

Příloha I Dotazník o zavádění příkrmů v ČR

Pokud máte více dětí, odpověďte podle reality zavádění příkrmů u **nejmladšího** dítěte.

1. Kolik máte dětí?

- a. 1 dítě
- b. 2 děti
- c. 3 děti
- d. 4 děti
- e. 5 a více dětí
- f. Nemám děti. – Konec dotazníku

2. Jak bylo Vaše dítě krmeno před zaváděním nemléčné stravy?

- a. Výlučně kojeno (nebylo mu podáváno nic jiného kromě vody nebo léků)
- b. Kojeno s dokrmováním umělou mléčnou výživou
- c. Krmeno umělou mléčnou výživou
- d. Nevím

3. V kolika měsících života dítěte jste dítěti začala podávat příkrm (nemléčnou stravu)?

Pro vysvětlení: Příkrmy neboli nemléčné potraviny jsou potraviny nebo tekutiny, které jsou jiné než mateřské mléko (nebo počáteční kojenecká výživa) podávané dětem v období, kdy samotné mateřské mléko pro výživu kojence již nestačí)

- a. Před ukončeným 4. měsícem
- b. V průběhu 5. měsíce
- c. V průběhu 6. měsíce
- d. V průběhu 7. měsíce
- e. V průběhu 8. měsíce
- f. Po ukončeném 8. měsíci nebo později
- g. Nepamatuji si.

4. Jaký byl první příkrm, který jste svému dítěti podala?

- a. Jednodruhový (např. pouze mrkev, pouze banán, pouze obilná kaše)

4.a.1. O jaký jednodruhový příkrm se jednalo?

- a. Zeleninový (mrkev, dýně, brokolice, brambor, hrášek)
 - b. Ovocný (jablka, hrušky, meruňky)
 - c. Obilný (pšenice, žito, rýže, oves, jáhly)
 - d. Luštěninový (fazole, cizrna, hrách)
 - e. Mléčný (kravské mléko, jogurty, kefíry)
 - f. Masový (maso, masné výrobky a ryby)
 - g. Vejce
 - h. Nepamatuji si
 - i. Jiný (napište jaký):
- b. Vícedruhový (např. kombinace ovoce + zelenina, zelenina + obilniny, více druhů zeleniny)

4.b.1. O jakou kombinaci potravin se jednalo?

- a. vypisovací

- c. Nepamatuji si.
- 5. Jaký časový odstup jste nechávala mezi zařazením nových potravin?**
- a. Mezi jednotlivými novými potravinami jsem časový rozestup nenechávala.
 - b. 1 den
 - c. 2 – 3 dny
 - d. 4 – 5 dnů
 - e. 6 – 7 dnů
 - f. 8. a více dnů
 - g. Nepamatuji si.
- 6. Jaký zdroj informací byl pro Vás nejčastěji používaný, pro získání informací o zavádění příkrmů do jídelníčku Vašeho dítěte?**
- a. Konzultace s ošetřujícím pediatrem
 - 6.a.1. Proč jste konzultaci s pediatrem používala nejčastěji jako zdroj informací o zavádění příkrmů?**
 - a. vypisovací
 - b. Konzultace s odborníkem se vzděláním v oblasti výživy dětí (nutriční terapeut, nutriční specialista)
 - 6.b.1. Proč jste konzultaci s odborníkem se vzděláním v oblasti výživy dětí (nutriční terapeut, nutriční specialista) používala nejčastěji jako zdroj informací o zavádění příkrmů?**
 - a. vypisovací
 - c. Internet
 - 6.c.1. Proč jste internet používala jako nejčastější zdroj informací o zavádění příkrmů?**
 - a. vypisovací
 - d. Knihy, brožury, informační letáčky o dětské výživě
 - e. Rodinní příslušníci (rodiče, prarodiče, sourozenci)
 - f. Známi a kamarádi
 - g. Jiný
 - h. Informace jsem si nehledala, řídila jsem se vlastním pocitem.
- 7. Kdy jste dítěti poprvé dosladila (nebo plánujete dosladit) příkrm?**
- a. Před 4. měsícem
 - b. Během 4. - 6. měsíce
 - c. Během 7. - 12. měsíce
 - d. Po 12. měsíci
 - e. Příkrmy doma sama nepřipravuji (nepřipravovala jsem), volím kupované.
 - 7.e.1. Vybíráte (vybírala jste) u kupovaných příkrmů výrobky bez přidaného cukru?** (Přidaný cukr je takový, který se přirozeně v potravine nevyskytuje a byl tam přidán např. výrobcem.)
 - a. Ano
 - b. Ne
 - c. Nevím.
 - f. Příkrmy nedoslazuji.
 - g. Nevím.

