

Bílkoviny

Zjištěné hodnoty obvyklého přívodu:

Odhad distribuce obvyklého přívodu bílkovin pro jednotlivé věkové kategorie u dětí a kojících matek z pilotní studie PANCAKE je zobrazen v tabulce níže. Střední hodnota přívodu (p50) byla u kojenců na úrovni 12 g/den (mimo kojení), u batolat 40 g/den (mimo kojení), u dětí 60 g/den a u skupiny kojících matek 81 g/den.

Zjištěný obvyklý přívod bílkovin (g/os/d)

Kategorie	t. hm. (kg)	n	avg	sd	p5	p10	p25	p50	p75	p90	p95
Kojenci¹ (3 - 11 m)	8,5	64	13	9,8	0,2	0,3	3	12	21	25	30
Batolata² (12 - 35 m)	13,1	64	43	14	26	31	34	40	49	58	76
Děti (3 - 10 r)	23,9	62	61	13	41	46	52	60	69	75	77
Kojící matky³	67,1	41	81	8,5	67	69	75	81	87	93	94

Pozn.:

1 Ve skupině Kojenci bylo 64 % plně nebo částečně kojených dětí. Přívod nutričních složek mateřským mlékem nebyl sledován.

2 Ve skupině Batolata bylo 14 % částečně kojených dětí. Přívod nutričních složek mateřským mlékem nebyl sledován.

3 Kojící matky byly zahrnuty pouze v rámci skupiny Kojenci.

Doporučení pro přívod bílkovin:

EFSA (2012) stanovila referenční hodnotu AR, kterou lze využít pro hodnocení adekvátnosti přívodu u populačních skupin. AR pro děti ve věku do 1 roku je na úrovni 1,12 g/kg t.hm./d, pro děti ve věku od 1 do 3 let se pohybuje v rozmezí 0,79 – 0,95 g/kg t.hm./d a pro děti od 3 do 10 let v rozmezí 0,69 – 0,75 g/kg t.hm./d. U žen byla hodnota AR stanovena na 0,66 g/kg t.hm./d, přitom dalších 13 – 19 g/d je uvažováno jako dodatečná potřeba během kojení. Obdobná referenční hodnota jako je AR – tzv. EAR byla definována jako součást doporučení DRI USA (2006). EAR pro děti ve věku 1 – 3 byl stanoven ve výši 0,87 g/kg t.hm./d, pro děti ve věku 4 – 8 let je 0,76 g/kg t.hm./d a pro kojící ženy je uvedena hodnota 1,05 g/kg t.hm./d.

Z hlediska nadměrného přívodu doporučení DACH (2008) uvádí, že dosud nejsou k dispozici definitivní údaje o negativním účinku vysokého příjmu bílkovin a je tedy vhodné z bezpečnostních důvodů stanovit pro dospělé horní hranici doporučeného příjmu, při které se neočekávají nežádoucí účinky, na 2,0 g/kg t.hm./d. Podle EFSA (2012) lze za bezpečnou považovat dávku ve výši dvojnásobku PRI.

Hodnocení obvyklého přívodu:

Při srovnání s referenčními hodnotami EFSA se jeví přívod bílkovin jako adekvátní ve všech sledovaných věkových skupinách. Při porovnání zjištěných přívodů s referenčními hodnotami EAR je situace podobná – přívod u kategorie batolat a dětí by byl adekvátní, v případě kojících matek by byla prevalence nedostatečného přívodu na úrovni přibližně 10 % (při použití zjištěné průměrné tělesné hmotnosti pro danou kategorii při výpočtu). V žádné ze sledovaných populačních skupin nebyl pozorován nadměrný přívod bílkovin.

Nejvýznamnější zdroje ve stravě:

U kojenců byly hlavními zdroji bílkovin ve stravě kojenecká mléčná výživa a drůbeží maso. U batolat patřily mezi nejvýznamnější zdroje drůbeží maso, mléko a mléčné výrobky (včetně mléčné výživy) a běžné pečivo. U dětí a kojících matek mělo největší podíl na přívodu bílkovin maso (u dětí převážně drůbeží, u matek vepřové) a masné výrobky, následované mlékem a mléčnými výrobky a běžným pečivem.

Nejistoty spojené s interpretací výsledků:

Při interpretaci dat je třeba brát v úvahu, že u kategorie kojenců není zahrnut přívod bílkovin z mateřského mléka, které tvoří podstatnou složku stravy u této věkové skupiny. Hodnoty vyjadřují pouze tu část, která byla čerpána běžnou stravou nikoli kojením. V kategorii batolat bylo 14 % dětí částečně kojených, což je možné v celkovém hodnocení zanedbat, vzhledem k tomu, že kojení pouze doplňovalo běžnou stravu. U kategorie dětí je interpretace přívodu nutričních složek obtížná, vzhledem k širokému věkovému rozpětí skupiny v projektu PANCAKE (3 – 10 let). Doporučení jsou většinou definována pro užší věkové rozpětí. Je třeba také brát

v úvahu, že se jedná o výsledky zjištěné v pilotní studii a počet respondentů je nižší, než by odpovídalo vzorku reprezentativnímu pro populaci ČR.

