

CHEMIE A FYZIOLOGIE VÝŽIVY

Specializace, která propojuje molekuly, lidské tělo a každodenní rozhodování o výživě.

VÝŽIVA V SOUVISLOSTECH

Studium spojuje pokročilou chemii, biochemii a fyziologii lidského těla. Umožní vám porozumět tomu, jak složení stravy ovlivňuje metabolismus, imunitu, regeneraci i dlouhodobé metabolické zdraví — u běžné populace i u sportovců.

Výuku garantují odborníci z medicínského výzkumu a lékařské praxe. Během bakalářského projektu budete řešit skutečné výzkumné úkoly související s výživou.



CO VŠECHNO BUDETE ZKOUMAT?

Chemie + biochemie + fyziologie člověka



STRAVA A ŽIVINY

- Běžná strava a výživa
- Vitaminy a stopové prvky
- Doplnky stravy
- Střevní mikrobiom

METABOLISMUS A ZDRAVÍ

- Metabolismus živin
- Metabolické poruchy
- Imunita
- Metabolické zdraví

NUTRIČNÍ DIAGNOSTIKA

- Nutriční diagnostika
- Energetický výdej
- Tělesné složení
- Metabolické ukazatele

SPORT A REGENERACE

- Sportovní výživa
- Regenerace po zátěži
- Adaptace na trénink
- Optimalizace výkonu

OD OTÁZKY K ODPOVĚDI

Jak reaguje tělo na různé složení stravy? Co ovlivňuje energetický výdej? Jak souvisí mikrobiom, imunita a metabolické zdraví? A jak lze výživou podpořit regeneraci a výkon?

SLOŽENÍ STRAVY

MĚŘENÍ A DATA

**FYZIOLOGICKÁ
ODPOVĚĎ**

**PRAKTICKÁ
DOPORUČENÍ**

CO SI VYZKOUŠÍTE

- Práci s laboratorními a diagnostickými metodami
- Interpretaci výsledků v kontextu výživy a zdraví
- Řešení témat běžné i sportovní populace

S KÝM SE SETKÁTE

- Odborníci z medicínského výzkumu
- Specialisté z lékařské praxe
- Specialisté z nutriční praxe

Výživa není jen jídelníček. Je to chemie lidského těla.

Specializace programu B305 • Garant: **prof. Ing. Milena Stránská, Ph.D.** • Ústav analýzy potravin a výživy • uapv.vscht.cz

