

**UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA**

Bakalářské prezenční studium  
2009 – 2012

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

Aneta Halačková

Vliv médií na vnímání ženské krásy

**Praha 2012**

**Vedoucí bakalářské práce:**

PhDr. Tereza Vacínová

**JAN AMOS KOMENSKÝ UNIVERSITY PRAGUE**

Bachelor Full-Time Studies  
2009 - 2012

**BACHELOR THESIS**

Aneta Halačková

The influence of media on the perception of female beauty

**Prague 2012**

**The bachelor thesis work supervisor:**

PhDr. Tereza Vacínová

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne

*Jméno autorky*

## **Poděkování**

Chtěla bych poděkovat svému vedoucímu bakalářské práce PhDr. Tereze Vacínové za odborné vedení, za pomoc a rady při zpracování této práce.

## **Anotace**

Tato bakalářská práce se zabývá vlivem médií na vnímání ženské krásy. Rozebírá vliv médií na sebeobraz a vnímání ženské krásy v 21. století, ideály ženské krásy v různých etapách, současné trendy, včetně negativních dopadů jako jsou poruchy příjmu potravy, stres a deprese. Teoretická východiska jsou využita ze studia odborné literatury. Na závěr je popsána kvalitativní analýza ženských časopisů, které nejvíce ovlivňují vnímání a chápání ženské krásy.

## **Klíčové pojmy**

Anorexie, bulimie, deprese, kosmetický průmysl, krása, móda, plastická chirurgie, poruchy příjmu potravy, stres, trendy, žena.

## **Annotation**

This thesis examines the influence of media on perceptions of female beauty. It analyzes the impact of media on self – image and perception of female beauty in 21st century, ideals of female beauty in various stages, current trends, including the negative impacts such as eating disorders, stress and depression. Theoretical studies are used from the literature. Finally it describes the qualitative analysis of women´s magazines, which most affect the perception of female beauty.

## **Key words**

Anorexia, beauty, bulimia, cosmetic industry, depression, eating disorders, fashion, plastic surgery, stress, trends, woman.

# **OBSAH**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>ÚVOD</b>   | <b>8</b>  |
| <b>TEORETICKÁ ČÁST</b>                                    |           |
| <b>1. PROMĚNY ŽENSKÉ KRÁSY V PRŮBĚHU 20. STOLETÍ</b>      | <b>9</b>  |
| 1.1 Krása v průběhu staletí                               | 9         |
| 1.2 Dvacátá léta  | 10        |
| 1.3 Ikony dvacátého století                               | 11        |
| <b>2. SOUČASNÉ TRENDY</b>                                 | <b>15</b> |
| 2.1 Bez pravidel to nejde                                 | 15        |
| 2.2 Vyjadřujeme se barvami                                | 16        |
| 2.3 Stálice módního šatníku                               | 17        |
| <b>3. KULT ŽENSKÉ KRÁSY 21. STOLETÍ</b>                   | <b>21</b> |
| 3.1 Kosmetický průmysl                                    | 23        |
| 3.2 Společnost Dermacol                                   | 24        |
| 3.3 Plastická chirurgie                                   | 26        |
| 3.4 Módní průmysl   | 29        |
| 3.5 Blanka Matragi  | 30        |
| <b>4. PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY</b>                          | <b>32</b> |
| 4.1 Mentální anorexie                                     | 33        |
| 4.2 Historie poruch příjmu potravy                        | 34        |
| 4.3 Regulace tělesné hmoty a příjmu potravy               | 35        |
| 4.4 Zdravotní komplikace mentální anorexie a jejich léčba | 35        |
| 4.5 Sexualita a plodnost u poruch příjmu potravy          | 36        |
| 4.6 Mentální bulimie                                      | 37        |
| 4.7 Mentální bulimie a dějiny přejídání                   | 38        |
| 4.8 Jak bulimie vzniká                                    | 40        |
| 4.9 Terapie mentální bulimie                              | 42        |
| <b>5. STRES A DEPRESE</b>                                 | <b>43</b> |
| <b>6. ŽENSKÉ ČASOPISY A JEJICH VLIV NA SEBEOBRAZ ŽENY</b> | <b>49</b> |
| 6.1 Marianne  | 49        |
| 6.2 Elle  | 50        |
| 6.3 Joy   | 51        |
| 6.4 Instyle   | 51        |
| 6.5 Cosmopolitan  | 52        |
| 6.6 Harper´s Bazaar                                       | 53        |
| <b>ZÁVĚR</b>  | <b>54</b> |
| <b>SEZNAM POUŽITÉ ČESKÉ LITERATURY</b>                    | <b>55</b> |
| <b>SEZNAM POUŽITÉ ZAHRANIČNÍ LITERATURY</b>               | <b>56</b> |
| <b>INTERNETOVÉ ZDROJE</b>                                 | <b>57</b> |

