



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Správná výživa

Na neuspokojivém zdravotním stavu se významně podílela a dosud podílí nevhodná skladba výživy (nadměrný energetický přívod, převaha živočišných tuků, jednoduchých cukrů, soli, stále ještě nedostatečná konzumace vlákniny, zeleniny a ovoce), i když v posledních letech došlo ke změnám ve spotřebě potravin, které je možno pokládat za pozitivní. Současný stav výživy populace v ČR není, přes některá zlepšení, uspokojivý. Zatímco doporučené dávky potravin jsou v ČR prakticky dodrženy u cereálií, spotřeba zeleniny je pouze asi na 60 % doporučení, spotřeba ovoce asi na 65 % doporučení a mléka asi na 60 % doporučení. Spotřeba masa je asi o 20 % vyšší než je doporučení. Vhodné potraviny dokáží snížit riziko mnoha chorob. (Zdraví 21, cíl 11.)

22. celostátní konference "Výživa a zdraví" konaná 18. - 20. září 2018

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 14. květen 2018 |

Nové Krajské regionální centrum sdílení dobré praxe v oblasti školního stravování

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 3. leden 2018 | Ing.Linda Frohlichova

Výchova ke zdraví

Výstupy z PPZ MZ ČR č. 10407: 1. příručka "Vaříme rádi, zdravě, chutně, rychle, hospodárně" pro praktickou výuku v Rodinné výchově - vaření

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 27. leden 2015 |

Kvíz pro zdraví

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 5. únor 2014 | Ing.Linda Frohlichova

Mapping salt reduction initiatives in the WHO European Region

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 18. září 2013 | MUDr. M. Kodl



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Stravování v těhotenství

Informace o správné výživě nejen pro nastávající maminky

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 18. říjen 2011 | MUDr. Darja Štundlová

Víš, co jíš?

Informace o spolupráci SZÚ při realizaci projektu MZE a ÚZEI www.viscojis.cz (projekt 2007-2009 - SOZ/9981/412/2009/1, pokračování projektu v r. 2010-11). Témata projektu: zdravé stravování a zacházení s potravinami.

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 13. listopad 2012 | MUDr. Darja Štundlová

Řešení jodového deficitu v ČR

Informace o činnosti Meziresortní komise pro řešení jodového deficitu při SZÚ

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 25. říjen 2012 | MUDr. Lydie Ryšavá, Ph.D.

Správnou výživou proti anorexii a bulimii

Informace o seminářích pro pedagogy

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 2. březen 2010 | Mgr. Lenka Suchopárová

Pyramida zdravé výživy

Interaktivní program pro děti - sestavení pyramidy, jídelníčku

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 12. květen 2008 |

Zdravotně výchovné materiály

Letáky, plakáty

[_MARWEL_ALL_ARTICLE](#) 9. červenec 2013 | Ing. L. Fröhlichová



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV