkušenostmi, sociálním prostředím a výchovou [3-8,22,27,30,45,65].

U lidí postižených poruchami osobnosti bývají pro okolí nejvíce patrné zakořeněné, stereotypní a neměnné způsoby chování a reakce na široký okruh různých situací. Díky tomuto omezenému repertoáru reakcí mívají tyto lidé často problémy vyrovnat se s obtížnými situacemi, nebo na ně (ve snaze to zvládnout) reagují způsobem, který ubližuje jim nebo lidem jejich okolí. Porucha osobnosti tedy ovlivňuje veškeré oblasti života daného člověka a jeho chování, také často výrazně ovlivňuje životy lidí okolo něj.

Vlastnosti, které okolí hodnotí jako poruchové, jsou součástí osobnosti daného člověka. On je obvykle vnímá jako normální, jemu vlastní a to i přesto, že vedou ke konfliktům s ostatními. Stává se tedy, že lidé s poruchou osobnosti nevidí problém u sebe, ale u ostatních [2-8,22,27,30,45].

Pro potřeby této práce se omezím na stručný výčet, bez uvedení další symptomatiky a podrobnějších diagnostických kritérií [65].

Podle Mezinárodní klasifikace nemocí MKN-10, jsou jednotlivé poruchy osobnosti rozděleny do několika skupin [45,48].

Poruchy vědomí. Poruchy myšlení, poruchy vnímání, poruchy emotivity, poruchy jednání, poruchy paměti, poruchy intelektu, poruchy pudů

Organické duševní poruchy (F00-F09)

Duševní poruchy a poruchy chování vyvolané účinkem psychoaktivních látek (F10-F19).

Schizofrenie, schizofrenní poruchy a poruchy s bludy (F20-F29)

Afektivní poruchy (F30-F39).

Neurotické poruchy, poruchy vyvolané stresem a somatoformní poruchy (F40-F48).

Behaviorální syndromy spojené s fyziologickými poruchami a somatickými faktory (F50-F59).

Poruchy osobnosti a chování u dospělých (F60-F69)

Mentální retardace (F70-F79) [30,31,45,48].

Z tohoto výčtu je nutno připomenout, že některé z poruch osobnosti jsou příčinně připisovány přenosným agens. Například Demence u Creutzfeldt–Jakobovy nemoci, která je řazena do kategorie (F02.1), ale zároveň do (A81.0+) Subakutní spongiformní encefalopatie. To se již týká přímo bezpečnosti potravin.[65].

3 ZÁVĚR TEORETICKÉ ČÁSTI

Jídlo, jak již bylo pojednáno, nesplňuje člověku pouhou potravní funkci. Jídlo je i důležitým komunikačním prvkem. Jídlo je prestižním produktem a může sloužit jako podívaná, jako výraz určitého postavení a nezávislosti. Jídlo slouží jako výraz sociálně kulturní identifikace k určité skupině a její spojující prvek (kasty, třídy). Jídlo poskytuje svou chutí, vůní, vzhledem, příjemné pocity (dá se říci někdy až slast). Jídlo je i lékem (diety, úpravy stravovacího režimu). Jídlo splňuje i určitou magickou funkci (fetiš ke, kterému se člověk utíká ve stresu, afrodiziakální účinek), rituály spojené s přípravou a konzumací některých jídel. Typické rituály pohostinnosti, které jsou mnohdy specifickým projevem příslušné kulturní skupiny. Například, nedotknutelnost hosta, který přijal jídlo (arabové, kočovné národy). Skladba jídla a techniky jeho přípravy jsou v mnoha případech významovým systémem sociálních vztahů a norem (etika stolování, příprava steaků, zásady některých kuchyní). Významná je i prestižní role některých jídel, která vykazuje jistou proměnlivost v závislosti na preferencích společnosti. Například pečivo z bílé mouky donedávna patřilo k jídlům ekonomicky silnějších vrstev a dnes je naopak mnohde preferováno celozrnné pečivo. Jako další příklad je možno uvést prestižní místo rafinované cukru. To vše a mnohé další může být součástí sociokulturního vzorce konzumenta [6-8,19,21,65].

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 METODIKA PRÁCE

V praktické části bude proveden experiment zaměřený na zjištění preferencí vybraných laických posuzovatelů u vzorků klasického a méně tradičního díla. V další části bude proveden dotazníkový průzkum u náhodného vzorku obyvatel České republiky za účelem zjištění četností posunu současných preferencí oblíbeného jídla v porovnání s dětstvím a preferencemi jejich rodičů.

4.1.1 CÍLE EXPERIMENTU KOREKCE STRAVOVACÍHO VZORCE VYBRANÉ SKUPINY KONZUMENTŮ A JEHO PROVEDENÍ

V teoretické části práce bylo pojednáno o některých psychosociálních aspektech vlivů působících na nutriční chování konzumenta. Experiment byl vybrán jako praktická ukázka tohoto působení v podmínkách jedné z metod sensorické analýzy. Do vlastní realizace byla zapojena skupina konzumentů, u kterých byl předpoklad, že jako posuzovatelé nemají větší kvalifikovanou zkušenost s metodami sensorické analýzy, ale zároveň jsou schopni k provedení testování přistupovat zodpovědně.

Byla přijata hypotéza. „Do experimentu zapojené osoby se budou v průběhu prvního testu chovat váhavě a opatrně. V druhém testu se na základě získané zkušenosti, budou chovat s určitou rutinou a jistotou“. Vnější projev chování by měl být výraznější, protože se bude jednat o konzumaci jídel ze surovin pro posuzovatele neznámé.

V průběhu experimentu, který byl rozdělen do dvou fází, byly sledovány reakce a vnější projev posuzovatelů při testování. V obou testech byly posuzovatelům podány dva vzorky jídel. Z tradičních surovin, na které jsou zvyklí a ze surovin v jídelníčku běžného konzumenta méně obvyklých.

Protože informace o skutečném cíli experimentu by mohla jednání a chování posuzovatelů ovlivňovat a jejich zdraví, nebo životy nebyly nijak ohroženy, nebyl jim tento sledovaný hypotetický záměr předem sdělen. Posuzovatelé byli seznámeni s podmínkami zapojení do jedné z analytických metod a upozorněni, že jejich zážitky nemusí být příjemné [1,35,37,42].

Všechny, v obou částech experimentu zapojené osoby, byly před vlastním testováním dotázány, zda nemají stravovací omezení a zda se cítí být zdravotně v pořádku. K vlastnímu testování přistupovali dobrovolně na základě vlastního rozhodnutí.

4.1.2 METODIKA DOTAZNÍKU A PROVEDENÝ PRŮZKUM

Dotazníkový průzkum ve svém záměru sledoval tři hlediska. Prvním cílem dotazníku bylo zjistit shodu mezi jídly preferovanými rodiči a jídly oblíbenými jejich dětmi. Mohl by se tak projevit vliv primární rodiny na potravní chování dětí. **Hypotéza číslo 1. “Pokud je vliv primární rodiny silnější, než ostatní vnější faktory a vytváří silnou fixaci potravního vzorce konzumenta, měla by se ve většině případů oblíbená jídla rodičů shodovat s oblíbenými jídly dětí.**

Druhým cílem dotazníkového šetření bylo zjistit shodu mezi oblíbenými jídly respondentů v dětství a v současné době. **Hypotéza číslo 2. „Pokud si v dětství konzument oblíbí nějaké jídlo, pak by měl ve svém stravovacím vzorci preferenci tohoto pokrmu přenášet do dospělosti.**

Třetím a vedlejším cílem dotazníkového průzkumu bylo alespoň z části zmapovat oblíbená jídla respondentů a jejich rodičů.

Sestavení dotazníku bylo vedeno tak aby podalo informaci o velikosti rozdílu mezi jídlem nejčastěji konzumovaným v současné době, jídlem preferovaným v dětství a mezi oblíbeným jídlem rodičů, u náhodného vzorku obyvatel České republiky (dále jen obyvatel). Dotazník byl rozdělen do třech částí. V první části v otázkách 1 až 7 byly uvedeny otázky mající poskytnout informace o oblíbených jídlech rodičů, o oblíbeném jídle v dětství, o jídle oblíbeném a neoblíbeném v současné době. Ve druhé části pod čísly 7 až 12 byly uvedeny otázky týkající se některých stravovacích zvyklostí. Délka konzumace hlavního denního jídla, volba hlavního jídla ve výběru mezi klasickými jídly, jídly rychlého občerstvení, nebo náhodného výběru. Volba nejčastěji konzumovaných jídel podle hlavní charakteristiky (moučná, zeleninová, masitá jídla). Motivace volby nejčastěji konzumovaných jídel (podle chuti, doporučení lékaře, doporučení kuchaře, doporučení reklamy, ceny). Ve třetí části byly pod čísly 13 až 16 uvedeny identifikační otázky podávající informace o pohlaví, věku, velikosti místa narození a současného pobytu podle četnosti obyvatel [35].

4.2 TEST Č. 1 POROVNÁNÍ CHUŤOVÝCH PREFERENCÍ PŘI DEGUSTACI SMAŽENEK ZE SEITANU A SMAŽENEK Z VEPŘOVÉHO MASA

Cílem testování bylo předložit laickým posuzovatelům dva zdánlivě podobné vzorky jídla a zjistit, kterému z nich dají přednost jako chutnějšímu.

Bylo vybráno celkem neškolených 13 posuzovatelů. Z toho 9 žen a 4 muži. Jednalo se o osoby s úplným středním, nebo vysokoškolským vzděláním, profesně zaměřené na pedagogiku, psychologii, nebo stravování. Testování probíhalo dne 9.1.2010 v době od 8 do 10 hodin dopoledne v prostředí, na které jsou posuzovatelé zvyklí. Neměly by se tak výrazněji projevit případné rušivé vlivy. V průběhu testování byli posuzovatelé odděleni od sebe, aby se nemohli navzájem ovlivňovat.

Posuzovatelé byli den předem vyzváni, aby nejméně jednu hodinu před provedením testu nekonzumovali chuťově výrazné pokrmy a pokud možno nekouřili. S ohledem na nekvalifikovanost posuzovatelů v oblasti sensorické analýzy a dostupné možnosti, byla zvolena metoda párového testu a hedonického posouzení preferencí.

Posuzovatelům byl bezprostředně před započatím testování vysvětlen smysl a účel testu. Při ochutnávání předložených vzorků měli vnímat svými smysly tvar, barvu, vůni, konzistenci a chuť. Byli upozorněni na sledování jednotlivých znaků vzorku a zvláště věnovat pozornost vývinu chutí při žvýkání. Byla vysvětlena funkce a účel neutralizátoru (pitné vody), pro regeneraci chuťových receptorů. Byli upozorněni, že v případě negativně vyhodnocených vjemů, nebo zdravotních potíží, mohou testování přerušit. Výsledný subjektivně vyhodnocený dojem si měli zapamatovat a na základě srovnání obou uložených pářů měřových stop, stanovit, který ze vzorků je chutnější, nebo přijatelnější.

Dále byli seznámeni s postupem průběhu testování. Viz protokol o provedeném testování, příloha PI. **Posuzovatelům předem nebyl sdělen původ surovin použitých na přípravu vzorků.**

Vzorek číslo jedna byl připraven z izolované a tepelně upravené pšeničné bílkoviny (dále jen Seitan) a vzorek číslo dvě z libové vepřové plece. Oba vzorky byly zpracovány jako mělněný masný výrobek tepelně opračovaný smažením v rostlinném oleji. U obou vzorků byly použity stejné přísady a vzorky byly přibližně stejně ochuceny.

V průběhu vlastního testování byly posuzovatelům předloženy oba vzorky najednou v samostatných nádobách, naporcované na jednotlivá sousta o velikosti cca 20x30 mm. Jako neutralizátor chuti byla podána pitná, nesyčená balená voda bez příchuti. Posuzovatelům, byl v průběhu testování poskytnut dostatek času na posouzení jednotlivých vzorků a sledování vývinu chuti. Mohli tak při ochutnání posoudit vzhled, texturu, vůni, chuť a konzistenci postupně u obou vzorků. Vedoucím testu bylo kontrolováno, zda posuzovatelé dodržují čas nutný k adaptaci chuťových receptorů a zda používají neutralizátor.

Protože oba vzorky byly připraveny předem a uchovány chlazené, byly před vlastním provedením testu temperovány na teplotu místnosti. Kvalifikovaný sensorický profil vzorků s ohledem na podmínky přípravy a vlastní testování nebyl předem stanoven.

Úkol zněl. Ochutnat nejprve prvý vzorek. Počkat nejméně 30 sekund, vypláchnout si ústa a ochutnat druhý vzorek. Opět si vypláchnout ústa. Po ustálení a regeneraci chuťových receptorů se vrátit k prvému vzorku podle pokynů v protokolu o provedeném testu. Po vlastním posouzení do protokolu vyznačit svoji volbu, který ze vzorků je chutnější a jakým dojmem na ně oba vzorky zapůsobily.

Po ukončení testování byla provedena diskuze, ve které se posuzovatelé dozvěděli informace o použitých surovinách a použité technologii zpracování. Výsledky testu byly zpracovány statistickým programem SASD, ENGRAFES. Všechna statistická hodnocení byla provedena na hladině významnosti 5%. Graficky zpracována v programu MS Excel [36-38].

4.2.1 TECHNOLOGIE PŘÍPRAVY VZORKŮ PRO TEST ČÍSLO JEDNA

4.2.1.1 POSTUP PŘÍPRAVY OCHUCENÉHO SEITANU Z PŠENIČNÉHO LEPKU

Seitanem se v makrobiotické a vegetariánské literatuře nazývá izolovaný a vypraný pšeničný lepek. Seitanem je možné do určité míry nahradit bílkoviny živočišného původu (maso). Nejedná se ovšem o plnohodnotnou náhradu. Pokud bychom Seitan posuzovali pouze z hlediska obsahu bílkovin, nalezneme nedostatečný obsah některých esenciálních aminokyselin. Lze hovořit i o dalších z nutričního hlediska cenných látkách. Důležitá je i využitelnost izolovaných bílkovin rostlinného původu v lidském organismu. Seitan lze upravovat stejně jako maso, jen doba úpravy je kratší. Seitan je možné vyrobit doma, nebo zakoupit v obchodech se zdravou výživou. Nabízený sortiment: Seitan natural, Seitan speciál, Seitanové karbanátky, řízky, Seitan se zeleninou [63].

Příklad domácí výroby ochuceného Seitanu.

1 kg hladké mouky se špetkou kuchyňské soli, přilijeme 0,5 l mírně vlažné vody a důkladně vypracujeme v nelepivé, hladké těsto. Zalijeme teplou vodou a necháme 15-45 minut odpočinout. Potom začneme s vypíráním. Hmotu vložíme do mísy se studenou vodou a oběma rukama promýváme tak, aby se hmota stále udržovala v celku. Rukama těsto hněteme, až se začne uvolňovat obilný škrob. Voda zbledne, těsto se zmenší a začne se trhat (je nutné pokud možno hmotu udržet pohromadě). Ve vypírání pokračujeme, dokud se voda zakaluje. Nakonec zbude asi třetina hmoty z původního množství těsta podobná gumě - což je mokrý lepek. Obrázek č. 1.1, 1.2. Pokračujeme tak, že do hrnce dáme vodu. Přidáme ochucující přísady. Například nakrájenou kořenovou zeleninu, mořskou řasu a sójovou omáčku, koření například libeček, bobkový list, česnek, sojovou omáčku, wurzl, bazalku. Můžeme obarvit šťávou z červené řepy. Přivedeme vodu do varu a vhazujeme plátky vytvarované (nakrájené) z mokrého lepku. Vaříme asi půl hodiny (podle hmotnosti plátků). Seitan vyjmeme z hrnce a dále zpracováváme. Tento polotovar můžeme sterilovat, čímž ušetříme čas a nemusíme Seitan připravovat vždy čerstvý. Dále se upravuje jako maso [63].
Příloha P III. Příklad přípravy jídla ze Seitanu.

4.2.1.2 PŘÍPRAVA VZORKU ČÍSLO JEDNA, SMAŽENKY ZE SEITANU

Není vhodné pro konzumaci při Celiakii a intoleranci na pšeničný lepek.

Objemy a hmotnosti použitých surovin jsou uváděny v přibližných hodnotách a množstvích. Příprava vzorku byla prováděna v domácích podmínkách.

Těsto pro vyprání mokrého lepku (Seitanu):

- 1 kg pšeničné mouky (Pšeničná mouka hladká, světlá, obchodní balení 1kg, výrobce Unimills a.s., Ke Klíčovu 56/1, Praha 9, Česká republika, provozovna mlýn Mladá Boleslav, asi 10,7 % bílkovin, 72,7 % sacharidů, 1,2 % tuků).
- Špetka kuchyňské soli.
- Přibližně 500 ml pitné asi 22 °C teplé.
- Pitná voda na vypírání mokrého lepku.

Nálev pro uvaření a ochucení Seitanu:

- Přibližně 2000 ml pitné vody.
- Přibližně 12 ml (dvě kávové lžičky) sojové omáčky (SOYA SAUCE ABC, obchodní balení 140 ml, dovozce firma, H. J. Heinz CZ/SR a.s., Složení: voda, sojové boby 21%, jedlá sůl 16%, pšenice, cukr, konzervant benzoan sodný).
- Přibližně 22 g (jedna vrchovatá polévková lžice) sušené zeleniny (Vegeta originál, obchodní balení 60 g, výrobce Vitana, a.s., Mělnická 133, Byšice, Česká republika).
- Jeden na drobno nakrájený stroužek česneku.

Příspěvky a suroviny do Seitanové směsi:

- Přibližně 250 g mokrého pšeničného lepku v celku.
- Polovina na drobno nakrájené středně velké kuchyňské cibule.
- Jedno celé slepičí vejce.

- Dvě polévkové lžíce pšeničné hladké mouky (Pšeničná mouka hladká, světlá, obchodní balení 1kg, výrobce Unimills a.s., Ke Klíčovu 56/1, Praha 9, provozovna mlýn Mladá Boleslav, Česká republika).
- Dvě kávové lžičky kukuřičného škrobu (Jemný kukuřičný škrob, obchodní balení 180 g, výrobce Naturamyl a.s., Pohledští Dvořáci, Hamry 1596, Havlíčkův Brod, Česká republika).
- Jedna kávová lžička kořenící směsi Mletá masa (obchodní balení 30 g, výrobce Pěkný – Unimex s.r.o., provozovna Starý důl 53, Zbůch, Česká republika).
- Na špičku nože mletý černý pepř a nové koření.
- Jeden a půl umletého rohlíku (pečivo z pšeničné mouky bez tuku, nebo 3 polévkové lžíce strouhanky).
- Jedlý stolní olej na smažení (Stolní olej, řepkový olej nízko erukový, obchodní balení 1 litr, výrobce Oleofin a.s., Anglická 140/120, Praha 2, Česká republika).

Příprava smaženek ze Seitanu.

Vypraný a izolovaný mokřý lepek o hmotnosti přibližně 250 g necháme na sítu odkapat. Získanou houbovitou hmotu (Obrázek č. 1.1,1.2) nakrájíme na plátky asi 6 mm silné. Naporcované plátky postupně vkládáme do vařící ochucené vody a necháme při mírném varu a občasném míchání vařit přibližně 30 minut. Ovařené plátky opět necháme na sítu odkapat a mírným tlakem odstraníme přebytečnou tekutinu.