## ÚVOD

Dnešní doba je diktována nejrůznějšími ideály krásy, kterým se jak mladí, tak i dospělí lidé chtějí co nejvíce přiblížit. Můžeme to vidět všude kolem sebe. Billboardy s topmodelkami, televizní reklamy, kde žena v domácnosti je prezentována jako dokonalá matka, která vše zvládá na sto procent a ještě u toho vypadá báječně, časopisy, ze kterých na nás vykukují podvyživené modelky, které se tváří šťastně a spokojeně v nejnovějším modelu od Versace.

Média na nás všechny mají nespočítatelný vliv, který navíc umocňuje i dnešní doba, být stále více trendy. Vnímání ženské krásy se stalo postupem času otázkou spíše zevnějšku. Stále více je kladen důraz na to, aby se mladí lidé drželi nejnovější módy, která sebou ale bohužel nese módu anorekticky vypadajících dívek, ale i mužů.

Ve své práci uvádím, jak se ženská krása měnila v průběhu času a kam až se dostala do dnešní doby, současný hit - plastickou chirurgii, nejnovější poznatky v módním průmyslu. Uvádím také negativní dopady, které s sebou móda nese, jako poruchy příjmu potravy, stres a deprese.

Cílem práce je analýza vlivu médií na sebeobraz a vnímání ženské krásy v 21. století, to jak na nás média působí a do jaké míry až sahá jejich vliv na naši osobnost.



# 1. PROMĚNY ŽENSKÉ KRÁSY V PRŮBĚHU 20.STOLETÍ

## 1.1 Krása v průběhu staletí

Rozsivalová (1996) říká, že touha po kráse, ke které patří půvabný a přitažlivý vzhled, je stará jako lidstvo samo. Představa o tom, co je krásné, jinak řečeno ideál krásy, se však stále mění a každá doba si vyžaduje svůj vlastní typ a vlastní podobu toho, co považuje za krásné. Souvisí to vždy s právě panujícím způsobem života, hospodářskými i společenskými poměry, ale i s názorem každého jednotlivce. „*Alium aliud placet*“ znamená, že každému člověku se líbí něco jiného. Ať už se podíváme do jakékoli doby v historii, každá měla svůj ideál ženské krásy. Ženy, dívky, ale také muži, se chtěli stylizovat do jakéhosi ideálu krásy dané doby.

Kybalová (2009) uvádí, že oděv byl ve všech historických dobách významnou součástí životního stylu jedince i společnosti. Odrážel společenské postavení, příslušnost k oboru lidské činnosti, náboženské přesvědčení, věk, estetické cítění i osobní vyhraněnost mužů a žen.

Vrátíme – li se do 20. století, první na co je třeba se zaměřit, je především konec války. Pro ženy to znamenalo určitou svobodu a příležitost, aby se mohly zaměřit na módu, její styl a ukázat ženskost. Od neforemného oblečení se přechází ke zdůrazňování ženské siluety v podobě zdůraznění ženských předností. Ať se jedná o ženská ňadra, pas, boky, dámy chtěly předvést svou krásu. V předválečné době byla móda sukně dlouhé až na zem, pod nimi několik vrstev spodniček a jakékoliv zdůraznění siluety bylo zcela nepřijatelné. Avšak po válce se začala móda vyzdvihoval v mnoha směrech a umožnila tak vzniknout mnoha návrhářům a nechat je rozvíjet fantazii.

Velkým hitem se stala podprsenka. Korzetům, které neumožnily ženám téměř dýchat, bylo sbohem. Ženy začaly více pečovat o svůj zevnějšek, objevovat stále více sílu líčidel a předhánět se v nových a nových trendech. Novou módou se stalo zkracování. Zkracovaly se sukně, účesy, ženy chtěly ukázat více své kůže.

