

Vápník

Zjištěné hodnoty obvyklého přívodu:

Odhad distribuce obvyklého přívodu vápníku 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 239 mg/den (mimo kojení), u batolat 774 mg/den (mimo kojení), u dětí 768 mg/den a u skupiny kojících matek 927 mg/den. Výsledné hodnoty nezahnují přívod z doplňků stravy.

Zjištěný obvyklý přívod vápníku (mg/os/d)

Kategorie	t. hm. (kg)	n	avg	sd	p5	p10	p25	p50	p75	p90	p95
Kojenci¹ (3 - 11 m)	8,5	64	304	250	3,4	6,6	36	239	521	688	732
Batolata² (12 - 35 m)	13,1	64	747	246	342	422	550	774	918	1054	1092
Děti (3 - 10 r)	23,9	62	793	161	560	592	689	768	884	978	1050
Kojící matky³	67,1	41	989	277	642	714	783	927	1199	1394	1487

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 vápníku:

Pro děti ve věku 1 – 3 roky uvádí EU (1993) doporučení PRI ve výši 400 mg/den, DACH (2008) uvádí DDP 600 mg/den, ČR (1989) uvádí VDD v hodnotě 900 mg/den. Pro děti ve věku 3 – 10 let EU udává PRI ve výši 400 – 550 mg/den, DACH doporučuje pro toto věkové rozmezí DDP 600 – 1100 mg/den, VDD v ČR udávají 900 – 1100 mg/den. Pro kojící ženy uvádí EU doporučení PRI 1200 mg/den, DACH uvádí DDP ve výši 1000 mg/den (kojící ženy nad 18 let) a VDD v ČR udávají 2000 mg/den. Takto definované referenční hodnoty však nejsou příliš vhodné pro posouzení adekvátnosti přívodu vápníku u populačních skupin. Proto byla využita referenční hodnota EAR (USA, 2006), která je k tomuto účelu určena a je stanovena i pro věkové kategorie dětí. EAR pro 1 – 3leté děti byl stanoven na úrovni 500 mg/den, pro děti ve věku 4 – 8 let ve výši 800 mg/den a EAR pro kojící ženy nad 18 let věku rovněž 800 mg/den.

Hodnocení obvyklého přívodu:

Při srovnání s dostupným doporučením (EAR, USA) je odhad prevalence nedostatečného přívodu na úrovni přibližně 20 % u skupiny batolat, 30 % u kojících matek a 50 % v případě věkové skupiny dětí.

Nejvýznamnější zdroje ve stravě:

U kojenců byla hlavním zdrojem vápníku podle očekávání kojenecká mléčná výživa, podobně jako u batolat, u kterých byly dalším zdrojem vápníku jogurty, mléko a sýry. U dětí a kojících matek měly největší podíl na přívodu vápníku mléko, jogurty, sýry a další mléčné výrobky, dále pekařské výrobky, zelenina a ovoce.

Nejistoty spojené s interpretací výsledků:

Při interpretaci dat je třeba brát v úvahu, že u kategorie kojenců není zahrnut přívod vápníku 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.