Uvařené a okapané plátky pomeleme na masovém mlýnku (velikost ok 4,5 mm) společně s kousky bílého pečiva. Z mletého Seitanu a dalších přísad vytvoříme husté těsto. Již nesoříme (dostatek kuchyňské soli Seitan přijal z nálevu při vaření). Vzniklá směs má ovšem velmi malou vnitřní vaznost a velký obsah vody. Je tedy nutné přidat menší množství kukuřičného škrobu (Maizena). Polévkovou lžící vykrajujeme jednotlivé porce a vytváříme šištičky o průměru asi 25 mm a délce 80 mm. Hned obalujeme v hladné pšeničné mouce. Obalené porce je nutno rychle vložit do rozpáleného oleje aby se vaječný obsah na povrchu šištičky srazil a celou zpevnil. Jednotlivé porce osmažíme při teplotě asi 180 °C do zlatova, na ubrousku necháme odsát přebytečný olej a uložíme v chladnu při teplotě do +5 °C. Obrázek č. 2.1, 2.2, 2.3

4.2.1.3 PŘÍPRAVA VZORKU ČÍSLO DVĚ, SMAŽENKY Z VEPŘOVÉHO MASA

Není vhodné pro konzumaci při Celiakii a intoleranci na pšeničný lepek.

Objemy a hmotnosti použitých surovin jsou uváděny v přibližných hodnotách a množstvích. Příprava vzorku byla prováděna v domácích podmínkách.

Přísady a suroviny do smaženek z vepřového masa:

- Přibližně 250 g odblaněné libové vepřové plece.
- Polovina na drobno nakrájené středně velké kuchyňské cibule.
- Jedno celé slepičí vejce.
- Dvě polévkové lžíce pšeničné hladké mouky (Pšeničná mouka hladká, světlá, obchodní balení 1kg, výrobce Unimills a.s., Ke Klíčovu 56/1, Praha 9, Česká republika, provozovna mlýn Mladá Boleslav).
- Dvě kávové lžičky kukuřičného škrobu (Jemný kukuřičný škrob, obchodní balení 180 g, výrobce Naturamyl a.s., Pohledští Dvořáci, Hamry 1596, Havlíčkův Brod, Česká republika).
- Jedna kávová lžička kořenící směsi Mletá masa (obchodní balení 30 g, výrobce Pěkný – Unimex s.r.o., provozovna Starý důl 53, Zbůch, Česká republika).
- Na špičku nože, mletý černý pepř a nové koření.
- Jeden a půl umletého rohlíku (pečivo z pšeničné mouky bez tuku, nebo 3 polévkové lžíce strouhanky).
- Jedlá kuchyňská sůl na dochucení.
- Jedlý stolní olej na smažení (Stolní olej, řepkový olej nízko erukový, obchodní balení 1 litr, výrobce Oleofin a.s., Anglická 140/120, Praha 2, Česká republika).

Příprava smaženek z vepřového masa.

Na proužky nakrájenou vepřovou plec pomeleme na masovém mlýnku (velikost ok 4,5 mm) společně s kousky bílého pečiva. Z mletého masa a dalších přísad vytvoříme husté

těsto. Podle chuti dosolíme. Vzniklá směs je dobře vazná i bez přídavku kukuřičného škrobu. Polévkovou lžící vykrajujeme jednotlivé porce a vytváříme šištičky o průměru asi 25 mm a délce 80 mm. Hned obalujeme v hladné pšeničné mouce. Jednotlivé porce osmažíme při teplotě asi 180 °C do zlatova, na ubrousku necháme odsát přebytečný tuk a olej. Uložíme v chladnu při teplotě do +5 °C. Obrázek č. 3.1, 3.2

4.2.2 VYHODNOCENÍ TESTU ČÍSLO JEDNA

Do testování bylo zapojeno celkem 13 laických posuzovatelů, 9 žen a 4 muži.

Hodnocení preferencí.

Z celkového počtu třinácti posuzovatelů označily jako lepší první vzorek. Celkem čtyři ženy a jeden muž, 38,46% z celku. Druhý vzorek jako lepší označily čtyři ženy a tři muži, 53,84% z celku. Z pohledu jedné ženy byly oba vzorky stejně dobré, 7,7% z celku. Statisticky významná data nebyla zjištěna. Graf č. 1.1

Na otázku „Který vzorek je lepší?“, rozdělení podle pohlaví. Shodně daly přednost prvnímu vzorku čtyři ženy, 30,77% z celku a druhému vzorku také čtyři ženy, 30,77% z celku, jedna žena, 7,7% z celku hodnotila oba vzorky jako stejně dobré. V kategorii mužů jako chutnější označil první vzorek jeden posuzovatel, 7,7% z celku, druhému vzorku dali přednost tři muži, 23% z celku. Statisticky významná data nebyla zjištěna.

Při hodnocení chutnosti vzorků označilo. První vzorek jako velmi dobrý šest žen, 46,15% z celku a dva muži, 15,38% z celku. První vzorek jako dobrý tři ženy, 23% z celku a dva muži, 15,38% z celku. Jako méně dobrý a horší neoznačil první vzorek nikdo. Statisticky významná data nebyla zjištěna. Graf č. 1.2

Při hodnocení chutnosti vzorků, neoznačil druhý vzorek jako velmi dobrý nikdo. Druhý vzorek jako dobrý označilo šest žen, 46,15% z celku a dva muži, 15,38% z celku. Druhý vzorek jako méně dobrý označila jedna žena, 7,7% z celku. Druhý vzorek jako přijatelný označily tři ženy, 23% z celku a jeden muž, 7,7% z celku. Druhý vzorek jako méně přijatelný označil jeden muž, 7,7% z celku. Jako nepřijatelný neoznačil druhý vzorek nikdo. Statisticky významná data nebyla zjištěna. Graf č. 1.3

Vnější projev posuzovatelů v průběhu testu

Většina posuzovatelů přistupovala k testování se zjevnou opatrností. Pozorně sledovali pokyny vedoucího, při poučení udržovali oční kontakt, někteří žádali o zopakování postupu. Vzorky vkládali do úst pomalu a váhavě. Při žvýkání a vývinu chuti byla jejich mimika poměrně živá se znatelnými projevy emocí. Vykulení očí, pozvednutí obočí, zamračení se. V průběhu testování se posuzovatelé dotazovali, zda si již mohou vypláchnout ústa, zda již mohou konzumovat druhý vzorek. Měli zjevnou obavu z nesprávného dodržení stanoveného postupu a odměřování času pro neutralizaci chuťových pohárků. Při vyplňování protokolu měli mnozí poměrně velké potíže při rozhodování. Váhali, v paměti se vraceli k jednotlivým prožitkům. Posuzovatelka číslo 3 a posuzovatelé číslo 2 a 6 vzorky vkládali do úst mnohem rutinněji, pracovali samostatně. K úkolu přistupovali bez většího znatelného úsilí a s větší pozorností sledovali vývin chutí při žvýkání. Projevovali větší zkušenost s podobnou situací. Tato zkušenost se projevila i v hodnocení kvality vzorků v protokolech.

Diskuse po ukončení testování

V závěrečné diskusi byli posuzovatelé seznámeni s postupem výroby obou vzorků a použitými surovinami. Ke vzorkům vyrobeným z vepřové plece neměl nikdo podstatnou připomínku. I když byl vzorek číslo dvě v průměru hodnocen pouze jako chuťově dobrý, v celkovém hodnocení obdržel více preferencí jako vzorek chutnější. Ti z posuzovatelů, kteří tento vzorek označili jako lepší a chutnější, preferovali tradiční chuť a vůni, odpovídající hutnost při žvýkání a příjemný vývin chuti. Bylo znatelné, že chuť vepřového masa znají, je pro ně méně zajímavá a při degustaci mohli srovnávat se svou chuťovou stopou uloženou v paměti.

Při seznámení se s původem suroviny použité při výrobě prvního vzorku Seitanu (rostlinné bílkoviny), byli posuzovatelé překvapeni a mnozí doslova šokováni. Bez osobní zkušenosti by pravděpodobně neuvěřili, že jídlo z rostlinné bílkoviny může mít velmi dobrou chuť a vyvolávat příznivý celkový dojem při konzumaci. Někteří a to ženy i muži neradi přiznávali, jak ošidný může být úsudek na základě vyhodnocení vjemů vlastních smyslů. Dvě ženy a jeden muž dokonce dali najevo, že pokud by předem znali druh použité suroviny, jejich preference by byly mnohem méně kladné, nebo testování odmítli. Tito posuzovatelé preferovali jako chutnější právě vzorek číslo jedna. U vzorku číslo jedna posuzovatelé pre-

ferovali jeho jemnost a křehkost při skusu, výraznější aroma i chuť. Ti, kteří podali méně kladné hodnocení, ve vzorku postrádali naopak větší hutnost a kompaktnost. Posuzovatelce číslo 4 vadilo použité koření. Posuzovatelka číslo 3 v diskusi přiznala, že s metodami sensorické analýzy se již setkala při profesní přípravě a se Seitanem jako potravinou již zkušenost má. Ale ani ona nebyla samostatně schopna původ surovin vzorku identifikovat. Posuzovatel číslo 6 (profesí kuchař), který oběma vzorkům dal méně kladné hodnocení a druhý vzorek (vepřové maso) označil, jako pouze přijatelný přiznal, že preferuje více kořeněná a solená jídla. Oba vzorky mu připadaly chuťově málo výrazné, ale i on více preferoval vzorek ze Seitanu.

Všichni posuzovatelé projevíli zájem o Seitan jako možnou alternativní surovinu při kuchyňském využití a možnost zpestření stravy. Zajímali se o technologii přípravy, dostupnost Seitanu v obchodní síti, variabilitu kulinárních úprav. V neposlední řadě pro ně byla významná i ekonomická výhodnost. Za negativní považovali velkou pracnost při separování rostlinné bílkoviny. Právě menší dostupnost Seitanu v tržní síti je pravděpodobně příčinou jeho malého rozšíření.

4.2.3 ZÁVĚR TESTU ČÍSLO JEDNA

I když sumární výsledky s ohledem na menší počet posuzovatelů a jejich kvalifikaci v oblasti sensorické analýzy nedávají jednoznačně významná statistická data, je možno se přiklonit k názoru, že hedonický vjem při konzumaci stravy, může mít výrazný vliv na potravní chování konzumenta, jeho zkušenost a korekci jeho stravovacích návyků. Příjemný smyslový vjem může mít dokonce větší vliv, než například obava z důsledků konzumace, nebo etické bariéry. Zda seznámení se Seitanem jako netradiční potravinou mělo prokazatelně vliv na korekci stravovacího vzorce posuzovatelů, se prokáže v druhé části experimentu. V každém případě se v paměťové stopě potravního vzorce posuzovatelů, provedení testu a získané zkušenosti uložily. Cenná pro ně byla i zkušenost se zapojením do testování.

4.3 TEST Č. 2 POROVNÁNÍ CHUŤOVÝCH PREFERENCÍ PŘI DEGUSTACI RAŽNIČI Z KUŘECÍHO MASA SE SÝREM A RAŽNIČI Z ROBI ŘÍZKŮ SE SÝREM

Cílem testu bylo předložit laickým posuzovatelům dva zdánlivě podobné vzorky jídla a zjistit, kterému z nich dají přednost jako chutnějším.

Bylo zapojeno celkem 10 neškolených posuzovatelů zúčastněných již v testování vzorku se Seitanem. Z toho 6 žen a 4 muži. Jednalo se o osoby s úplným středním, nebo vysokoškolským vzděláním, profesně zaměřené na pedagogiku, psychologii, nebo stravování. Testování probíhalo dne 13.3.2010 v době od 8 do 10 hodin dopoledne v prostředí, na které jsou posuzovatelé zvyklí. Den předem byli posuzovatelé vyzváni, aby nejméně jednu hodinu před provedením testu nekonzumovali chuťově výrazné pokrmy a pokud možno nekouřili. S ohledem na nekvalifikovanost posuzovatelů v oblasti sensorické analýzy a dostupné možnosti, byla zvolena metoda párového testu a hedonického posouzení preferencí. Podobně jako při testování v první části experimentu.

V průběhu testování byli posuzovatelé odděleni od sebe, aby se nemohli navzájem ovlivňovat. Posuzovatelům byl vysvětlen smysl a účel testu. Při ochutnávání předložených vzorků měli vnímat svými smysly tvar, barvu, vůni, konzistenci a chuť. Výsledný dojem si měli zapamatovat a na základě vyhodnocení obou paměťových stop a srovnání obou dojmů, stanovit, který ze vzorků je chutnější, nebo přijatelnější. Kterým vjemům mají posuzovatelé věnovat pozornost, již nebylo záměrně připomenuto. Dále byli seznámeni s postupem v průběhu testování. Viz protokol o provedeném testování, příloha PIV. **Posuzovatelům předem nebyl sdělen původ surovin použitých na přípravu vzorků.**

Vzorek číslo jedna byl připraven z kuřecích stehenních řízků a vzorek číslo dva z komerčního produktu „ROBI řízky“. Oba vzorky byly upraveny jako ražniči prokládané sýrem a obalované v těstíčku. Tepelně opracované smažením v rostlinném oleji. U obou vzorků byly použity stejné přísady a oba vzorky byly při přípravě přibližně stejně ochuceny.

V průběhu vlastního testování byly předloženy oba vzorky najednou, v samostatných nádobách, naporcované podélným řezem na dvě přibližně stejné části. Jako neutralizátor chuti byla podána pitná, nesyčená balená voda bez příchuti. Posuzovatelům byl poskytnut dosta-

tek času na posouzení jednotlivých vzorků a sledování vývinu chuti. Mohli tak při ochutnání posoudit vzhled, texturu, vůni, chuť a konzistenci postupně u obou vzorků. Po celou dobu testování přítomný vedoucí testu kontroloval dodržování pořadí konzumace stanoveného vzorku, zda posuzovatelé dodržují čas nutný k adaptaci chuťových receptorů a zda používají neutralizátor.

Protože oba vzorky byly připraveny předem a uchovány chlazené, byly před vlastním provedením testu temperovány na teplotu místnosti. Kvalifikovaný sensorický profil vzorků s ohledem na podmínky přípravy a vlastní testování nebyl předem stanoven.

Úkol zněl. Ochutnat nejprve polovinu prvního vzorku zajíst sousto bobulkou hroznového vína počkat nejméně 30 sekund. Vypláchnout si ústa a poté ochutnat polovinu druhého vzorku a opět zajíst sousto bobulkou hroznového vína. Opět si vypláchnout ústa. Po ustálení chuti se vrátit k prvnímu vzorku podle pokynů v protokolu o provedeném testu. Po vlastním posouzení měli posuzovatelé vyznačit svoji volbu do protokolu, který ze vzorků je chutnější a jakým dojmem na ně oba vzorky zapůsobily.

Po ukončení testování byla provedena diskuse, ve které se posuzovatelé dozvěděli informace o použitých surovinách a použité technologii zpracování. Výsledky testu byly zpracovány statistickým programem SASD, ENGRAFES. Graficky zpracovány v programu MS Excel. Všechna statistická hodnocení byla provedena na hladině významnosti 5% [36-38].

4.3.1 TECHNOLOGIE PŘÍPRAVY VZORKŮ PRO TEST ČÍSLO DVĚ

4.3.1.1 PŘÍPRAVA VZORKU ČÍSLO JEDNA, RAŽNIČI Z KUŘECÍHO MASA SE SÝREM V TĚSTÍČKU

Není vhodné pro konzumaci při Celiakii a intoleranci na pšeničný lepek.

Objemy a hmotnosti použitých surovin jsou uváděny v přibližných hodnotách a množstvích. Příprava vzorku byla prováděna v domácích podmínkách.

Suroviny použité na přípravu ražniči z kuřecího masa:

Výsekové kuřecí maso 200 g, (Kuřecí stehenní řízky, výrobce, RABBIT Trhový Štěpánov, a.s., Český Brod, nám. Arnošta z Pardubic 37, Česká republika)

Nálev na marinování:

- 100 ml bílé víno (Rulandské šedé, jakostní odrůdové víno suché, Oblast Morava, podoblast Slovácká, obec Tupesy, č. šarže 19/08, plněno: Stanislav Žúrek, Žeravice 327, Česká republika).
- 2,5 ml sojová omáčka, (Vitana Sojová omáčka klasik, obchodní balení 170 ml, výrobce Vitana a.s., Byšice, Mělnická 133, okres Mělník, Česká republika).
- Půl stroužku česneku třeného bez soli.

Těstíčko na obalení:

- Jedno slepičí vejce celé.
- Jedna polovina polévková lžíce pšeničné hladké mouky, (Pšeničná mouka hladká, světlá, obchodní balení 1kg, výrobce Unimills a.s., Ke Klíčovu 56/1, Praha 9, provozovna mlýn Mladá Boleslav, Česká republika).
- Jedna polovina polévková lžíce proseté strouhanky.
- Jedna polévková lžíce jader strouhaných vlašských ořechů.
- Pitná voda 5 ml.

Do rozklepnutého slepičího vejce ve vhodné nádobě postupně zašleháme pitnou vodu a ostatní přísady. Vzniklé řidší těstíčko nesolíme.

Vložka do ražniči:

Sýr Eidamská cihla 30% tuku v sušině, nakrájené čtverce přibližně 25 x25 x 4 mm, (obchodní balení 250 g, distributor RABBIT Trhový Štěpánov, a.s., Český Brod, nám. Arnošta z Pardubic 37, Česká republika).

Olej na smažení:

Jedlý stolní olej na smažení (Stolní olej, řepkový olej nízko erukový, obchodní balení 1 litr, výrobce Oleofin a.s., Anglická 140/120, Praha 2, Česká republika).

Jehla na ražniči:

Restovací ocelová jehla, potravinářská špejle (dřevo bez příchutí a pryskyřic, například bambus, buk, jedle, topol, lípa).

Postup přípravy vzorku:

Omyté a odblaněné kuřecí stehenní řízky z části rozebereme a podélně rozkrájíme svalové snopce tak aby nám zůstaly asi 30 mm široké pruhy masa. Z jednotlivých pruhů napříč svalovými vlákny nakrájíme kousky široké asi 8 mm. Takto nakrájené maso zalijeme nálevem a necháme v chladnu přibližně 2 hodiny marinovat. Nesolíme. Maso přijme dostatek soli ze sojové omáčky v průběhu marinování. Marinované kousky masa necháme okapat na sítu. Okapané kousky kuřecího masa střídavě s kousky sýra napichujeme na špejli (jehlu) tak aby na každém konci zůstal kousek masa. Obrázek. 4.1. Takto upravené ražniči namáčíme v připraveném těstíčku a hned smažíme v rostlinném oleji při teplotě asi 180 °C. Smažení trvá tak dlouho až těstíčko získá sytě zlatavou barvu a sýr začne trochu vytékat. Z osmaženého ražniči necháme na ubrousku odsát přebytečný olej a zchladíme na teplotu do +5 °C. Obrázek č. 4.2, 4.3

4.3.1.2 PŘÍPRAVA VZORKU ČÍSLO DVĚ, RAŽNIČI Z ROBI ŘÍZKŮ SE SÝREM V TĚSTÍČKU

Není vhodné pro konzumaci při Celiakii a intoleranci na pšeničný lepek.

Objemy a hmotnosti použitých surovin jsou uváděny v přibližných hodnotách a množstvích. Příprava vzorku byla prováděna v domácích podmínkách.

Podle tvrzení výrobce. „ROBI“ je směs rostlinných bílkovin, která se podílem bílkovin, konzistencí, vzhledem a chutí vyrovná masu a může ho plně nahradit [64].

„ROBI“ maso je nízkoenergetický, mikrobiálně čistý, tepelně upravený polotovar, neobsahující žádné živočišné bílkoviny, tuky, cholesterol, sóju, glutamát, syntetická barviva a konzervanty. Má nízký obsah sacharidů, je snadno stravitelný a přitom nepostrádá důležité výživové látky. Oproti klasickým zdrojům rostlinných bílkovin (luštěniny, sója) je snadněji stravitelné a nenadýmá. Složení aminokyselin samozřejmě odpovídá složení rostlinných bílkovin.

Jeho příprava je snadná a rychlá, nemáčí se, při tepelné úpravě nezmenšuje objem, neztrácí tvar ani strukturu, neubývá na váze. „ROBI“ maso lze zpracovávat prakticky stejně jako maso z jatečných zvířat, vařením, smažením, pečením, grilováním, ale i za studena do salátů nebo pomazánek atd.

Tabulka č. 2.1, Výrobce „ROBI“ masa deklarovaný obsah nutričních látek [64].

