

# Úvod nutriční terapie (1. LF UK, NT)

**Nutriční terapie** je věda o potravinách, jejíž součástí je jednak chemie potravin (se svou statickou a dynamickou částí), technologie potravin (zpracování, skladování, distribuce), mikrobiologie a výživa.

## Terminologie

**Potrava** je označení, které můžeme používat obecně jako název označující:

**poživatiny:**

- potraviny,
- pochutiny (lahůdky, nápoje),
- potravní doplňky (nutriční faktory),
- potraviny pro zvláštní výživu (funkční potraviny, nutraceutika).

**Chemické složení potravin** tj. jaké látky ve složení potravin nalézáme:

**živiny:**

- Výživová (nutriční) hodnota (jakost),
- energetická hodnota (výtěžnost),
  - základní živiny, živné látky (bílkoviny, tuky, cukry),
  - esenciální (nepostradatelné) výživové faktory, přídatné (akcesorní) živiny (vitaminy, minerální látky),
  - voda.

**Výživová a energetická hodnota závisí na:**

- obsahu živin,
- trávitelnosti,
- vstřebatelnosti,
- využitelnosti,
- obsahu jiných látek,
- stravovacím režimu,
- zdravotním a psychickým stavu,
- spalném teple.

**Senzoricky aktivní látky** dávají potravinám:

- organoleptické vlastnosti,
- senzorická (smyslová) hodnota (jakost).

**Vjemy** rozeznáváme:

- **olfaktorické** (vůně) – vonné látky,
- **gustativní** (chuť) – chuťové látky,
- **aróma** – aromatické látky,
- **vizuální** (barva) – barevné látky,
- **vzhled, tvar** (geometrické aspekty),
- **haptické** (hmatové) textura – konzistence (mechanické aspekty),
- **auditorické** – zvuky.

**Antinutriční látky (faktory)**

 Podrobnější informace naleznete na stránce Antinutriční látky.

**Přirozené toxické látky**

 Podrobnější informace naleznete na stránce Toxické látky v potravinách.

**Cizorodé látky:**

- aditivní (přídatné) látky, aditiva,
- kontaminující látky (kontaminanty) – exogenní, endogenní,
- hygienicko-toxikologická hodnota (jakost),
- zdravotní nezávadnost.

**Další složky jakosti potravin**

# Odkazy

## Související články

- Informace k otázkám z oboru výživa
- Voda
- Aminokyseliny
- Peptidy
- Bílkoviny
- Lipidy
- Autooxidace a další reakce lipidů
- Sacharidy
- Polysacharidy
- Vitaminy
- Minerální látky
- Látky vonné
- Látky chuťové
- Látky barevné
- Přírodní toxické látky
- Potravinářská aditiva
- Kontaminanty potravin
- Význam jednotlivých druhů potravin v lidské výživě

## Externí odkazy

- Nutriční terapie (endokrinologie, obezitologie) (<http://endokrinologie-obezitologie.cz/cs/clanky/nutricni-terapie/%7C>)

## Zdroj

- DAVÍDEK, Jiří. *1. ÚVOD, VODA* [online]. [cit. 2012-03-10]. <<https://el.lf1.cuni.cz/p42204189/>>.

## Použitá literatura