8. Čím doslazujete příkrmy vašeho dítěte? (Možnost více odpovědí)

- a. Bílý cukr
- b. Med
- c. Čekankový sirup
- d. Jiné sirupy (rýžový, datlový, kokosový, agávový, javorový ..)
- e. Třtinový cukr (z cukrové třtiny)
- f. Hnědý cukr (z cukrové řepy)
- g. Kokosový cukr
- h. Stévie
- i. Umělá sladidla (erythritol, xylitol)
- j. Sladké ovoce (datle, banány, sušené ovoce)
- k. Džemy nebo marmelády
- l. Melasa
- m. Jiné:

9. Kdy jste poprvé do jídelníčku vašeho dítěte zařadila sladkosti?

- a. Před 4. měsícem
- b. Během 4. - 6. měsíce
- c. Během 7. - 9. měsíce
- d. Během 10. – 12. měsíce
- e. Po 12. měsíci
- f. Nedávám dítěti žádné sladkosti.
- g. Nevím.

10. Kdy jste poprvé při přípravě příkrmu přidala (nebo plánujete přidat) sůl do jídla vašeho dítěte?

- a. Odpovědi stejné jako u 7.
- b. Příkrmy doma sama nepřipravuji, volím kupované.

10.b.1. Sledujete (sledovala jste) obsah soli v kupovaných příkrmech? (Pojmem "přidaná sůl" se zde myslí sůl, která se nevyskytovala přirozeně v potravinách a vy jste jí tam sama při přípravě přidala.)

- a. Ano
- b. Ne
- c. Nevím.

11. V jakém pořadí jste zaváděla (budete zavádět) do jídelníčku dítěte jednotlivé

skupiny potravin: (Nápověda: Uveďte pořadí od 1. - 7. přičemž 1. představuje první zařazenou skupinu. U možnosti "Nevím" dejte číslo 0. Pokud nevíte, uveďte u všeho číslo 0.)

- a. Mléko (jiné než mateřské) a mléčné výrobky
- b. Maso a masné výrobky (kromě ryb)
- c. Ovoce
- d. Vejce
- e. Zelenina
- f. Ryby
- g. Obiloviny
- h. Nevím.

12. Kdy jste poprvé do jídelníčku vašeho dítěte zařadila (plánujete zařadit) potraviny obsahující lepek?

Lepek nebo gluten je bílkovina, obsažená v pšenici a dalších příbuzných obilovinách (žito, ječmen a oves). Známy je především v souvislosti s nesnášenlivostí lepku - celiakií.

- a. Před 4. měsícem
- b. V 4. až 5. měsíci
- c. V 6. až 7. měsíci
- d. V 8. až 9. měsíci
- e. V 10. až 11. měsíci
- f. V 12. měsíci a později
- g. Nevím.
- h. Neplánuji zařadit.

13. Kdy jste zařadila (plánujete zařadit) ryby do jídelníčku vašeho dítěte?

- a. Před 4. měsícem
- b. V 4. až 5. měsíci
- c. V 6. až 7. měsíci
- d. V 8. až 9. měsíci
- e. V 10. až 11. měsíci
- f. V 12. měsíci a později
- g. Nevím.
- h. Neplánuji zařadit.

14. Kdy jste zařadila (plánujete zařadit) kravské mléko do jídelníčku vašeho dítěte?

V otázce mě zajímá běžné kravské mléko, jakékoliv formy speciálně upravených mlék pro děti k tomu nepočítejte.

- a. Před 4. měsícem
- b. V 4. až 5. měsíci
- c. V 6. až 7. měsíci
- d. V 8. až 9. měsíci
- e. V 10. až 11. měsíci
- f. V 12. měsíci a později
- g. Nevím.
- h. Neplánuji zařadit.

15. Co za první luštěninu jste dítěti nabídla (plánujete nabídnout)?

- a. červená čočka
- b. hrách (žlutý, zelený)
- c. zelená nebo čerá čočka
- d. cizrna
- e. fazole (bílé, červené, černé, adzuki, mungo ..)
- f. Žádnou jsem nenabídla a ani nenabídnu.

16. Podáváte/Podávala jste tvaroh dítěti před koncem jeho prvního roku?

- a. Ano
- b. Ne
- c. Nevím

17. Kolik let (měsíců) je Vašemu nejmladšímu dítěti?

- a. 0 - 11. měsíců
- b. 1 - 2 roky
- c. 3 - 5 let
- d. 6 - 11 let
- e. 12 let a více

18. Kolik je Vám let?

- a. 19 – 25 let
- b. 26 – 30 let
- c. 31 – 35 let
- d. 36 – 40 let
- e. 41 – 40 let
- f. 46 – 5 let
- g. 51 a více let

19. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- a. Základní
- b. Výuční list
- c. Maturitní
- d. Vysokoškolské

20. Kde bydlíte?

- a. Vesnice
- b. Malé město (Do 100 000 obyvatel)
- c. Velké město (Více jak 100 000 obyvatel)