

Posudek vedoucího bakalářské práce **Adriany BUREŠOVÉ**

„Kyselinotvorné a zásadotvorné potraviny, překyselení organismu“

Bakalářská práce **Adriany BUREŠOVÉ** se zabývá problematikou překyselení organismu, a to především v souvislosti s konzumací kyselinotvorných a zásadotvorných potravin.

Práce je logicky rozčleněna do několika podkapitol. Pozornost je věnována acidobazické rovnováze a významu stabilního pH pro organismus. Popsány jsou i hlavní sloučeniny ovlivňující tuto rovnováhu, mezi které patří především bílkoviny a minerální látky. Dále jsou v práci prezentovány jak metody pro stanovení potenciální kyselinotvornosti nebo zásadotvornosti potravin, tak i metody pro stanovení kyselosti vybraných potravin. Pozornost je rovněž věnována zdravotním komplikacím, které mohou souviset s narušením acidobazické rovnováhy organismu a uvedeny jsou i možné korekce tohoto nežádoucího stavu.

Co se vlastního zpracování práce týká, tak se při její realizaci ukázalo, jak velký rozdíl může být mezi termíny kyselost potraviny, a s tím související možnost překyselení žaludku, a kyselinotvornost, resp. zásadotvornost potraviny. Např. citron charakteristický velmi kyselou chutí a nízkým pH se řadí mezi potraviny zásadotvorné. Lze tedy obecně uvést, že mezi kyselinotvorné potraviny patří potraviny živočišného původu a obiloviny, zatímco ovoce a zelenina se řadí spíše mezi potraviny zásadotvorné. Vlastnímu zpracování práce studentka věnovala dostatečné množství času, přičemž práci konzultovala v dostatečném předstihu. Práce je vypracována na velmi dobré úrovni a s dostatečným počtem kvalitních literárních pramenů.

Závěrem mohu prohlásit, že zadání bakalářské práce bylo zcela splněno, práci doporučuji k obhajobě a hodnotím ji známkou:

- **v ý b o r n ě** -

V Pardubicích 28. července 2017


doc. Ing. **Martin ADAM**, Ph.D.

vedoucí bakalářské práce