Složení rostlinného masa „ROBI“:

Bílkoviny	20,80g
Sacharidy	10,76g
Tuky	0,03g
Sůl	0,78g
Voda	64,8-68,4%
Sušina	31,6-35,2%
Minerální látky	1,11 – 1,45%
Energetická hodnota	523 kJ/100g , 125kcal/100g

Pro srovnání:

hovězí maso 860 kJ/100 g, vepřové maso 1500 kJ/100 g, kuřecí maso je energeticky srovnatelné, „ROBI“ však neobsahuje tuk a cholesterol

Suroviny použité na přípravu ražniči z „ROBI“ řízků:**Nálev na marinování:**

- 100 ml bílé víno (Rulandské šedé, jakostní odrůdové víno suché, Oblast Morava, podoblast Slovácká, obec Tupesy, č. šarže 19/08, plněno: Stanislav Žúrek, Žeravice 327, Česká republika).
- 2,5 ml sojová omáčka, (Vitana Sojová omáčka klasik, obchodní balení 170 ml, výrobce Vitana a.s., Byšice, Mělnická 133, okres Mělník, Česká republika).
- Půl stroužku česneku třeného bez soli.

Těstíčko na obalení:

- Jedno slepičí vejce celé.
- Jedna polovina polévková lžíce pšeničné hladké mouky, (Pšeničná mouka hladká, světlá, obchodní balení 1kg, výrobce Unimills a.s., Ke Klíčovu 56/1, Praha 9, provozovna mlýn Mladá Boleslav, Česká republika).
- Jedna polovina polévková lžíce proseté strouhanky.
- Jedna polévková lžíce jader strouhaných vlašských ořechů.
- Pitná voda 5 ml.

Do rozklepnutého slepičího vejce ve vhodné nádobě postupně zašleháme pitnou vodu a ostatní přísady. Vzniklé řidší těstíčko nesolíme.

Vložka do ražniči:

Sýr Eidamská cihla 30% tuku v sušině, nakrájené čtverce přibližně 25 x25 x 4 mm, (obchodní balení 250 g, distributor RABBIT Trhový Štěpánov, a.s., Český Brod, nám. Arnošta z Pardubic 37, Česká republika).

Olej na smažení:

Jedlý stolní olej na smažení (Stolní olej, řepkový olej nízko erukový, obchodní balení 1 litr, výrobce Oleofin a.s., Anglická 140/120, Praha 2, Česká republika).

Jehla na ražniči:

Restovací ocelová jehla, potravinářská špejle (dřevo bez příchutí a pryskyřic, například bambus, buk, jedle, topol, lípa).

Postup přípravy:

Jednotlivé „ROBI“ řízky rozkrájíme na čtverce o rozměrech asi 25 x 25 mm a podélně ještě rozřízneme na sílu asi 4 mm. Nakrájené kousky řízků marinujeme přibližně 1 hodinu v připraveném nálevu. Necháme okapat na sítu. Dále nesolíme. „ROBI“ řízky již sůl obsahuje od výrobce a část přijme v průběhu marinování. Okapané kousky „ROBI“ řízků střídavě s kousky sýra napichujeme na špejli (jehlu) tak aby na každém konci zůstal kousek „ROBI“ řízku. Obrázek č. 5.1. Takto upravené ražniči namáčíme v připraveném těstíčku a hned smažíme v rostlinném oleji při teplotě asi 180 °C. „ROBI“ řízky jsou tepelně upravené a proto je smažení velmi rychlé. Postačí, když se těstíčko osmahne do zlatova a vnitřek prohřeje na požadovanou teplotu. Z osmaženého ražniči necháme na ubrousku odsát přebytečný olej a zchladíme na teplotu do +5 °C. Obrázek č. 5.2, 5.3

4.3.2 VYHODNOCENÍ TESTU ČÍSLO DVĚ

Hodnocení preferencí

Do testu bylo zapojeno celkem 10 laických posuzovatelů, 6 žen a 4 muži.

Z celkového počtu deseti posuzovatelů označily jako lepší první vzorek. Celkem tři ženy a tři muži, 60% z celku. Druhý vzorek jako lepší označily tři ženy a jeden muž, 40% z celku. Jako oba vzorky stejně dobré neoznačil nikdo. Statisticky významná data nebyla zjištěna. Graf č. 2.1

Na otázku „Který vzorek je lepší?“, rozdělení podle pohlaví. Shodně daly přednost prvnímu vzorku tři ženy, 33,33% z celku a druhému vzorku také tři ženy, 33,33% z celku. V kategorii mužů jako chutnější označili, první vzorek tři posuzovatelé, 33,33% z celku, druhému vzorku dal přednost jeden posuzovatel, 10% z celku. Statisticky významná data nebyla zjištěna.

Při hodnocení chutnosti vzorků označily: První vzorek jako velmi dobrý dvě ženy, 20% z celku a jeden muž, 10% z celku. První vzorek jako dobrý jedna žena, 10% z celku a tři muži, 33,33% z celku. Jako méně dobrý první vzorek označily dvě ženy, 20% z celku, z mužů nikdo. První vzorek jako přijatelný označila jedna žena, 10% z celku, z mužů nikdo. První vzorek jako Méně přijatelný a horší neoznačil nikdo. Statisticky významná data nebyla zjištěna. Graf č. 2.2

Při hodnocení chutnosti vzorků, druhý vzorek jako velmi dobrý označila jedna žena, 10% z celku a jeden muž, 10% z celku. Druhý vzorek jako dobrý označily čtyři ženy, 40% z celku a jeden muž, 10% z celku. Druhý vzorek jako méně dobrý označily dvě ženy, 20% z celku a dva muži, 20% z celku. Druhý vzorek jako přijatelný a horší neoznačil nikdo. Statisticky významná data nebyla zjištěna. Graf č. 2.3

Vnější projev posuzovatelů v průběhu testu

V průběhu testování si již většina posuzovatelů vedla poměrně samostatně. Pouze posuzovatelka číslo 5 se opakovaně dotazovala na další postup. Před vlastním ochutnáním si posuzovatelé určený vzorek pozorně prohlédli, přivoněli k němu a teprve poté jej vložili do úst. Posouzení vnějších vlastností vzorku ale prováděli poněkud odlišně, než při testování v první části experimentu. Nyní to již byla pozornost skutečně zaměřená na posouzení vzor-

ku a nikoli pouhá zvědavost. Žvýkali pomalu, uvážlivě, přivírali oči, aby odstranili rušivé optické vlivy. Zjevně se snažili postihnout celou škálu chutí, tak jak je postupně vnímali. U některých posuzovatelů bylo znatelné vydechnutí nosem po polknutí sousta vzorku, aby se při žvýkání uvolněné aromatické látky dostaly k čichovým receptorům a mohly tak doplnit chuťový vjem. Na toto jednání nebyli předem upozorněni. Jednalo se tedy o spontánní reflexivní jednání svědčící o plném soustředění na sledování vlastního prožitku. Vykazovali tak prvky schopností analyzovat vzorek již mnohem kvalifikovaněji, než tomu bylo při prvním testování.

Diskuse po ukončení testování.

V závěrečné diskusi byli posuzovatelé seznámeni s postupem výroby obou vzorků a použitými surovinami.

Ke vzorku číslo jedna vyrobeného z kuřecího masa, neměl nikdo podstatnou připomínku. V celkovém hodnocení obdržel tento vzorek více preferencí jako vzorek chutnější. Posuzovatelé, kteří tento vzorek označili jako lepší a chutnější, preferovali tradiční chuť a vůni smaženého masa se sýrem, odpovídající hutnost při žvýkání, příjemný vývin chuti a celkovou šťavnatost. Nádech použitého česneku nezaregistroval nikdo. Některým posuzovatelům poněkud vadila příchut' vína použitého při marinování. Z těchto důvodů se při hodnocení přiklonili ke klasifikaci „Dobrý“ a „Méně dobrý“, nebo dali své preference vzorku číslo dva. Všichni posuzovatelé kladně hodnotili i doplněk vzorku hroznovým vínem jako odpovídající chuťového vjemu.

Posuzovatelé kteří označili vzorek číslo dva jako chutnější, kladně hodnotili zajímavější vzhled, větší kompaktnost při skusu, delší vývin chuti a absenci nádechu vína z marinády (produkt byl již tepelně opracován výrobcem a jako takový obtížně přijímá další aroma a chuťové látky). Ve vývinu chuti preferovali smažený sýr s ořechovým nádechem. U tohoto vzorku posuzovatelé také neregistrovali příchut' použitého česneku. I u tohoto vzorku byl kladně hodnocen doplněk hroznovým vínem. Nižší počet kladných preferencí byl pravděpodobně způsobem opakovaným tepelným opracováním. „ROBI“ řízky jsou pak mnohem tužší a kompaktnější.

4.3.3 ZÁVĚR TESTU ČÍSLO DVĚ

Protože zapojení posuzovatelé absolvovali již první část experimentu se vzorkem ze Seitánu přijímali existenci rostlinné bílkoviny ve vzorku číslo dva s mnohem menšími emocemi. Téměř všichni byli schopni rozlišit odlišnost použitých základních surovin (znatelná textura). Váhavost, nejistota, rozpaky a opatrnost při testování, nahradila zvědavost. Oproti chování v prvním testu se již většina posuzovatelů chovala mnohem rutinněji. Pracovali samostatně, soustředěně a mnohem více pozornosti věnovali testování vzorku. Kritická připomínka týkající se použití vína při marinování napovídá, že se nejedná o příchuť, na kterou by v našem regionu byli konzumenti zvyklí. Opět podobně jako v testu se Seitánem se posuzovatelé v diskusi zajímali o nutriční aspekty „ROBI“ masa, kulinární využití a jeho tržní dostupnost. Především ženy kladně akceptovaly skutečnost, že se jedná o komerčně vyráběný a dostupný produkt. Tento zájem napovídá, že přijaly záměr vyzkoušet „ROBI“ i ve vlastní domácnosti. Zájem o nové smyslové prožitky prokázaly dvě z posuzovatelek dotazem, zda by se podobného testování nemohly účastnit častěji. Zájem o nové rozmanité prožitky je pravděpodobně pro ženy typičtější, než pro muže. S ohledem na počet posuzovatelů a jejich kvalifikaci v oblasti sensorické analýzy, nebyla zjištěna statisticky významná data.

4.4 ZÁVĚR CELÉHO EXPERIMENRU

Pro oba testy byl použit totožný panel posuzovatelů záměrně. Druhého testování se tři posuzovatelky nemohly účastnit ze zdravotních a pracovních důvodů.

Jak vyplynulo z obou provedených diskusí. Rostlinnou bílkovinu jako potravinu znali posuzovatelé většinou pouze jako Sojové maso a Tofu. Někteří připouštěli, že s názvem „Tempeh“ se již setkali. Absence vědomostí se netýkala posuzovatelů, kteří pracují s potravinami. Ale ani oni stejně jako ostatní posuzovatelé neměli osobní zkušenost s konzumací Seitanu a „ROBI“ masa. Určitou zkušenost vykazovala pouze posuzovatelka číslo 3. Díky svým dětem inklinuje k makrobiotické výživě.

V testu se Seitanem měli posuzovatelé možnost se seznámit se s novou smyslovou a sociální zkušeností. Z těchto důvodů byl jejich emotivní projev v průběhu prvního testování a závěrečné diskusi mnohem výraznější, než při druhém testu s „ROBI“ masem. V případě prvního testu byli posuzovatelé při konzumaci vzorků váhavější, opatrnější, při rozhodování rozpačití. Zjevně věnovali podstatnou část pozornosti úsilí dodržet stanovený postup. V druhém testu již posuzovatelé vykazovali jistotu a určitou zkušenost. V podobné situaci již byli. Postup testování jim byl známý a očekávali i podobné prožitky. Z prvního testování si neodnášeli negativní zkušenost. K degustaci i z těchto důvodů přistupovali mnohem kvalifikovaněji, s důvěrou a v očekávání nové zkušenosti a nových smyslových vjemů. I z těchto důvodů bylo možné použít při druhém testování vzorky z hlediska senzoričného posouzení náročnější.

Z pohledu potravního chování lze konstatovat. Již při prvním testování si posuzovatelé posílili kladnou asociaci na mou osobu, spojenou se zajímavým a pro mnohé poměrně příjemným senzoričným vjemem. Posuzovatelé si odnášeli kladně vyhodnocenou zkušenost. Při druhém testu si tuto paměťovou stopu a zkušenost upevnili. Je tedy velice reálné, že další podobné experimenty budou pro daný panel posuzovatelů, jako konzumenty přitažlivé. Někteří v experimentu zapojení posuzovatelé by pravděpodobně nesli negativně, pokud by byli z dalšího podobného testování vyloučeni. Jedná se ale pouze o vazbu na konkrétní osobu a typ testování. Osobu vedoucího testování znají a vědí, že jim z jeho strany nehrozí nebezpečí. V minulosti měli možnost ochutnat jeho cukrářské výrobky. I tato skutečnost se odrazila v procesu vytváření důvěry v neznámé situaci. Projevil se zde i vliv sociální facilitace. Posuzovatelé věděli, že testování neprovádějí sami. V jiných souvislostech

se tato důvěra a rutina nemusí projevit. V průběhu celého experimentu došlo tedy prokazatelně k posunu v potravním chování a určité korekci sociokulturního vzorce zúčastněných posuzovatelů jako konzumentů. I když pouze v poměrně úzkém rozsahu.

Z těchto důvodů je možno přijmout závěr, že experiment svůj účel splnil.

4.5 POROVNÁNÍ POSUNU V OBLÍBENOSTI JÍDEL U NÁHODNÉHO VZORKU OBYVATEL ČESKÉ REPUBLIKY

Dotazníkový prozkum za účelem získání potřebných dat byl prováděn u náhodného vzorku obyvatel České republiky. Osloveny byly všechny věkové skupiny žen a mužů. Část průzkumu byla vedena elektronickou formou a část průzkumu byla provedena osobním kontaktem s respondenty. Celkem bylo osloveno 130 respondentů z různých oblastí České republiky. K vlastnímu vyhodnocení průzkumu bylo možno použít pouze 115 dotazníků. Ostatní byly jako málo validní z vyhodnocení vyřazeny. Výsledky dotazníkového průzkumu byly zpracovány statistickým programem SASD, ENGRAFES a porovnány metodou nejmenších čtverců v programu MS Excel. Všechna statistická hodnocení byla provedena na hladině významnosti 5%. Graficky byly výstupy zpracovány v programu MS Excel [36-38].

4.5.1 ROZDĚLENÍ RESPONDENTŮ A STATISTICKÉ VYHODNOCENÍ

4.5.1.1 VÝČET RESPONDENTŮ PODLE VĚKU A POHLAVÍ

Při zpracování použitelných dotazníků byly zjištěny tyto identifikační údaje. Z celkového počtu respondentů je ve věkové skupině 15 až 26 let 49,57% z toho 37 žen a 20 mužů, ve věkové skupině 27 až 32 let 12,17% z toho 8 žen a 6 mužů, ve věkové skupině 33 až 40 let 12,17% z toho 8 žen a 6 mužů, ve věkové skupině 41 až 50 let 12,17% z toho 12 žen a 2 muži, ve věkové skupině 51 až 60 let 11,30% z toho 8 žen a 5 mužů, ve věkové skupině 61 až 70 let 1,74% 2 muži, ve věkové skupině 71 a více let 0,87% 1 muž.

Z celkového počtu se 30 respondentů narodilo v místě s odlišným počtem obyvatel v porovnání s místem současného pobytu.

4.5.1.2 VÝČET SHODY PREFEROVANÝCH JÍDEL

Při porovnání shod oblíbenosti jídel mezi sledovanými kategoriemi, byly v rámci vyhodnocení jednotlivé otázky modifikovány a byla zjištěna následující data.

Na otázku „Shodují se oblíbená jídla rodičů?“. Uvedlo 9,69% respondentů, z toho 3 ženy a 5 mužů, shodu a 93,04% respondentů, z toho 70 žen a 37 mužů, neshodu. V této oblasti byl na 5% hladině významnosti zjištěn rozdíl mezi skutečnou a očekávanou hodnotou výčtu neshody u žen. Tento rozdíl byl vyhodnocen jako statisticky významný.

Na otázku „Shoduje se Vaše oblíbené jídlo z dětství s oblíbeným jídlům matky?“. Uvedlo 6,09% respondentů, z toho 5 žen a 2 muži, shodu a 93,91% respondentů, z toho 68 žen a 40 mužů, neshodu. Mezi skutečnou a očekávanou četností odpovědí na hladině významnosti 5% byl zjištěn pouze malý rozdíl. Rozdíly v neshodách byly vyhodnoceny jako statisticky významné.

Na otázku „Shoduje se Vaše oblíbené jídlo z dětství s oblíbeným jídlům otce?“. Uvedlo 4,35% respondentů, z toho 3 ženy a 2 muži, shodu a 95,65% respondentů, z toho 70 žen a 40 mužů, neshodu. I v tomto případě mezi skutečnou a očekávanou četností odpovědí na hladině významnosti 5% byl zjištěn pouze malý rozdíl. Rozdíly v neshodách byly vyhodnoceny jako statisticky významné.

Na otázku „Shoduje se Vaše neoblíbené jídlo z dětství s oblíbeným jídlům matky?“. Uvedlo 6,96% respondentů, z toho 6 žen a 2 muži, shodu a 93,04% respondentů z toho 67 žen

a 40 mužů, neshodu. I v tomto případě mezi skutečnou a očekávanou četností odpovědí na hladině významnosti 5% byl zjištěn pouze malý rozdíl. Rozdíly v neshodách byly vyhodnoceny jako statisticky významné.

Na otázku „Shoduje se Vaše neoblíbené jídlo z dětství s oblíbeným jídlem otce?“. Uvedlo 2,61% respondentů, z toho 2 ženy a 1 muž, shodu a 97,39% respondentů, z toho 71 žen a 41 mužů, neshodu. I v tomto případě mezi skutečnou a očekávanou četností odpovědí na hladině významnosti 5% byl zjištěn pouze malý rozdíl. Rozdíly v neshodách byly vyhodnoceny jako statisticky významné.

Na otázku „Shoduje se Vaše současné oblíbené jídlo s oblíbeným jídlem matky?“. Uvedlo 7,83% respondentů, z toho 7 žen a 2 muži, shodu a 92,17% respondentů z toho 66 žen a 40 mužů, neshodu. I v tomto případě mezi skutečnou a očekávanou četností odpovědí na hladině významnosti 5% byl zjištěn pouze malý rozdíl. Rozdíly v neshodách byly vyhodnoceny jako statisticky významné.

Na otázku „Shoduje se Vaše současné oblíbené jídlo s oblíbeným jídlem otce?“. Uvedlo 10,43% respondentů, z toho 4 ženy a 8 mužů, shodu a 89,57% respondentů z toho 69 žen a 34 mužů, neshodu. V této oblasti byl na 5% hladině významnosti zjištěn rozdíl mezi skutečnými a očekávanými hodnotami výčtů neshod ve všech položkách. Tento, rozdíl byl vyhodnocen jako statisticky významný.

Na otázku „Shoduje se Vaše současné oblíbené jídlo s oblíbeným jídlem z dětství?“. Uvedlo 17,39% respondentů, z toho 13 žen a 7 mužů, shodu a 82,61% respondentů z toho 60 žen a 35 mužů, neshodu. I v tomto případě mezi skutečnou a očekávanou četností shodných odpovědí, na hladině významnosti 5% byl zjištěn pouze malý rozdíl. Rozdíly v neshodách byly vyhodnoceny jako statisticky významné.

Na otázku „Shoduje se Vaše současné neoblíbené jídlo s oblíbeným jídlem matky?“. Uvedlo 3,48% respondentů, z toho 3 ženy a 1 muž, shodu a 96,52% respondentů z toho 70 žen a 41 mužů, neshodu. I v tomto případě mezi skutečnou a očekávanou četností shodných odpovědí na hladině významnosti 5% byl zjištěn pouze malý rozdíl. Rozdíly v neshodách byly vyhodnoceny jako statisticky významné.

Na otázku „Shoduje se Vaše současné neoblíbené jídlo s oblíbeným jídlem otce?“. Uvedlo 7,83% respondentů, z toho 8 žen a 1 muž, shodu a 92,17% respondentů z toho 65 žen a 41

mužů, neshodu. I v tomto případě mezi skutečnou a očekávanou četností odpovědí na hladině významnosti 5% byl zjištěn pouze malý rozdíl. Rozdíly v neshodách byly vyhodnoceny jako statisticky významné.

Na otázku „Shoduje se Vaše současné neoblíbené jídlo s oblíbeným jídlem z dětství?“. Uvedlo 4,35% respondentů, z toho 5 žen a muž žádný, shodu a 95,65% respondentů z toho 68 žen a 42 mužů, neshodu. I v tomto případě mezi skutečnou a očekávanou četností odpovědí na hladině významnosti 5% byl zjištěn pouze malý rozdíl. Rozdíly v neshodách byly vyhodnoceny jako statisticky významné.

Na otázku „Shoduje se Vaše současné neoblíbené jídlo s neoblíbeným jídlem z dětství?“. Uvedlo 43,48% respondentů, z toho 34 žen a 16 mužů, shodu a 56,52% respondentů z toho 39 žen a 26 mužů, neshodu. V této oblasti byly na 5% hladině významnosti zjištěny rozdíly mezi skutečnými a očekávanými hodnotami výětů ve všech položkách. Tyto, rozdíly byly vyhodnoceny jako statisticky významné. Graf č. 3.1,3.2,3.3

4.5.1.3 VÝČET OBLÍBENÝCH A NEOBLÍBENÝCH JÍDEL

S ohledem na skutečnost, že respondenti byli dotazováni na uvedení obecného názvu oblíbeného jídla a dotazníkový průzkum jich poskytl celkem 217, omezím se v této části na uvedení pouze nejčastěji frekventovaných názvů jídel.

Na otázku „Uved'te prosím oblíbené jídlo své matky“. Uvedlo 5 respondentů 4,35% z celku z toho jedna žena a čtyři muži, Svíčkovou pečení na smetaně knedlík, a 5 respondentů 4,35% z celku z toho 4 ženy a jeden muž, těstoviny. Tabulka č. 3.1

Na otázku „Uved'te prosím oblíbené jídlo svého otce“. Uvedlo 16 respondentů 13,91% z celku z toho 12 žen a čtyři muži, Vepřovou pečení zelí knedlík. Jako další neoblíbenější jídlo svého otce uvedlo 11 respondentů 9,57% z celku z toho 5 žen a šest mužů, Svíčkovou pečení na smetaně knedlík. Tabulka č. 3.2

Na otázku „jaké bylo Vaše oblíbené jídlo v dětství“. Uvedlo 17 respondentů 14,78% z celku z toho 13 žen a 4 muži, Krupicovou kaši. Tabulka č. 3.3

Na otázku „Jaké je Vaše oblíbené jídlo v současné době“. Uvedlo 12 respondentů 10,43% z celku z toho 5 žen a 7 mužů, Svíčkovou na smetaně knedlík. Tabulka č. 3.4

Na otázku „Jaké bylo Vaše neoblíbené jídlo v dětství“. Uvedlo 11 respondentů 9,57% z celku z toho 5 žen a 6 mužů, Koprovou omáčku. Tabulka č. 3.5

Na otázku „Jaké je Vaše neoblíbené jídlo v současné době“. Uvedlo 6 respondentů 5,22% z celku z toho 3 ženy a 3 muži, Hrachovou kaši. Tabulka č. 3.6

Statisticky významná data nebyla zjištěna. Uvedený přehled nepodává vyčerpávající odpověď na otázku jaké je neoblíbenější, nebo nejméně oblíbené jídlo. Respondentům byla v této části dotazníku dána relativně svobodná volba uvést obecný název jídla. V případě poskytnutí úplné svobody názoru by pravděpodobně byl výčet mnohem širší, obohacený o místní a krajové názvy jídel. V přílohách publikované tabulky frekvencí odpovědí respondentů bez rozlišení pohlaví, na jednotlivé otázky, jež vypovídají i tak o velké variabilitě představ oslovených respondentů o oblíbených, nebo neoblíbených jídlech. Názvy jednotlivých jídel jsou téměř doslovně převzaty z dotazníků. Do výčtu jsou zahrnuty i odpovědi respondentů, kteří nevěděli, nebo si již nevzpomínali.

4.5.1.4 MOTIVAČNÍ FAKTORY VÝBĚRU JÍDLA

Z celkového počtu vyhodnocených dotazníků, jako majoritní motivační faktor uvedlo vlastní chuť 109 respondentů ze 115, 94,78% z celku. Z celkového počtu se jedná o 68 žen 59,13% z celku a 41 mužů 35,65% z celku. Na hladině významnosti 5% byla tato hodnota vyhodnocena jak statisticky důležitá. U ostatních motivačních faktorů uvedly dotazované osoby. „Doporučení lékaře“, 3 ženy 2,61%, z mužů nikdo. „Doporučení kuchaře“, jedna žena 0,87%, z mužů nikdo. „Doporučení reklamy“, nikdo. „Cena“, jedna žena a jeden muž 0,87%. Toto zjištění je na hladině významnosti 5% rovněž důležité. Byly dotazované osoby vědomě ochotny připustit skutečnost, že mimo chuti (vlastní subjektivní dojem), na ně ostatní faktory nemají vliv [65]? Graf č. 3.4

Z celkového počtu respondentů, bez uvedení věku. Preferuje moučná jídla 12,17% osob z toho 8 žen a 6 mužů, zeleninová jídla 33,04% z toho 32 žen a 6 mužů, masitá jídla 56,52% osob z toho 29 žen a 36 mužů. Z celkového počtu osob, 61,2% žen a 29,56% mužů, průběžně mění své preference ke skupinám moučných, zeleninových a masitých jídel [60,62]. Ze získaných dat je zřejmé, že střídání jednotlivých preferovaných skupin jídel je celkem vyrovnané a v rámci potravního koše je schopno pokrýt v delším časovém horizontu hlavní výživové potřeby. Rozmanitější stravu preferují hlavně ženy. Muži většinou upřednostňují maso a ostatní skupiny preferují občas [60-62]. Graf č. 3.5,3.6,3.7

4.6 VYHODNOCENÍ A ZÁVĚR DOTAZNÍKOVÉHO PŮZKUMU

V rámci provedeného dotazníkového šetření kdy byly osloveny všechny věkové skupiny obyvatel české republiky, bylo na základě nashromážděných dat a jejich vyhodnocením zjištěno. V oblasti oblíbených jídel rodičů a oblíbených jídel jejich dětí byl na hladině významnosti 5% nalezen zásadní rozpor a tato skutečnost byla vyhodnocena jako statisticky významná. Tímto zjištěním se hypotéza číslo 1, že vliv primární rodiny ve vztahu k fixaci a neměnnosti potravního vzorce dítěte je silný, nepotvrdila. V oblasti srovnání oblíbenosti jídel v dětství a v současné době byl rovněž zaznamenán statisticky významný zásadní rozpor. Nepotvrdila se tak ani hypotéza číslo 2, že obliba určitého jídla v dětství se neměně přenáší do dospělosti. V oblasti neoblíbených jídel byla shoda a neshoda v názorech mnohem vyrovnanější. Na základě nepotvrzených hypotéz číslo 1 a číslo 2 je možno se domnívat, že k upevnění sociokulturního vzorce konzumenta ve vztahu k oblíbenému jídlu, pravděpodobně dochází až s nástupem dospělosti. Člověk ve svém vývoji prochází několika fázemi, kdy se jeho osobnost dotváří. Mladší školní věk, školní věk, puberta a adolescence. Příjemné vzpomínky a postoje k oblíbenému jídlu v dětství jsou pravděpodobně potlačeny a nahrazeny silnějšími vjemy a získanými novými zkušenostmi. Averse vůči neoblíbenému jídlu jsou pravděpodobně v dětství fixovány mnohem pevněji.

Třetí cíl dotazníkového šetření skutečně ukázal na obrovskou variabilitu názorů a chutí v potravním chování konzumentů.

5 ZÁVĚR CELÉ PRÁCE

Práce byla zaměřena na problematiku vztahu konzumenta k pokrmu a potravnímu chování. V teoretické části bylo skutečně ve stručnosti pojednáno o jednotlivých etapách vývoje člověka od prenatalního stádia až po stáří. Tento popis byl ovšem veden z pohledu psychologie a sociologie. Poměrná část teoretické části práce byla zaměřena i na vnímání a prožívání člověka jako konzumenta z pohledu jeho postojů k potravnímu chování. Poněkud obšírněji bylo pojednáno o důležitých etapách vývoje. Kojenecké, batolecí období a školní věk. Podle odborných zdrojů jsou tato období velmi důležitá pro další vývoj. Mnohé poruchy i potravního chování mohou mít svou příčinu vytvořenu právě v těchto vývojových fázích. Poměrná část byla věnována i socializaci člověka. Člověk jako součást sociálního společenství je neustále atakován nejrůznějšími vnějšími vlivy, které na něj více nebo méně působí. Pod vlivem vnějšího tlaku člověk pak do určité míry a alespoň na venek, koriguje své postoje a chování. Opět záleží na mnoha faktorech. Například. Genetická výbava, temperament, schopnost adaptace, ochota ke konformitě a akceptování společenských norem, jeho postavení v sociální skupině. Charakter a intenzita společenského tlaku, jeho přijatelnost a zacílení a další. To vše se hluboce týká i potravního chování člověka jako konzumenta. Přijímání potravy v různých formách je u všech živých organismů jednou z hlavních činností. Člověk v tomto směru není žádnou výjimkou.

Cílem teoretické části bylo, alespoň z části přiblížit složitost procesů a dějů vytvářejících a formujících sociokulturní vzorec člověka jako konzumenta potravy. Vzájemnou provázanost a spolupůsobení zdánlivě nesouvisejících prvků.

Praktická část práce byla rozdělena do dvou úseků. Primární byl experiment. Hlavním cílem experimentu bylo simulovanou formou demonstrovat možné působení na osobnost dospělého konzumenta, který má vytvořeny vlastní rituály a představy o vhodné potravě a své přesvědčení považuje za neměnné. Záměrně byly vybrány osoby s kvalitním vzděláním (úplné střední a vysokoškolské), které zastávají odpovědná profesní místa v oblasti práce s lidmi, mají své vlastní rodiny, životní zkušenosti. V průběhu experimentu nemělo být těmto osobám ublíženo. Proto nebyly použity žádné agresivní postupy, které by je uváděly do kolizních situací, působily na podvědomí, nebo citlivou část psychiky. Nebylo použito ani emotivně silných a účinných metod, které používá například reklama. Tyto osoby byly prostě na bázi dobrovolnosti zapojeny do činnosti pro ně relativně neznámé. Byly za-

pojeny to jedné z metod Senzorické analýzy potravin. Celý experiment byl proto rozdělen do dvou nezávislých pokusů. V obou případech se jednalo o téměř stejnou činnost. Vybraná skupina osob byla seznámena s účelem pokusu. S využitím vlastních smyslů rozhodnout který ze vzorků připravených jídel je pro ně přijatelnější a zhodnotit i kvalitu konzumovaného jídla. V principu se jednalo o běžnou činnost každého konzumenta při výběru a příjmu potravy. Při každém jídle provádíme to samé. Potravu prozkoumáme vnějšími receptory. Pokud náš vjem vyhodnotíme na odpovídající úrovni, pokračujeme v konzumaci. Analyzujeme vlastnosti jídla, které nejsou na venek zjevné. Panel hodnotitelů byl ale vystaven zatěžujícímu omezení. Odpovědností za správné provedení úkolu. A právě vědomí odpovědnosti vyvedlo mnohé z posuzovatelů z šablonovitěho klišé. Byli nervózní, nejistí, měli obavy ze selhání. Vnější projev posuzovatelů byl alespoň rámcově popsán v předchozím textu v uvedení průběhu testu číslo jedna. Tato frustrace byla do jisté míry eliminována přítomností vedoucího testu a odměnou. Odměnou byl sensorický zážitek, uspokojení ze zvládnutého úkolu a v neposlední řadě i vyjádření poděkování za provedení testu. V průběhu druhého testu byli posuzovatelé již v poněkud jiné situaci. Podmínky testování byly podobné, stejná byla i míra odpovědnosti. Posuzovatelé zastávali ale zcela jinou pozici. Byli ve známé situaci, kdy první úkol zdárně zvládli. Měli tedy určitou zkušenost a jistotu, že i tento nový úkol splní. Z těchto důvodů nebyl tlak odpovědnosti tak silný a tuto situaci posuzovatelé prožívali jako méně zatěžující. Toto zmenšení stresujících prvků se projevilo i ve vnějším projevu osob, jak je uvedeno v popisu průběhu testu číslo dvě a v závěrečné části experimentu. Posuzovatelé k testování přistupovali mnohem uvolněněji a větší pozornost mohli věnovat vlastním prožitkům. I v tomto případě následovala vnitřní a vnější odměna. Z těchto důvodů je možno tvrdit, že experiment svůj účel, demonstrovat možné působení sociálního tlaku na konzumenta, splnil.

Druhý úsek praktické části práce byl věnován popisu a vyhodnocení dotazníkového průzkumu. Uvedený průzkum si nekladl za cíl vypovídajícím způsobem postihnout aspekty tvorby, nebo korekce sociokulturního vzorce potravního chování obyvatel. To v daném rozsahu a časovém úseku nebylo ani možné. Záměr a cíl dotazníkového průzkumu je popsán v metodice dotazníku. Vyhodnocením shromážděných dat bylo zjištěno, že hypotetický vliv primární rodiny na pozdější potravní chování člověka je poměrně malý a ve většině případů je potlačen jinými faktory působícími v průběhu dalšího vývoje osobnosti. Zjištěný nesoulad mezi oblíbenými jídly respondentů a jejich rodičů je na hladině významnosti 5%

průkazný. Dokonce neshoda mezi jídly oblíbenými v dětství a v současné době je u respondentů převažující. Tento nesoulad je pravděpodobně normální a dosvědčuje, že vývoj osobnosti konzumenta je skutečně jedinečný a neopakovatelný, jak bylo pojednáno v některých pasážích teoretické části práce. Vyhodnocením dat z dotazníkového průzkumu bylo zjištěno i poměrně velké množství různých oblíbených jídel respondentů a jejich rodičů. A to navzdory tomu, že některé názvy jídel byly zčásti redukovány do obecnější podoby. Tato velká variabilita názorů a chutí svědčí o poměrně velké míře abstraktního přístupu člověka při přípravě potravy ke konzumaci. Tento přístup se projevuje i ve snaze realizovat se a dosáhnout uznání v kulinární oblasti. Zároveň je ale oblast gastronomie i mocným nástrojem působení na sociokulturní vzorec člověka a poskytuje tak netušené možnosti. Vyhodnocením dat z dotazníkového průzkumu byla zjištěna i alarmující skutečnost. Většina respondentů ve věku 15 až 26 let uvedla, že preferuje klasická jídla. V porovnání s průzkumy jiných zdrojů právě tato věková skupina preferuje jídla rychlého občerstvení. Pokud je „Rychlé občerstvení považováno za klasické jídlo“, pak může být nastupující generace postavena do role konzumentů smažených hranolků, chipsů, kolových nápojů a kuřecích křidélek KFC a hamburgerů. Poezie v podobě hodnotných kuchařských knih bude odložena v archivech. Je to poněkud frustrující představa. Majoritní konzumace jídel rychlého občerstvení je i v rozporu se snažením výživových doporučení. Paradoxní na tomto zjištění je skutečnost, že velkou část dat věkové skupiny 15 až 26 let poskytli studenti Středního odborného učiliště společného stravování v Poděbradech. Potravináři.

Po analýze teoretické části, experimentálně ověřených a dotazníkovým šetřením zjištěných skutečností praktické části této práce, je možno přijmout následující doporučení [43,50-55].

- I nadále prosazovat správně prováděnou výživu kojenců mateřským mlékem, jako nejideálnější potravou a náhradní výživu aplikovat pouze v odůvodněných případech.
- I nadále prosazovat výživová doporučení Společnosti pro výživu: Konečné znění Výživových doporučení pro obyvatelstvo ČR.
- Navázat kontakt například s vedením Středního odborného učiliště společného stravování v Poděbradech a podat informace o hypotéze vyplývající z dotazníkového šetření věkové skupiny 15 až 26 let, názor na klasická jídla.

-
- Působit na studenty potravinářských oborů ve smyslu nebát se experimentovat s potravinami.
 - Ve studijních potravinářských a příbuzných oborech klást důraz na větší aplikovatelnost teoretických poznatků metodami senzorické analýzy a praktické profesní přípravy.
 - Ve studijních potravinářských a příbuzných oborech věnovat větší prostor podpůrným předmětům z oblasti psychologie a sociologie.

Potravní vzorec konzumenta, jako systém přijatých hodnot a chování, určený vrozenými a přijatými činiteli, představuje individuální osvědčené schéma adaptace v této oblasti. Tato šablona je následně předávána i dětem. Že lze stravovací vzorec konzumenta korigovat bylo alespoň z části demonstrováno v praktické části této práce.

Proto je nutné. Souběžně s respektováním stávajících sociokulturních zvyklostí daného etnika a regionu, prosazovat dodržování optimálních výživových dávek a odpovídající hygienické praxe na všech úrovních potravního řetězce člověka.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] PLHÁKOVÁ, A., *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2008. 472 s. ISBN 978-80-200-1499-3.
- [2] PLHÁKOVÁ, A., *Dějiny psychologie*. Praha: Grada, Edice psyché, 2006, 328 s. ISBN 80-247-0871-X.
- [3] ŘÍČAN, P., *Psychologie osobnosti*. 5 rozšířené vydání, Praha: Grada, 2007. 200 s. ISBN 978-80-247-1174-4.
- [4] VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie I*. Praha: Karolinum, 2005. 467 s. ISBN 80-246-0956-8.
- [5] VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie II*. Praha: Karolinum, 2007. 464 s. ISBN 978-80-246-1318-5.
- [6] GIDDENS, A., *Sociologie*. Jan Jařab. 1 vydání. Praha: Argo, 2000. 596 s. ISBN 80-7203-124-4.
- [7] JANĎOUREK, J., *Úvod do sociologie*. Praha: Portál, 2003. 232 s. ISBN 80-7178-749-3
- [8] FRAŇKOVÁ, S., DVOŘÁKOVÁ, V., *Psychologie výživy a sociální aspekty jídla*. Skripta, Praha: Universita Karlova v Praze, Nakladatelství Karolinum 2003. 229 s. ISBN 80-246-0548-1.
- [9] KLIMOVÁ, A., et al., *Kojení-dar pro život*. 1. vydání, Praha: Grada, 1998. 104s. ISBN 80-7169-490-8.
- [10] NATHANIELSZ, P. et al., *The Prenatal Prescription*, eng., HarperCollins Publishers, reprint June 2002, 240 pp. ISBN-13: 9780060957056.
- [11] HARUN, K., M., Y., *Understanding the Brain and Its Development: A Chemical Approach* (Hardcover), eng., World Scientific Publishing Co Pte Ltd; illustrated edition (30 Oct 1989), 382 pp. ISBN-10: 9971507560.
- [12] FRAŇKOVÁ, S., *Vliv výživy na chování a prožívání*. Čs. Psychologie. 34, 2006. ISSN 1801-5999.

