

Anotace

Tématem této bakalářské práce je problematika nutričně významných složek rybí svaloviny v prevenci závažných onemocnění. Rybí maso je bohatým zdrojem esenciálních aminokyselin, polynenasycených mastných kyselin, minerálů a vitaminů, což prokazatelně přispívá ke zlepšení lidského zdraví. Omega-3 mastné kyseliny snižují riziko kardiovaskulárních onemocnění. V praktické části práce je pomocí dotazníkového šetření zkoumáno, jaké jsou preference spotřebitelů ohledně konzumace rybí svaloviny a povědomí spotřebitelů o významu rybího masa pro zdraví a prevenci onemocnění. Tato práce je přínosem nejen pro odbornou veřejnost, ale i pro spotřebitele.

Klíčová slova:

rybí maso; omega-3 mastné kyseliny; výživová doporučení; kontaminace ryb; konzumace ryb