-
- [13] DVOŘÁKOVÁ-JANŮ, V., *Lidé a jídlo*. 1. vydání, Praha: ISV nakladatelství, 1999. 91 s. ISBN 80-85866-41-2.
- [14] BECKER, G. S., *Teorie preferencí*. Praha: Grada/Liberální institut, 1997. ISBN 80-7169-463-0.
- [15] HAYES, N., *Základy sociální psychologie*. Praha: Portál, s.r.o. 2009. 168 s. ISBN 978-80-7367-639-1.
- [16] FRAŇKOVÁ, S., et al. *Výživa a vývoj osobnosti dítěte*. Praha: HZ-Editio, 2000. 200 s. ISBN 80-86009-32-7.
- [17] STERNBERG, R. J., *Kognitivní psychologie*. Praha: Portál, s.r.o. 2009. 640 s. ISBN 978-80-7367-638-4.
- [18] HANREICH, I., *Jídlo a pití malých dětí*. Praha: Grada, 2000. 108 s. ISBN 80-247-0100-6.
- [19] BENEDICTOVÁ, R. *Kulturní vzorce: Patterns of culture*. Jitka Fialová. 1 vydání. Praha: Argo, 1999. 224 s. ISBN 80-7203-212-7.
- [20] ŠMARDA, J., *Biologie pro pedagogy a psychology*. Praha: Portál, s.r.o. 2004. 424 s. ISBN 978-80-7367-343-7
- [21] BRILALNT-SAVARIN, A., *O labužnictví, Fyziologii chuti*. Praha: Nakl. Lidové noviny 1994. 347 s. ISBN 80-7106-111-5.
- [22] ČÍRTKOVÁ, L., *Kriminální psychologie*. 1 vydání, Praha: EUROUNION, s.r.o. 1998. 248 s. ISBN 80-85858-70-3.
- [23] KOHOUTEK, R. ŠTĚPANÍK, J., *Psychologie práce a řízení*. Brno: Akademické nakladatelství CERM, s.r.o. 2000. 216 s. ISBN 89-214-1552-5.
- [24] MIKULÁŠTÍK, M., *Komunikační dovednosti v praxi*, Praha: Grada, Edice Psyché, 2003. 368 s. ISBN 80-247-0650-4.
- [25] CRKALOVÁ, A., RIETHOF, N., *Jak zefektivnit práci v týmu*. 1. vydání, Praha: Grada, 2007. 200 s. ISBN 978-80-247-1624-4.

- [26] VYSEKALOVÁ, J., et al., *Psychologie reklamy*. 3. rozšířené vydání, Praha: Grada, 2007. 296 s. ISBN 978-80-247-2196-5
- [27] ŠVANCARA, J., et al. *Diagnostika psychického vývoje*. 3. upravené vydání, Praha: Avicenum, 1980. 400 s. 735 21-08/29.
- [28] ŠVANCARA, J., *Emoce, motivace, volní procesy*. 1. vydání, Brno: Masarykova univerzita, 2003. 142 s. Psychologie. ISBN 80-86633-11-X.
- [29] ŘÍČAN, P.; KREJČÍŘOVÁ, D., et al., *Dětská klinická psychologie*. 1. vydání, Praha: Grada, 1995. 398 s. ISBN 80-7169-168-2.
- [30] PAVLOVSKÝ, P. et al., *Soudní psychiatrie a psychologie*. 3. vydání, Praha: Grada, Edice psyché, 2009, 232 s. ISBN 978-80-247-2618-2.
- [31] PRAŠKO, J., et al., *Poruchy osobnosti*. 1 vydání. Praha: Portál, 2003. 360 s. ISBN 978-80-7367-558-5, 9788073675585Praha.
- [32] KOUKOLNÍK, F., *Mozek a jeho duše*. 3. přepracované vydání, Praha: Galén, 2005. 263 s. ISBN 80-86003-08-6.
- [33] SILBERNAGL, S., D., A., *Atlas fyziologie člověka*. 3. vydání, Praha: Grada, 2004. 448 s. ISBN 80-247-0630-X.
- [34] VOKURKA, M., *Praktický slovník medicíny*. 2. revidované vydání, Praha: MAXDORF, 1994. 356 s. ISBN 80-85800-22-5.
- [35] ZICH, F., *Úvod do sociologického výzkumu*. Skripta, 1. Vydání, Praha: Vysoká škola finanční a správní, 2005. 116 s. ISBN 80-86754-19-7.
- [36] KRÍŽ, O., BUŇKA, F., HRABĚ, J., *Senzorická analýza potravin II. Statistické metody*. Skripta, 1. vydání, Zlín: UTB, 2007, 127 s. ISBN 978-80-7318-494-0.
- [37] POKORNÝ, J., et al., *Senzorická analýza potravin*. Skripta, VŠCHT Praha 1999, 95 s. ISBN 80-7080-329-0.
- [38] POKORNÝ, J., et al., *Senzorická analýza potravin – Laboratorní cvičení*. Skripta, VŠCHT Praha 1997, ISBN 80-7080-278-2.

- [39] ZICH, F., *Http://is.vsfs.cz* [online]. 2009 [cit. 2010-05-04]. 37 s. Sociologie mezilidských vztahů. Dostupné z WWW: <http://is.vsfs.cz/el/6410/zima2009/B_SMV/Sociologie_mezilidskych_vztahu.pdf?fakulta=6410;obdobi=30;kod=B_SMV>. přednáška.
- [40] *Http://clanky.rvp.cz* [online]. 2009 [cit. 2010-05-04]. Wp-content/upload/prilohy/2824/priloha.pdf. Dostupné z WWW: <<http://clanky.rvp.cz/wp-content/upload/prilohy/2824/priloha.pdf>>. Příspěvek Výzkumný ústav Pedagogický Praha.
- [41] NEVORAL, J., PAULOVÁ, M., *Http://www.szu.cz* [online]. Praha: 2007 [cit. 2010-05-04]. Výživa kojenců. Dostupné z WWW: <http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/edice/plne_znani/brozury/1517_67_szu_kojenci.pdf>. ISBN 978-80-7071-286-3.
- [42] KINCLOVÁ, V., et al. Senzorická analýza potravin. *Veterinářství* [online]. 2004, 54, [cit. 2010-05-03]. Dostupný z WWW: <<http://www.vetweb.cz/projekt/clanek.asp?pid=2&cid=2984>>.
- [43] DOSTÁLOVÁ, J.; HRUBÝ, S.; TUREK, B., *www.vyzivaspol.cz* [online]. 20.1.2009 [cit. 2010-05-03]. *Konečné znění Výživových doporučení pro obyvatelstvo ČR*. Dostupné z WWW: <<http://www.vyzivaspol.cz/rubrika-dokumenty/konecne-zneni-vyzivovych-doporuceni.html>>.
- [44] FIALA, J.; KUKLA, L.; POSLUŠNÁ, K., *www.vyzivaspol.cz* [online]. 1.9.2008 [cit. 2010-05-03]. *Stravovací návyky a zvyklosti 11-letých dětí*. Dostupné z WWW: <<http://www.vyzivaspol.cz/clanky-casopis/stravovaci-navyky-a-zvyklosti-11-letych-deti.html>>.
- [45] *Http://ografologii.blogspot.com* [online]. 2008 [cit. 2010-05-03]. *Poruchy osobnosti*. Dostupné z WWW: <http://ografologii.blogspot.com/2008/10/poruchy-osobnosti.html>.
- [46] YAMAMOTOVÁ, A.; PAPEŽOVÁ, H., NEUROBIOLOGICKÉ MECHANIZMY DISOCIACE, BOLESTI A VNÍMÁNÍ VLASTNÍHO TĚLA. *Psychiatrie pro praxi* [online]. 2002, 5, [cit. 2010-05-03]. Dostupný z WWW: <http://www.solen.sk/index.php?page=pdf_view&pdf_id=1183>.

- [47] *Http://www.vyzivadeti.cz* [online]. 2009 [cit. 2010-05-04]. Vliv výživy na duševní vývoj. Dostupné z WWW: <<http://www.vyzivadeti.cz/pro-lekare-a-sestry/odborne-clanky/vliv-vyzivy-na-dusevni-vyvoj.html>>.
- [48] *Www.uzis.cz* [online]. 2008 [cit. 2010-05-03]. *Mezinárodní klasifikace nemocí*. Dostupné z WWW: <<http://www.uzis.cz/cz/mkn/seznam.html>>.
- [49] DAVID, C., BRÁT, J., *Http://www.vyzivadeti.cz* [online]. 2009 [cit. 2010-05-04]. Význam specifických živin na vývoj mozku. Dostupné z WWW: <<http://www.vyzivadeti.cz/pro-lekare-a-sestry/odborne-clanky/vyznam-specifickych-zivin-na-vyvoj-mozku.html>>.
- [50] DOSTÁLOVÁ, J., et al. *Http://www.vyzivaspol.cz* [online]. 2006 [cit. 2010-05-04]. Zdravá třináctka - stručná výživová doporučení pro širokou veřejnost. Dostupné z WWW: <<http://www.vyzivaspol.cz/rubrika-dokumenty/zdrava-trinactka-strucna-vyzivova-doporuceni.html>>.
- [51] *Http://www.vyzivaspol.cz* [online]. 2010 [cit. 2010-05-04]. Současný stav znalostí o zdravé výživě. Dostupné z WWW: <<http://www.vyzivaspol.cz/rubrika-vyziva-obecne/soucasny-stav-znalosti-o-zdrave-vyzive.html>>.
- [52] KEBZA, V., *Http://www.szu.cz* [online]. 2007 [cit. 2010-05-04]. Dokumenty/Evropský akční plán psychického zdraví. Dostupné z WWW: <http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/psycho/Evropsky_akcni_plan_psych_zdravi.htm.pdf>.
- [53] KEBZA, V., *Http://www.szu.cz* [online]. 2007 [cit. 2010-05-04]. Dokumenty/ Evropská deklarace psychického zdraví. Dostupné z WWW: <http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/psycho/Evropska_deklarace.pdf>.
- [54] KEBZA, V., *Http://www.szu.cz* [online]. 2007 [cit. 2010-05-04]. Dokumenty/Zelená kniha. Dostupné z WWW: <http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/psycho/Zelena_kniha.pdf>.
- [55] KOMÁREK, L., *Http://www.szu.cz* [online]. 2008 [cit. 2010-05-04]. Tema/podpora-zdravi/recepty. Dostupné z WWW: <<http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/vyziva/recepty.pdf>>.

- [56] ŠTEFANOVÁ, J., *Http://www.szu.cz* [online]. 2004 [cit. 2010-05-04]. Stravování středoškoláků – závěry pro zdravotní politiku regionu. Dostupné z WWW: <<http://www.szu.cz/tema/podpora-zdravi/stravovani-stredoskolaku-zavery-pro-zdravotni-politiku>>.
- [57] VIGNEROVÁ, Jana. *Http://www.szu.cz* [online]. 2008 [cit. 2010-05-04]. Celostátní antropologický výzkum. Dostupné z WWW: <<http://www.szu.cz/publikace/data/6-celostatni-antropologicky-vyzkum>>.
- [58] *Http://www.britannica.com* [online]. 2010 [cit. 2010-05-04]. William-Fielding-Ogburn. Dostupné z WWW: <<http://www.britannica.com/EBchecked/topic/425785/William-Fielding-Ogburn>>. Významná osobnost sociologie.
- [59] *Http://en.wikipedia.org* [online]. 2009 [cit. 2010-05-04]. Maslow's_hierarchy_of_needs. Dostupné z WWW: <http://en.wikipedia.org/wiki/Maslow%27s_hierarchy_of_needs>. Významná osobnost psychologie a sociologie.
- [60] BLAŠČÁKOVÁ, J., *Průzkum stravovacích návyků mladistvých ve vybraných oblastech České republiky*. Zlín, 2008. 108 s. Diplomová práce. UTB Zlín fakulta Technologická.
- [61] ŠTAJNOCHROVÁ, S., *Body image a stravovací zvyklosti dětí staršího školního věku*. Brno, 2008. 105 s. Diplomová práce. Masarykova universita v Brně Lékařská fakulta.
- [62] NEKOLOVÁ, Petra. *Výživové zvyklosti u dětí mladšího školního věku*. Brno, 2007. 80 s. Diplomová práce. Masarykova universita v Brně Sportovní fakulta, Katedra sportovní medicíny a zdravotní tělesné výchovy.
- [63] *Http://vegetarian.blog.cz* [online]. 2008 [cit. 2010-05-03]. Cim-nhradit-mao. Dostupné z WWW: <<http://vegetarian.blog.cz/0801/cim-nhradit-mao>>.
- [64] *Http://www.robi.cz* [online]. 1995 [cit. 2010-05-04]. Cojeterobi. Dostupné z WWW: <http://www.robi.cz/home/cojeterobi>, <http://www.robi.cz/joomla-overview/hotova-jidla/izek>>.

[65] Václav Behenský nepublikovaný komentář

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

ADD	porucha pozornosti;	Attention Deficit Disorder, eng.
ADHD	porucha pozornosti s hyperaktivitou.	Attention Deficit Hyperactivity Disorder, eng.
CAN	Syndrom CAN, souhrn příznaků týraného, zneužívaného a zanedbávaného dítěte	Child Abuse and Neglect, eng.
IgA	Imunoglobulin A, sérový, sekreční	Ochrana sliznic, mateřské mléko apod.
PCB	Polychlorované bifenyly	209 příbuzných látek, při chronické expozici karcinogenita a poškození organismu.
CNS	Centrální nervový systém	Zde, mozek společně s míchou.

6 SLOVNÍK HESEL

Animismus - všechno má svou duši i neživé předměty.

Arteficialismus - vnější svět dítě vysvětluje podle vlastních činností (sluníčko jde po obloze).

Dysartrie - porucha řeči, při níž je porušena výslovnost z nervových příčin.

Dyslalie - porucha řeči, jejíž podstatou je porucha artikulace nebo vypouštění některých hlásek.

Dyslexie - vývojová porucha, při níž má dítě obtíže se čtením a psaním.

Dysortografie - vývojová porucha, při níž má dítě obtíže s pravopisem.

Dyspraxie - specifická vývojová porucha motorických funkcí.

Dyspinxie - specifická porucha kreslení, charakteristická nízkou úrovní kresby.

Fenomenismus – fixace dítěte na určitý obraz reality podle vnějšího znaku.

Konfabulace - výplod dětské fantazie, není lží, v dospělosti „Bájevá lhavost“.

Laktoferin - sérový glykoprotein s antimikrobiálním účinkem, váže Fe^3 .

Myelinizace - tvorba myelinových obalů kolem axonu malého průměru z pro ionty nepro-
stupného (fosfolipidy).

Paradigma - souhrn základních domněnek, předpokladů, představ dané skupiny vědců.

Prezentismus - přeceňování důležitosti přítomnosti.

Prokreační rodina - rodina, kterou si dospělý člověk vytváří, do primární rodiny se rodí.

Sociální deviace - odchylka od pravidel vytvořených společností osvojených při procesu socializace.

Sociální facilitace - zvýšená úroveň aktivace vykazuje pozitivní vliv u dobře zvládnutých úkolů, negativně působí při obtížných úkolech.

Sociální kontrola - konfrontace reálného chování člověka s kolektivně sdílenými hodnotami společnostmi, vytváření systému sankcí, ať už negativních nebo pozitivních. Formálně

se děje prostřednictvím pravidel zaznamenaných například v předpisech, zákonech. Neformálně spočívá v očekávání, které je založeného na nepsaných pravidlech.

Sociální mobilita - přesun mezi sociálními vrstvami.

Sociální pozice (status) - hodnota postavení, které člověk zaujímá v nějakém sociálním útvaru, mění se podle situace.

Sociální role - soubor očekávaného chování člověka, odráží postavení ve společnosti. Dělí se na individuální, skupinovou, krátkodobou, dlouhodobou, nucenou, dobrovolnou.

Sociální stratifikace - sociální rozvrstvení, základem je nerovnost. Například na základě věku, pohlaví, vzdělání, národnosti a podobně.

Sociální struktura - určitá síť vztahů jedinců, pozic, rolí a uspořádání vztahů ve společnosti- to, co drží společnost pohromadě.

7 SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek č. 1.1, Mokry lepek.

Obrázek č. 1.2, Mokry lepek detail.

Obrázek č. 2.1, Vzorek číslo jedna a dva.

Obrázek č. 2.2, Vzorek číslo jedna, smaženka ze Seitanu.

Obrázek č. 2.3, Vzorek číslo jedna, smaženka ze Seitanu v řezu.

Obrázek č. 2.4, Vzorek číslo jedna, smaženka ze Seitanu v řezu, detail.

Obrázek č. 3.1, Vzorek číslo dvě, vepřová smaženka.

Obrázek č. 3.2, Vzorek číslo dvě, vepřová smaženka v řezu.

Obrázek č. 3.3, Vzorek číslo dvě, vepřová smaženka v řezu, detail.

Obrázek č. 4.1, Vzorek číslo jedna, syrové, neobalené ražniči z kuřecího masa.

Obrázek č. 4.2, Vzorek číslo jedna, obalené a usmažené ražniči z kuřecího masa.

Obrázek č. 4.3, Vzorek číslo jedna, ražniči z kuřecího masa se sýrem a hroznovým vínem připravené k testování.

Obrázek č. 5.1, Vzorek číslo dvě, syrové, neobalené ražniči z "ROBI" masa.

Obrázek č. 5.2, Vzorek číslo dvě, obalené a osmažené ražniči z "ROBI" masa.

Obrázek č. 5.3, Vzorek číslo dvě, ražniči z "ROBI" masa se sýrem a hroznovým vínem připravené k testování.

Graf č. 1.1, Celkový přehled preferencí testovaných vzorků.

Graf č. 1.2, Celkové hodnocení sensorického dojmu prvního vzorku.

Graf č. 1.3, Celkové hodnocení sensorického dojmu druhého vzorku.

Graf č. 2.1, Celkový přehled preferencí testovaných vzorků.

Graf č. 2.2, Celkové hodnocení sensorické příjemnosti prvního vzorku.

Graf č. 2.3, Celkové hodnocení sensorické příjemnosti druhého vzorku.

Graf č. 3.1, Vyjádření shod a neshod oblíbených jídel mezi jednotlivými skupinami.

Graf č. 3.2, Délka konzumace hlavních denních jídel.

Graf č. 3.3, Výběr hlavního denního jídla podle typu.

Graf č. 3.4, Motivační faktory výběru hlavní denního jídla podle vnitřních a vnějších vlivů.

Graf č. 3.5, Preference moučných jídel.

Graf č. 3.6, Preference zeleninových jídel.

Graf č. 3.7, Preference masitých jídel.

Schéma č. 1, Faktory socializace [39].

Schéma č. 2, Pyramida lidských potřeb [2,45,59].

SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1.1, Protokol o provedeném testování metodou párového testu a hedonického posouzení preferencí.

Tabulka č. 2.1, Výrobce „ROBI“ masa deklarovaný obsah nutričních látek [65].

Tabulka č. 2.2, Protokol o provedeném testování metodou párového testu a hedonického posouzení preferencí.

Tabulka č. 3.1, Odpověď respondentů na otázku „Uveďte prosím oblíbené jídlo své matky“.

Tabulka č. 3.2, Odpověď respondentů na otázku „Uveďte prosím oblíbené jídlo svého otce“.

Tabulka č. 3.3, Odpověď respondentů na otázku „Jaké bylo Vaše oblíbené jídlo v dětství“.

Tabulka č. 3.5, Odpověď respondentů na otázku „Jaké bylo Vaše neoblíbené jídlo v dětství“.

Tabulka č. 3.6, Odpověď respondentů na otázku „Jaké je Vaše neoblíbené jídlo v současné době“.

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Protokol o provedeném testu číslo jedna.

Příloha P II: Obrazová a grafická dokumentace k testu číslo jedna.

Příloha P III: Příklad receptu na jídlo ze Seitanu.

Příloha P IV: Protokol o provedeném testu číslo dva.

Příloha P V: Obrazová a grafická dokumentace k testu číslo dva.

Příloha P VI: Grafická dokumentace vyhodnocení dotazníkového průzkumu.

Příloha PVII: Tabulková dokumentace k dotazníkovému průzkumu.

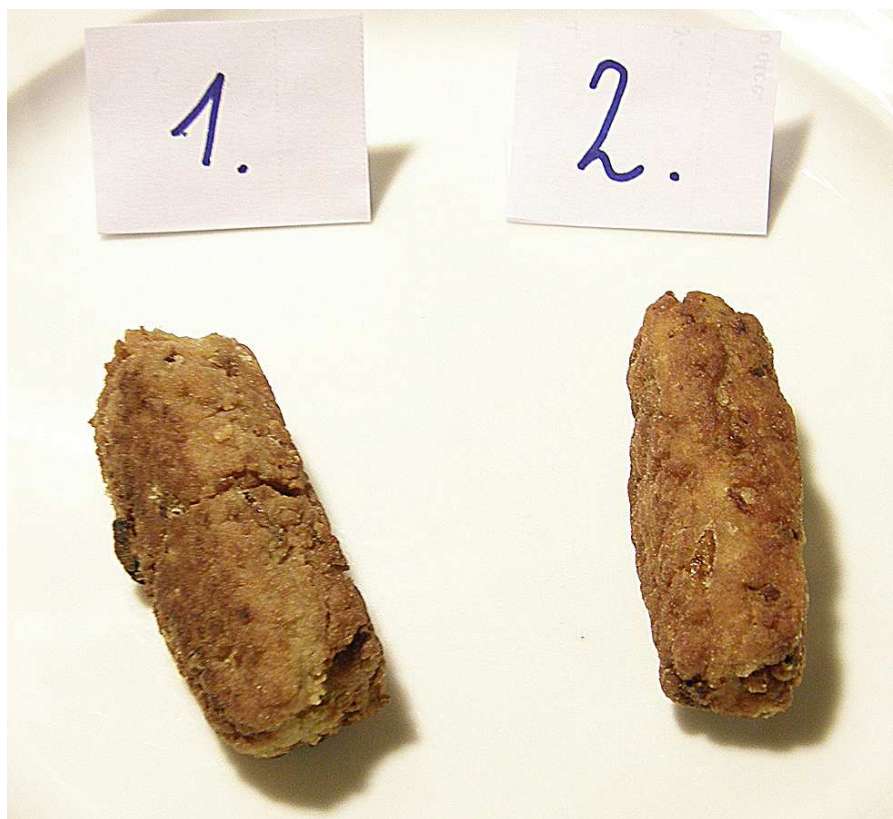
**PŘÍLOHA P II: OBRAZOVÁ A GRAFICKÁ DOKUMENTACE K TESTU
ČÍSLO JEDNA**



Obrázek č. 1.1, Mokrý lepek.



Obrázek č. 1.2, Mokrý lepek detail.



Obrázek č. 2.1, Vzorek číslo jedna a dva.



Obrázek č. 2.2, Vzorek číslo jedna, smaženka ze Seitanu.



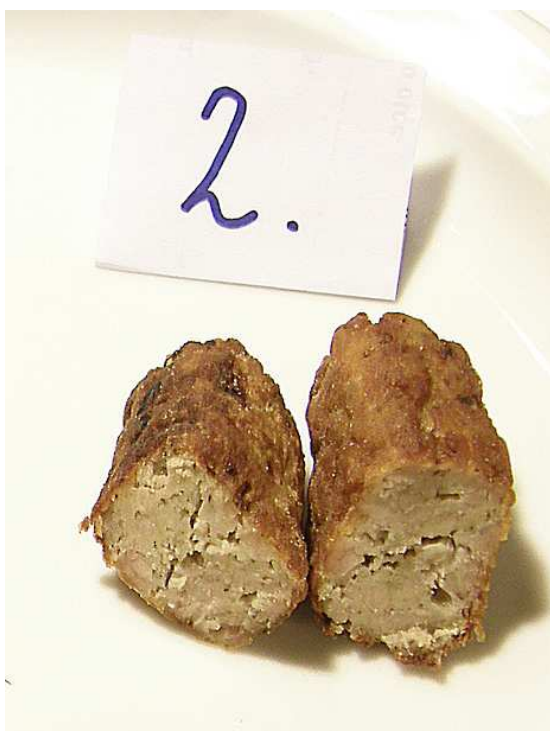
Obrázek č. 2.3, Vzorek číslo jedna, smaženka ze Seitanu v řezu.



Obrázek č. 2.4, Vzorek číslo jedna, smaženka ze Seitanu v řezu, detail.



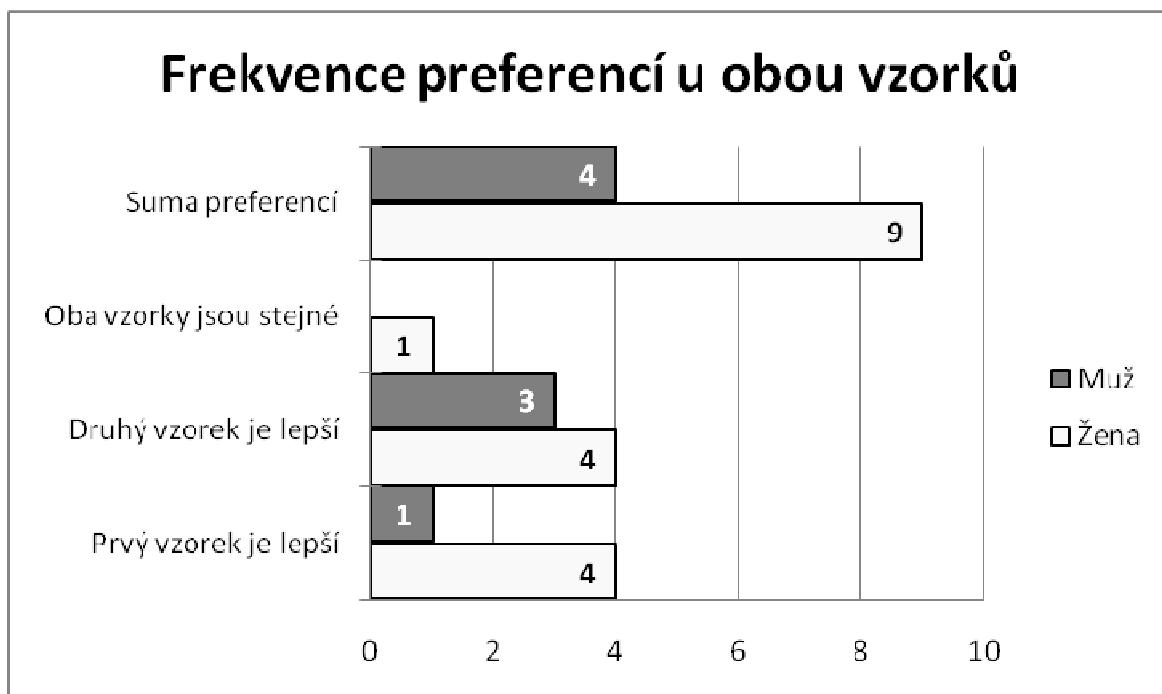
Obrázek č. 3.1, Vzorek číslo dvě, vepřová smaženka.



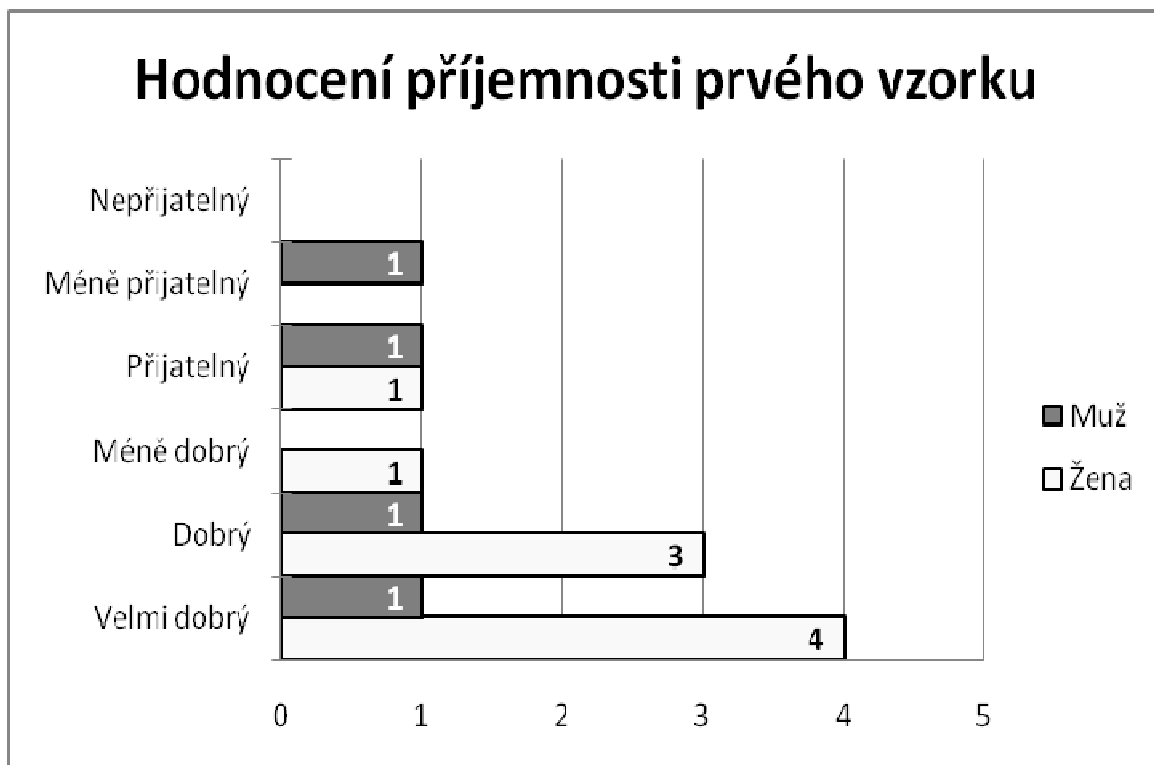
Obrázek č. 3.2, Vzorek číslo dvě, vepřová smaženka v řezu.



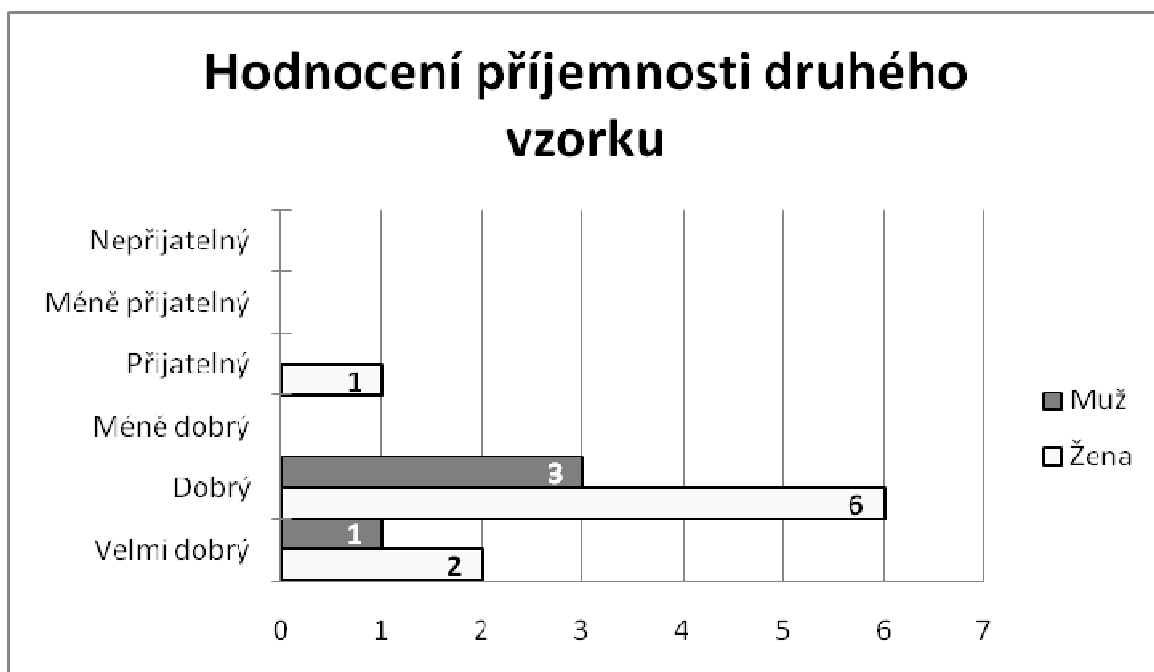
Obrázek č. 3.3, Vzorek číslo dvě, vepřová smaženka v řezu, detail.



Graf č. 1.1, Celkový přehled preferencí testovaných vzorků.



Graf č. 1.2, Celkové hodnocení sensorického dojmu prvního vzorku.



Graf č. 1.3, Celkové hodnocení sensorického dojmu druhého vzorku.

PŘÍLOHA P III: PŘÍKLAD RECEPTU NA JÍDLO ZE SEITANU

Příklad receptu na „Seitan speciál se zeleninou“.

Osmahneme cca půl šálku na sirčičky pórku a půl šálku na sirčičky nakrájenou mrkev. Podlijeme lehce vodou, navrch dáme nakrájený Seitan speciál a pokmínujeme. Dusíme tak dlouho, až je zelenina měkká. Zahustíme maizenou, přichutíme sojovou omáčkou a před podáváním ozdobíme petrželkou [63].

PŘÍLOHA P IV: PROTOKOL O PROVEDENÉM TESTU ČÍSLO DVA

Tabulka č. 2.2, Protokol o provedeném testování metodou párového testu a hedonického posouzení preferencí [38].

Test číslo 2/x Neškolený posuzovatel

Žena/muž

V Praze dne:

Hodin:

Srovnání chuti vzorků párovým preferenčním testem				
<p>Úkol: Ochutnejte oddělené sousto předloženého vzorku. Pomalu vzorek důkladně rozžvýkejte, nechte promísit slinami a posléze polkněte. Zajeďte bobulkou hroznového vína. Vypláchněte si ústa. Po 30 sekundách stejným způsobem ochutnejte stejné množství druhého vzorku. Po dalších 30 sekundách se smíte vrátit k přezkoušení prvního vzorku. Rozhodněte potom, kterému vzorku dáváte přednost (který vzorek je chutnější) nebo uveďte, že se chuť neliší. Svou volbu označte křížkem v příslušném sloupci. Posuďte a vyznačte křížkem v příslušném poli, jakým dojemem na Vás oba vzorky působily.</p>				
Prvý vzorek	Druhý vzorek	Lepší je vzorek		Oba jsou stejně dobré
		prvý	druhý	
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
Výsledný dojem	Velmi dobrý	⋮	⋮	⋮
	Dobrá	⋮	⋮	⋮
	Méně dobrý	⋮	⋮	⋮
	Přijatelný	⋮	⋮	⋮
	Méně přijatelný	⋮	⋮	⋮
	Nepřijatelný	⋮	⋮	⋮

**PŘÍLOHA P V: OBRAZOVÁ A GRAFICKÁ DOKUMENTACE K TESTU
ČÍSLO DVA**



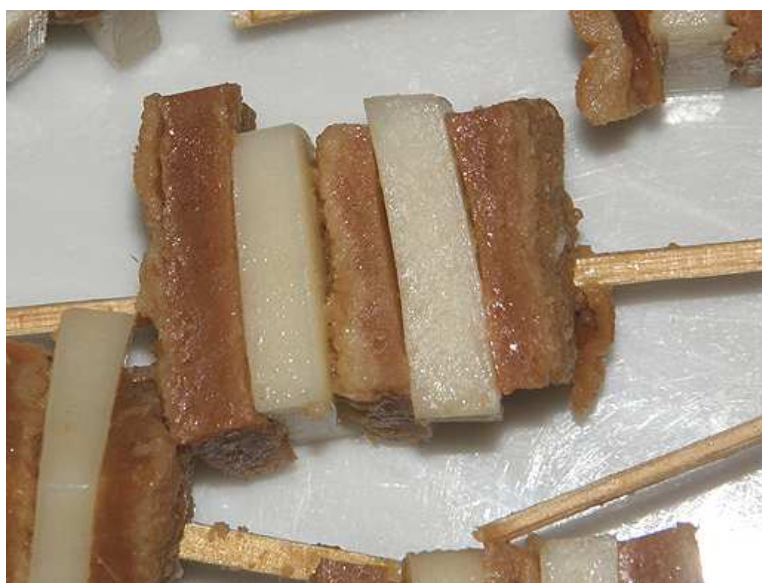
Obrázek č. 4.1, Vzorek číslo jedna, syrové, neobalené ražniči z kuřecího masa.



Obrázek č. 4.2, Vzorek číslo jedna, obalené a usmažené ražniči z kuřecího masa.



Obrázek č. 4.3, Vzorek číslo jedna, ražniči z kuřecího masa se sýrem a hroznovým vínem připravené k testování.



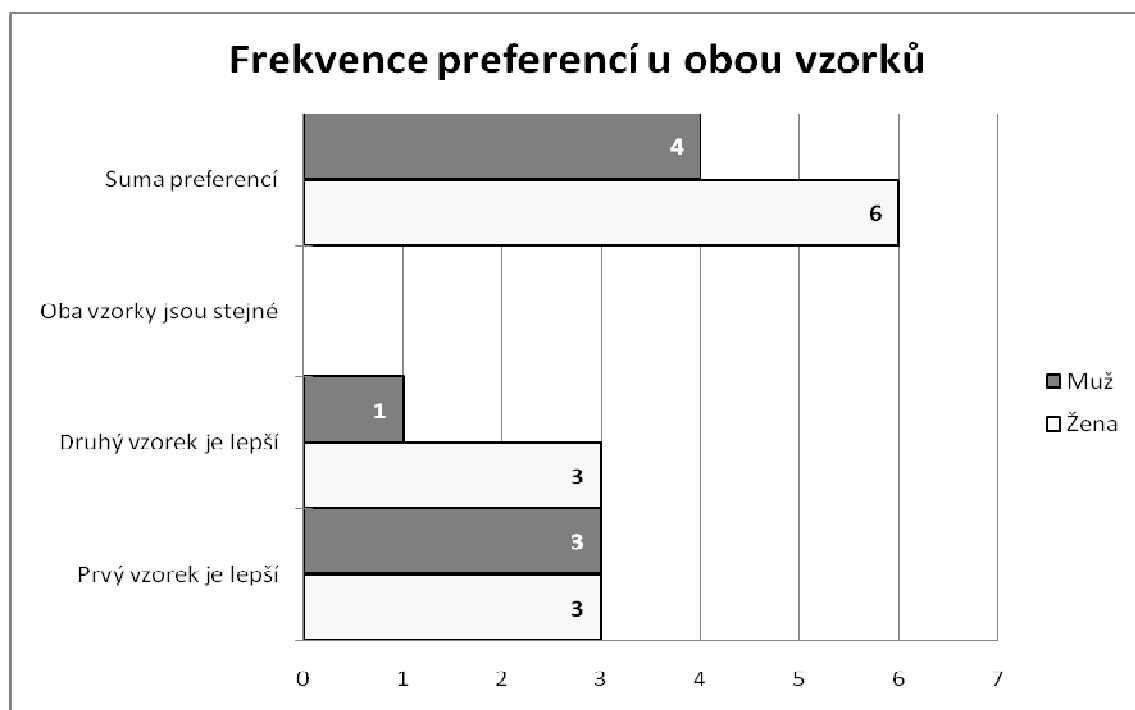
Obrázek č. 5.1, Vzorek číslo dvě, syrové, neobalené ražniči z "ROBI" masa.



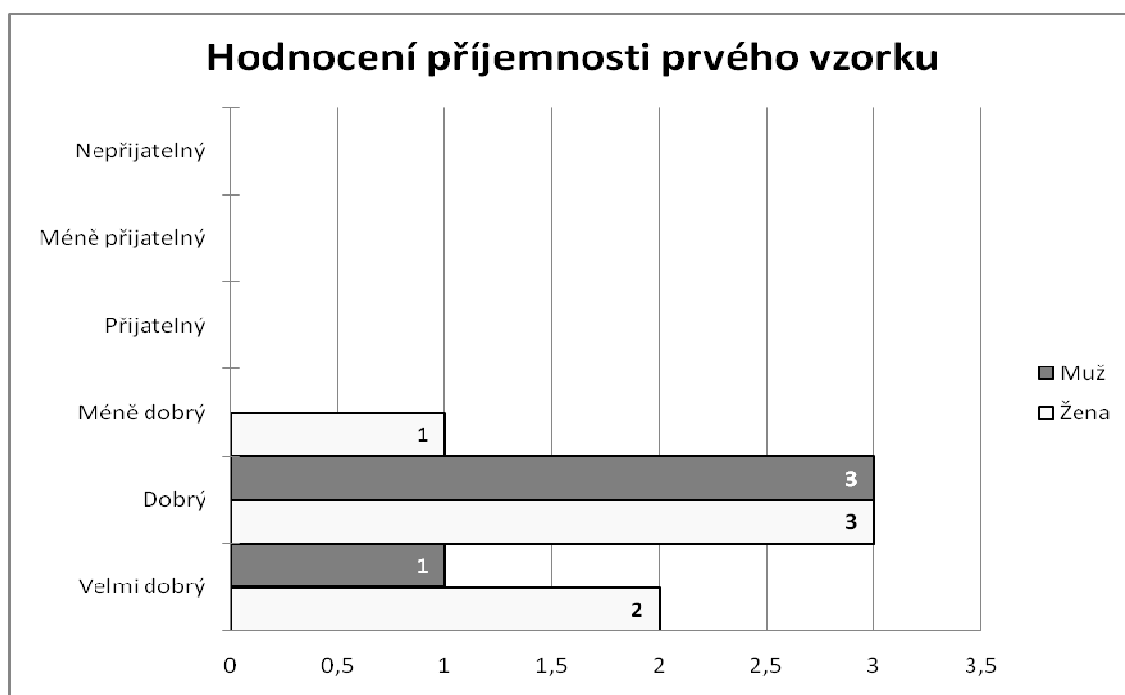
Obrázek č. 5.2, Vzorek číslo dvě, obalené a osmažené ražniči z “ROBI“ masa.



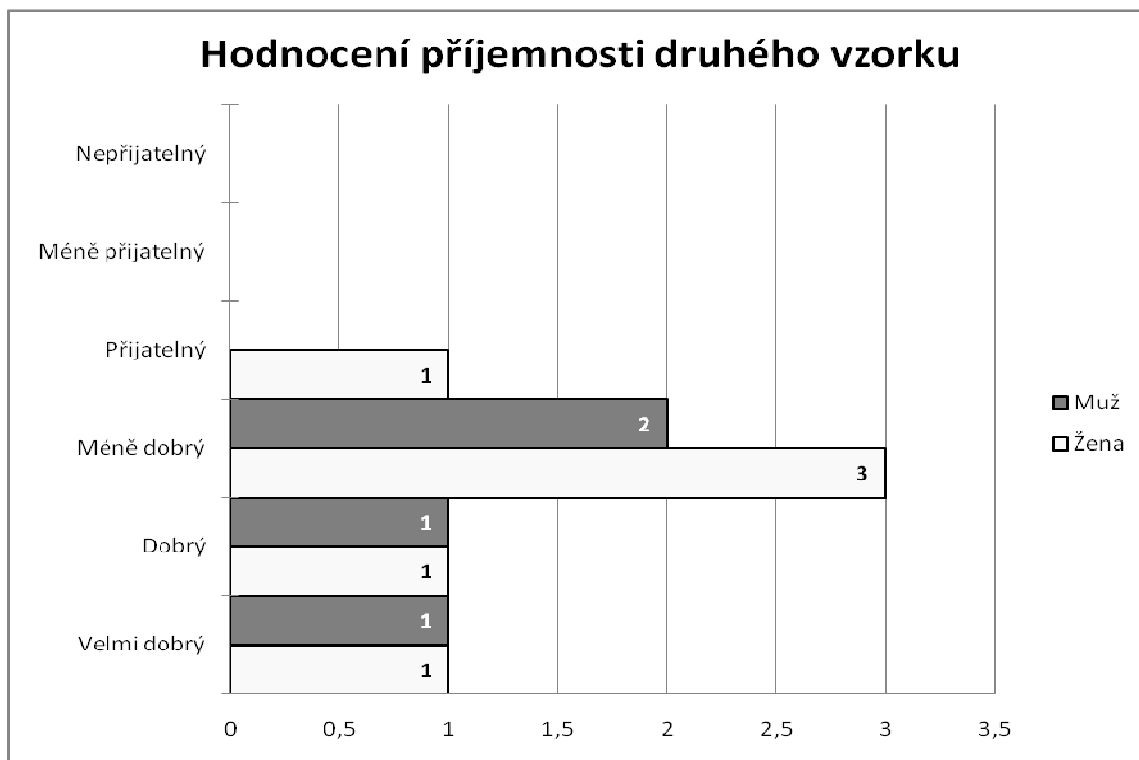
Obrázek č. 5.3, Vzorek číslo dvě, ražniči z “ROBI“ masa se sýrem a hroznovým vínem připravené k testování.



Graf č. 2.1, Celkový přehled preferencí testovaných vzorků.

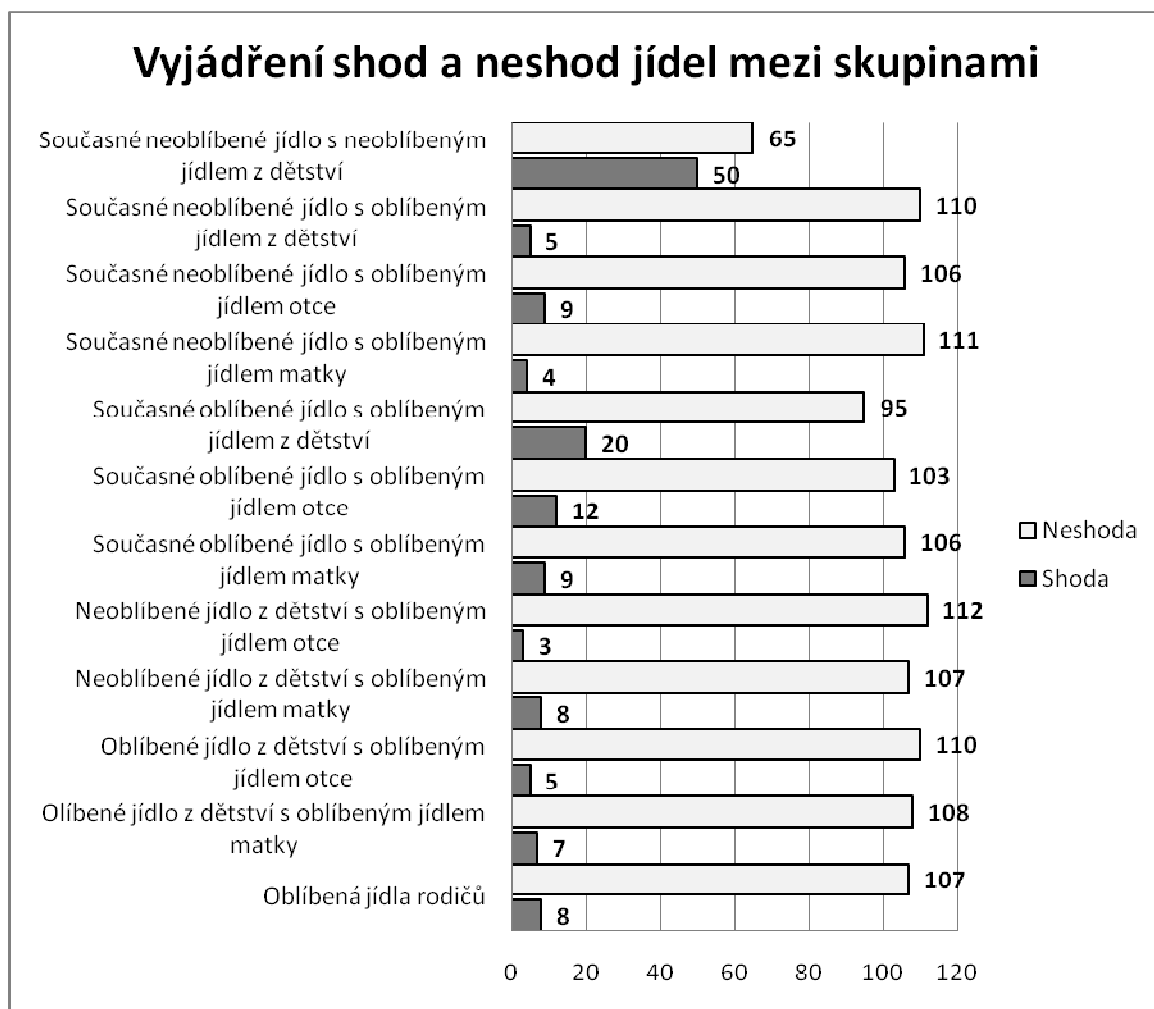


Graf č. 2.2, Celkové hodnocení sensorické příjemnosti prvního vzorku.

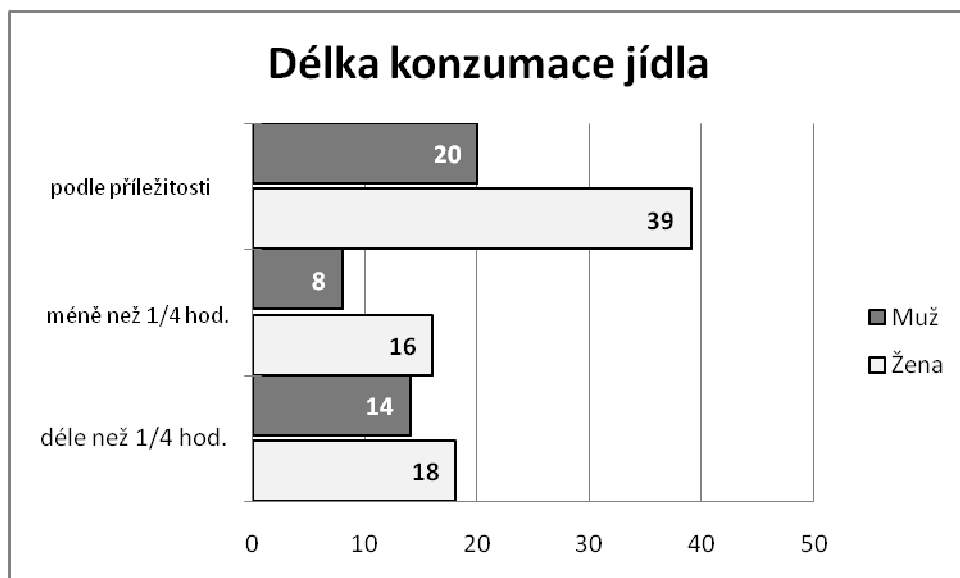


Graf č. 2.3, Celkové hodnocení sensorické příjemnosti druhého vzorku.

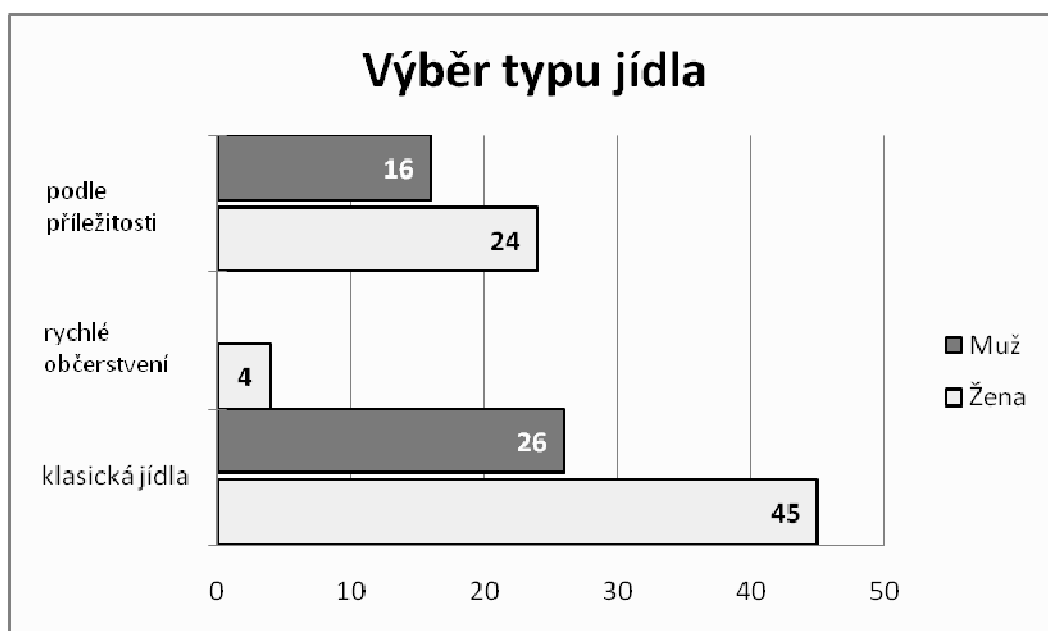
PŘÍLOHA P VI: GRAFICKÁ DOKUMENTACE VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKOVÉHO PRŮZKUMU



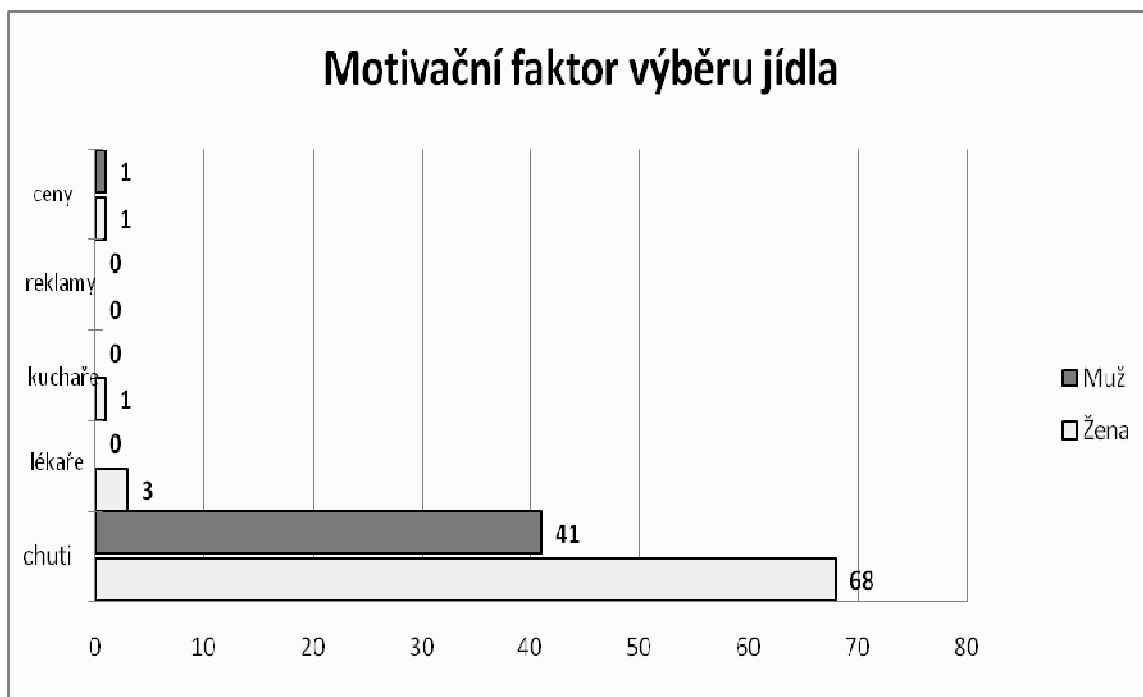
Graf č. 3.1, Vyjádření shod a neshod oblíbených jídel mezi jednotlivými skupinami.



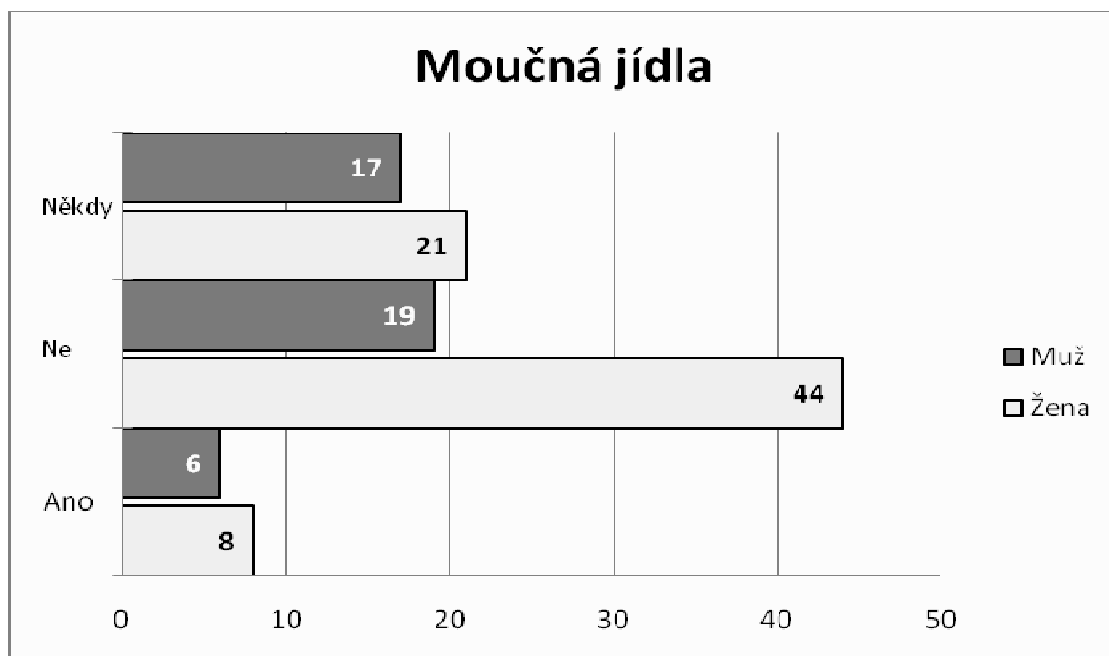
Graf č. 3.2, Délka konzumace hlavních denních jídel.



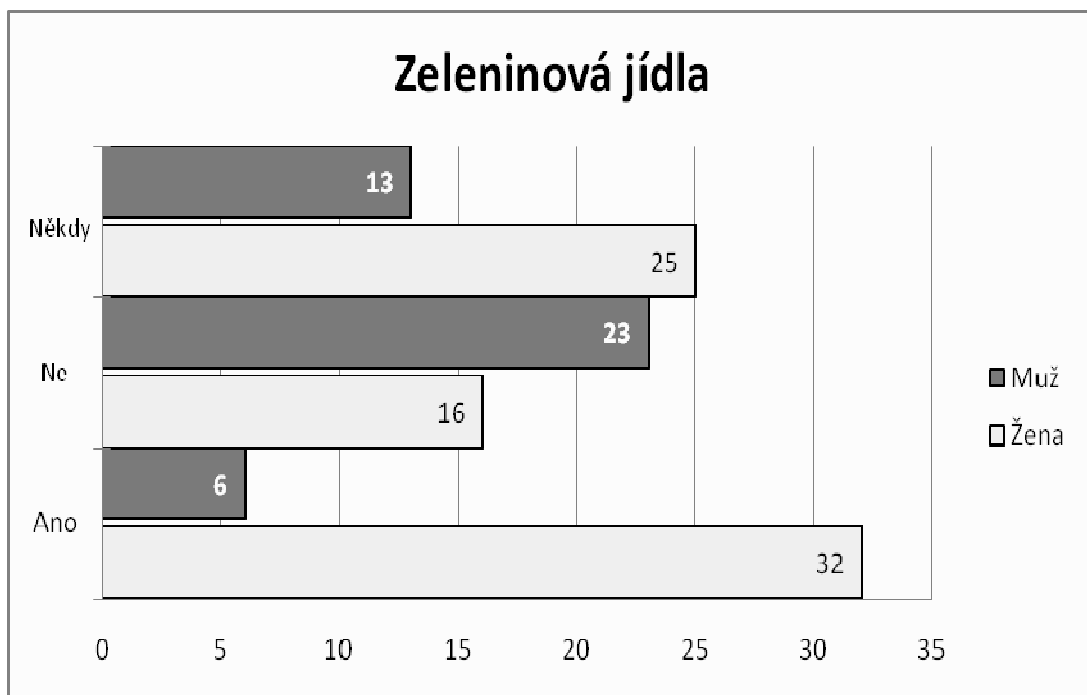
Graf č. 3.3, Výběr hlavního denního jídla podle typu.



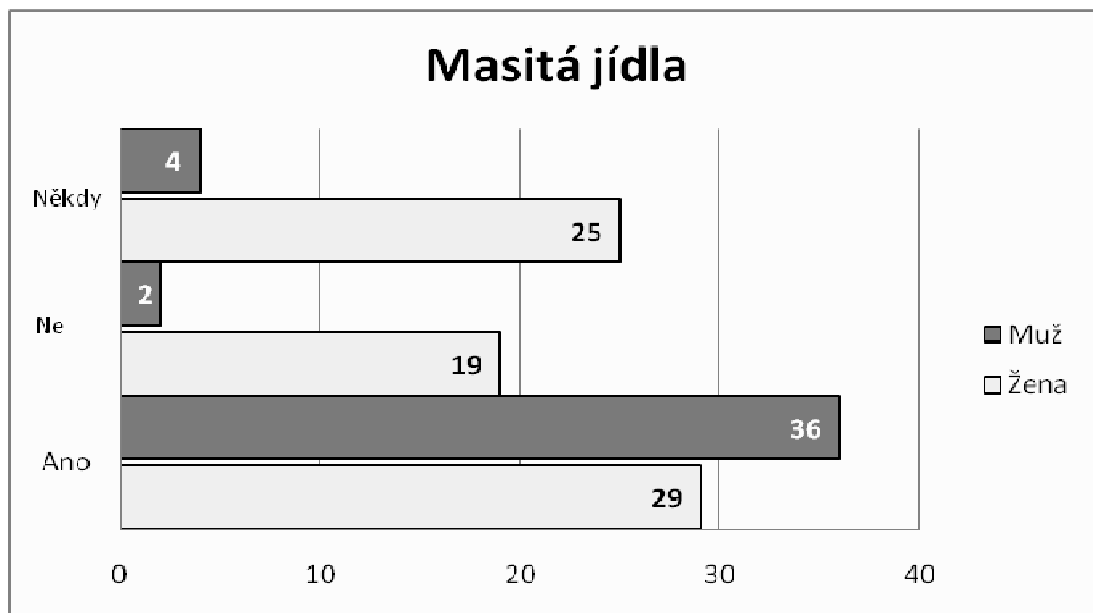
Graf č. 3.4, Motivační faktory výběru hlavní denního jídla podle vnitřních a vnějších vlivů.



Graf č. 3.5, Preference moučných jídel.



Graf č. 3.6, Preference zeleninových jídel.



Graf č. 3.7, Preference masitých jídel.

PŘÍLOHA P VII: PŘEHLED OBLÍBENOSTI RESPONDENTŮ DOTAZNÍKOVÉHO PRŮZKUMU A JEJICH RODIČŮ

Četnost preferencí oblíbených jídel je řazena sestupně.

Tabulka č. 3.1, Odpověď respondentů na otázku „Uveďte prosím oblíbené jídlo své matky“.

Znak	četnost	%
neodpovědělo	0	0.00%
boloňské těstoviny	1	0.87%
boloňské špagety	1	0.87%
bramborová polévka	1	0.87%
bramborové noky špenát sýr	1	0.87%
bramborový guláš	1	0.87%
brambory s omáčkou	1	0.87%
chléb se sádlem	1	0.87%
domácí sekaná bramborová kaše	1	0.87%
drůbeží maso	1	0.87%
hovězí guláš	1	0.87%
jí vše	1	0.87%
kapusta	1	0.87%
karbanátek bramborová kaše	1	0.87%
králík na smetaně	1	0.87%
kuřecí maso	1	0.87%
kuřecí maso na smetaně	1	0.87%
kuřecí steak	1	0.87%
kuřecí řízek	1	0.87%
kynutý knedlík s povidly	1	0.87%
kyselo brambor	1	0.87%
kyselé zelí	1	0.87%
maso	1	0.87%
maso na zelenině	1	0.87%
maso se zeleninou	1	0.87%
masová směs	1	0.87%
mléčné výrobky	1	0.87%
ovesná kaše	1	0.87%
pečená kuřecí křidélka brambor	1	0.87%
pečené kuře bramborová kaše	1	0.87%
pečené vepřové maso mladé zelí	1	0.87%

Pokračování tabulky.

pečené vepřové maso zelí knedlík	1	0.87%
přírodní vepřový řízek obloha	1	0.87%
roštěná	1	0.87%
ryby	1	0.87%
rýžový nákyp s meruňkami	1	0.87%
smažený sýr	1	0.87%
smažený sýr brambor	1	0.87%
svíčková pečeně na smetaně knedlík	1	0.87%
tatarský biftek	1	0.87%
tvaroh brambor	1	0.87%
těstoviny s brokolicí na smetaně	1	0.87%
těstoviny se zeleninou a sýrem	1	0.87%
vaječný chléb	1	0.87%
vařená brokolice	1	0.87%
vařené uzené koleno	1	0.87%
vepřový řízek brambor	1	0.87%
vepřový řízek bramborový salát	1	0.87%
vinná klobása	1	0.87%
vnitřnosti	1	0.87%
vše bez výběru	1	0.87%
vše smažené	1	0.87%
zabijačkový prejt brambor	1	0.87%
zapečené těstoviny	1	0.87%
zelenina	1	0.87%
zeleninové polévky	1	0.87%
čokoláda	1	0.87%
řízek bramborová kaše	1	0.87%
řízek bramborový salát	1	0.87%
švestková omáčka	1	0.87%
žemlovka	1	0.87%
bramborák	2	1.74%
koprová omáčka	2	1.74%
kuřecí maso brambor	2	1.74%
kuřecí řízek brambor	2	1.74%
pečená kachna	2	1.74%
sladká jídla	2	1.74%
smažený řízek	2	1.74%
řízek brambor	2	1.74%
škubánky s mákem	2	1.74%
špagety	2	1.74%
pečené kuře	3	2.61%
rizoto	3	2.61%

Pokračování tabulky.

řízek	3	2.61%
rajská omáčka	4	3.48%
vepřová pečeně zelí knedlík	4	3.48%
svíčková na smetaně knedlík	5	4.35%
těstoviny	5	4.35%
nevím	8	6.96%
celkem	115	100.00 %

Tabulka č. 3.2, Odpověď respondentů na otázku „Uveďte prosím oblíbení jídlo svého otce“.

Znak	četnost	%
neodpovědělo	0	0.00%
bezmasá jídla	1	0.87%
bramborový kuba	1	0.87%
bramborák	1	0.87%
cmunda po kaplicku	1	0.87%
hovězí guláš	1	0.87%
jahodové knedlíky tvaroh	1	0.87%
králík na smetaně	1	0.87%
kuřecí maso na smetaně noky	1	0.87%
kuřecí řízek hranolky	1	0.87%
kynuté knedlíky	1	0.87%
luštěniny	1	0.87%
maso a uzeniny	1	0.87%
masová směs	1	0.87%
masová směs po čínsku	1	0.87%
omáčka knedlík	1	0.87%
ostrá jídla	1	0.87%
pečené jelítko zelí brambor	1	0.87%
pečené kuře	1	0.87%
pečené kuře brambor	1	0.87%
pečené kuře bramborová kaše	1	0.87%
pečené maso	1	0.87%
pečené maso knedlík	1	0.87%
pečené maso pečivo	1	0.87%
pečené vepřové maso zelí knedlík	1	0.87%
pečený bůček	1	0.87%

Pokračování tabulky.

pečeně	1	0.87%
přírodní hovězí maso hranolky	1	0.87%
rajská omáčka	1	0.87%
rizoto	1	0.87%
roastbeef	1	0.87%
roštěná na houbách	1	0.87%
sladká rýže	1	0.87%
smažený sýr	1	0.87%
topinky	1	0.87%
uzené vepřové koleno	1	0.87%
vepřová pečeně špenát bramborový knedlík	1	0.87%
vepřové koleno křen	1	0.87%
vepřový steak	1	0.87%
vepřový řízek brambor	1	0.87%
vepřový řízek bramborový salát	1	0.87%
vývarové polévky	1	0.87%
řízek	1	0.87%
guláš knedlík	2	1.74%
králičí maso	2	1.74%
maso	2	1.74%
ovar	2	1.74%
pečená husa zelí knedlík	2	1.74%
pečená kachna zelí bramborový knedlík	2	1.74%
ryby	2	1.74%
segedínský guláš	2	1.74%
uzeniny	2	1.74%
vepřové výpečky zelí knedlík	2	1.74%
steak	3	2.61%
řízek brambor	3	2.61%
řízek bramborový salát	3	2.61%
guláš	6	5.22%
nevím	11	9.57%
svíčková na smetaně knedlík	11	9.57%
vepřová pečeně zelí knedlík	16	13.91%
celkem	115	100.00 %

Tabulka č. 3.3, Odpověď respondentů na otázku „Jaké bylo Vaše oblíbené jídlo v dětství“.

Znak	četnost	%
neodpovědělo	0	0.00%
banán s cukrem	1	0.87%
boloňské špagety	1	0.87%
bramborová polévka	1	0.87%
bramborové placky s povidly	1	0.87%
broskvové kynuté knedlíky	1	0.87%
hornické závitky knedlík	1	0.87%
hovězí roštěná	1	0.87%
hranolky	1	0.87%
hrášek na smetaně	1	0.87%
kapr na česneku bramborový salát	1	0.87%
knedlík s vejcem	1	0.87%
koprová omáčka	1	0.87%
králičí maso	1	0.87%
kuřecí maso po čínsku	1	0.87%
kynuté knedlíky	1	0.87%
kynutý knedlík s borůvkami	1	0.87%
lívance	1	0.87%
lívance s borůvkami	1	0.87%
maso	1	0.87%
nevím	1	0.87%
nudlová polévka	1	0.87%
ovoce	1	0.87%
pečené kuře	1	0.87%
pečený králík	1	0.87%
plněné papriky rajská omáčka	1	0.87%
polévka s těstovinami	1	0.87%
polévky	1	0.87%
povidlové vdolečky	1	0.87%
rajská omáčka bez masa knedlík	1	0.87%
rajská omáčka těstoviny	1	0.87%
rajská omáčka hovězí maso rýže	1	0.87%
smaženice houby vejce	1	0.87%
smažený sýr hranolky	1	0.87%
tvarohové pirohy mléko	1	0.87%
uzeniny	1	0.87%
vajíčka na měkko	1	0.87%
vepřová pečeně zelí knedlík	1	0.87%
vepřové výpečky	1	0.87%

Pokračování tabulky.

vepřový kotlet	1	0.87%
vepřový řízek	1	0.87%
všechna masa s rajčaty	1	0.87%
zapečené těstoviny	1	0.87%
řízek bramborová kaše	1	0.87%
řízek bramborový salát	1	0.87%
špenát	1	0.87%
žemlovka	1	0.87%
bramborová kaše	2	1.74%
bramborák	2	1.74%
palačinky se šlehačkou	2	1.74%
pečené kuře brambor	2	1.74%
segedínský guláš	2	1.74%
těstoviny	2	1.74%
sladká jídla	3	2.61%
smažený sýr	3	2.61%
řízek	3	2.61%
buchtíčky s krémem	4	3.48%
palačinky	4	3.48%
rajská omáčka	4	3.48%
svíčková na smetaně knedlík	4	3.48%
pečené kuře rýže	5	4.35%
škubánky s mákem	5	4.35%
špagety	5	4.35%
krupicová kaše	17	14.78%
celkem	115	100.00 %

Tabulka č. 3.4, Odpověď respondentů na otázku „Jaké je Vaše oblíbené jídlo v současné době“.

Znak	četnost	%
neodpovědělo	0	0.00%
bramborový knedlík špenát	1	0.87%
brynzové halušky slanina	1	0.87%
brynzové halušky zelí	1	0.87%
brynzové pirohy	1	0.87%
celozrnné pečivo	1	0.87%

Pokračování tabulky.

čočková polévka	1	0.87%
dršťková polévka	1	0.87%
drůbeží maso	1	0.87%
dušená zelenina s masem	1	0.87%
halušky zelí balkánský sýr	1	0.87%
hranolky	1	0.87%
játra s rýží	1	0.87%
kaše	1	0.87%
knedlíky	1	0.87%
kuře KFC	1	0.87%
kuřecí maso na smetaně těstoviny	1	0.87%
kuřecí maso na zelenině brambor	1	0.87%
kuřecí maso po čínsku	1	0.87%
kuřecí řízek	1	0.87%
kuřecí řízek hranolky	1	0.87%
kuřecí steak	1	0.87%
maso	1	0.87%
maso a uzeniny	1	0.87%
maso na zelenině rýže	1	0.87%
maso se zeleninou špagety	1	0.87%
masová směs po čínsku	1	0.87%
nudle s mákem	1	0.87%
palačinky	1	0.87%
pečená kachna zelí knedlík	1	0.87%
pečená krkovice brambor	1	0.87%
pečené kuře brambor	1	0.87%
pečené kuřecí maso zelenina	1	0.87%
pečené maso	1	0.87%
pečený králík	1	0.87%
pikantní masová směs	1	0.87%
rajská omáčka hovězí maso rýže	1	0.87%
rybí filé brambor	1	0.87%
řízek bramborový salát	1	0.87%
segedínský guláš	1	0.87%
sladká jídla	1	0.87%
smažený sýr	1	0.87%
smažený sýr bramborová kaše	1	0.87%
suchary	1	0.87%
sushi	1	0.87%
škubánky s mákem	1	0.87%
špagety	1	0.87%
španělský ptáček rýže	1	0.87%

Pokračování tabulky.

špenát	1	0.87%
těstoviny omáčka	1	0.87%
těstoviny s kuřecím masem zelenina	1	0.87%
těstoviny s masem	1	0.87%
těstoviny s nivou	1	0.87%
uzené maso zelí bramborový knedlík	1	0.87%
vařené maso zelenina	1	0.87%
vepřový kotlet	1	0.87%
vepřový steak	1	0.87%
všechna masa s rajčaty	1	0.87%
zapečená brokolice	1	0.87%
zapečená brokolice s lososem	1	0.87%
zelenina	1	0.87%
zeleninová jídla	1	0.87%
zeleninové rizoto	1	0.87%
zelná polévka	1	0.87%
zvěřina	1	0.87%
žemlovka	1	0.87%
guláš	2	1.74%
guláš knedlík	2	1.74%
koprová omáčka	2	1.74%
kuřecí maso	2	1.74%
kuřecí maso po čínsku rýže	2	1.74%
losos	2	1.74%
rajská omáčka	2	1.74%
smažený sýr hranolky	2	1.74%
steak	2	1.74%
těstoviny sýrová omáčka	2	1.74%
zelenina s těstovinami	2	1.74%
dušená zelenina	3	2.61%
ryby	3	2.61%
řízek	3	2.61%
těstoviny	3	2.61%
pečené kuře rýže	4	3.48%
svíčková na smetaně knedlík	12	10.43%
celkem	115	100.00 %

Tabulka č. 3.5, Odpověď respondentů na otázku „Jaké bylo Vaše neoblíbené jídlo v dětství“.

Znak	četnost	%
neodpovědělo	0	0.00%
bramborové šišky se strouhankou	1	0.87%
dršťková polévka	1	0.87%
dušená mrkev hrášek brambor	1	0.87%
dušená zelenina	1	0.87%
dušené kuře	1	0.87%
holandská omáčka	1	0.87%
jedla jsme vše	1	0.87%
kapusta	1	0.87%
kmínová polévka	1	0.87%
knedlík s vejcem	1	0.87%
křenová omáčka s uzeným masem	1	0.87%
maso	1	0.87%
maso a uzeniny	1	0.87%
mléčná polévka	1	0.87%
nemám	1	0.87%
nevzpomínám si	1	0.87%
ovocné přesnídávky	1	0.87%
palačinky	1	0.87%
pohanková kaše	1	0.87%
rybí filé brambor	1	0.87%
rybí pomazánka	1	0.87%
sladká rýže	1	0.87%
smažená játra	1	0.87%
smažený sýr	1	0.87%
svíčková na smetaně knedlík	1	0.87%
vařená brokolice	1	0.87%
vařená zelenina	1	0.87%
vepřový řízek brambor	1	0.87%
vnitřnosti	1	0.87%
vánočka	1	0.87%
zabijačkové pokrmy	1	0.87%
čočka	1	0.87%
štrůdl	1	0.87%
jitrnice	2	1.74%
játra	2	1.74%
jím vše	2	1.74%
krupicová kaše	2	1.74%

Pokračování tabulky.

nudle s mákem	2	1.74%
polévky	2	1.74%
rybí polévka	2	1.74%
segedínský guláš	2	1.74%
čočka s vejcem	2	1.74%
škubánky s mákem	2	1.74%
špenát	2	1.74%
buchtičky s krémem	3	2.61%
fazole	3	2.61%
houby	3	2.61%
luštěniny	3	2.61%
rajská polévka	3	2.61%
ryby	3	2.61%
tučná masa	3	2.61%
zelenina	3	2.61%
žemlovka	3	2.61%
dušená mrkev	5	4.35%
hrachová kaše	5	4.35%
rajská omáčka	5	4.35%
lečo	7	6.09%
koprová omáčka	11	9.57%
celkem	115	100.00%

Tabulka č. 3.6, Odpověď respondentů na otázku „Jaké je Vaše neoblíbené jídlo v současné době“.

Znak	četnost	%
neodpovědělo	0	0.00%
bramborové šišky se strouhankou	1	0.87%
krupicová kaše	1	0.87%
křenová omáčka	1	0.87%
křenová omáčka s uzeným masem	1	0.87%
lečo s klobásou	1	0.87%
maso a uzeniny	1	0.87%
mák	1	0.87%
nudle s mákem	1	0.87%
pečeně	1	0.87%

Pokračování tabulky.

plíčky na smetaně	1	0.87%
polévky	1	0.87%
rybí polévka	1	0.87%
rýže	1	0.87%
segedínský guláš	1	0.87%
skopové maso	1	0.87%
sladká jídla	1	0.87%
smažená játra	1	0.87%
smažený květák	1	0.87%
smažený sýr	1	0.87%
uzeniny	1	0.87%
vařená zelenina	1	0.87%
vepřová pečeně zelí knedlík	1	0.87%
vepřové maso	1	0.87%
vepřové maso na zelenině brambor	1	0.87%
vepřové výpečky zelí knedlík	1	0.87%
vše s kmínem	1	0.87%
vše s rozinkami	1	0.87%
zabijačkový prejt brambor	1	0.87%
zapečené těstoviny	1	0.87%
zelenina	1	0.87%
zelí	1	0.87%
čočka s vejcem	1	0.87%
šoulet	1	0.87%
špenát	1	0.87%
dušená mrkev	2	1.74%
fazole	2	1.74%
fazolové lusky omáčka	2	1.74%
jitrnice	2	1.74%
luštěniny	2	1.74%
maso	2	1.74%
rajská omáčka	2	1.74%
rizoto	2	1.74%
rýžový nákyp	2	1.74%
sojové maso	2	1.74%
těstoviny	2	1.74%
škubánky s mákem	2	1.74%
buchtíčky s krémem	3	2.61%
játra	3	2.61%
sladká rýže	3	2.61%
tučná masa	3	2.61%
vnitřnosti	3	2.61%

Pokračování tabulky.

dršťková polévka	4	3.48%
koprová omáčka	4	3.48%
lečo	4	3.48%
rajská polévka	4	3.48%
ryby	4	3.48%
žemlovka	4	3.48%
houby	5	4.35%
hrachová kaše	6	5.22%
jím vše	7	6.09%
celkem	115	100.00 %