## 1.2 Dvacátá léta

*„ Při listování módními časopisy dvacátých let bychom snadno mohli zapomenout na to, že v roce 1918 skončila válka, která tak těžce poznamenala celou Evropu, jak dlouho trvalo, než byl nastolen mír, kolik problémů přineslo nové uspořádání Evropy, s jakými těžkostmi se uzavíraly mírové dohody s poraženými státy. Z tohoto pohledu se problém oblékání na počátku dvacátých let jeví jako nicotný. Ale i kdyby to znělo sebeabsurdněji, historie potvrzuje, že tahle disciplína se opakovaně stává nezanedbatelným pomocníkem v nesnadných poválečných časech, jakoby se pro zbědovanou společnost právě ona stala tím podnětem, který jí pomáhá snáze překonávat těžké svízele. Ani po první světové válce tomu nebylo jinak. Právě v těchto letech se totiž udála jedna z nejradikálnějších proměn, jakou jsme dosud v dlouhé historii odívání nezaznamenali, zřejmě jak pod tlakem neutěšených poválečných problémů, tak vlivem stále sílící emancipace - v každém případě je možné ji srovnávat do jisté míry jen s přijetím chemise v době francouzské revoluce, nebo s odložením korsetu na přelomu devatenáctého a dvacátého století. „<sup>1</sup>*

---

<sup>1</sup> KYBALOVÁ, Ludmila. *Dějiny odívání, Od „zlatých dvacátých“ po Diora*. 1. vyd. Praha : Lidové noviny, 2009. 21 s. ISBN 978-80-7106-142-7

### 1.3 Ikony dvacátého století

Nejdůležitějším zlomovým bodem v oblasti módy ve 20. století, se stala **Coco Chanel**, jinak také nazývána vizionářka módního světa. Coco, vlastním jménem Gabrielle Bonheur, byla francouzského původu. Poznamenána dětstvím, když jí zemřela matka a otec ji i její sourozence odevzdal do sirotčince, vystupovala Gabrielle v kabaretu, kde jí udělili přezdívku Coco. Postupem času se mladá Coco vydala do Paříže, kde získala zaměstnání jako kloboučnice. Už od mládí jí nebavilo vystupovat jako stereotyp v nudném oblečení ostatních dam a snažila být originální, mnohdy až extravagantní pro tehdejší společnost. Podařilo se jí otevřít svůj vlastní obchod, kde navrhovala šaty nejen pro movité. Její styl se vyznačoval jednoduchostí, elegancí avšak pohodlností. Do svých návrhů se snažila vkomponovat mužské stříhy, avšak tak, aby nebyla ztracena ženskost. Právě v tuto dobu nastává období zkracování. Ženy doposud nosily dlouhé vlasy stočené do drdolu, nyní nastala doba, kdy dámy své dlouhé hřívy zkrátily na mikáda. Skončila éra korzetů, Coco je nahradila za tzv. malé černé. Vlasy nebyly vše, co se zkracovalo. Další na řadu přišla dámská sukně, která poprvé ukázala na obdiv dámská kolena.

*„Tehdy je už chanel – look běžným označením i v zámoří a tzv. „chanelovský kostým“ pojem známý v celé společnosti – pro elegantní, sportovní, pohodlný a hlavně ženský styl. Stříh se nemění, ale každou sezónu doznává proměny – pohodlný stříh kabátka nemá revéry, je jednořadový, s ozdobnými, často i zlatými knoflíky. Rovná sukně je střižena z pěti dílů, celý kostým je ušit z vlněné látky, preferovaná je námořnická modř, bílá, červená, růžová, okraje lemují barevně kontrastující prýmký.“<sup>2</sup>*

Klasickým příkladem návrhů Coco Chanel se staly také lakované lodičky, které měly černou špičku. Její kostýmy, inspirované pánskými obleky, dostaly podobu dnešních klasických dámských kostýmů s lemy a přesnou linií

---

<sup>2</sup> KYBALOVÁ, Ludmila. *Dějiny odívání, Od „zlatých dvacátých“ po Diora*. 1. vyd. Praha : Lidové noviny, 2009. 207 s. ISBN 978-80-7106-142-7

dámské postavy. Coco se svým nadáním módní umělkyně, začala pořádat módní přehlídky, které si ženy nemohly nechat ujít za žádnou cenu. Typickým znakem na jejích přehlídkách byly perly, zlatý řetěz a brože, které zdobily modelky. Její dům od sedmdesátých let převzali přední návrháři jako Cecil Beaton, či Karl Lagerfeld. Legendou samotnou se stal také její parfém, pojmenován Chanel No. 5, který jí v roce 1921 pomohl vytvořit její tehdejší přítel, zaměstnáním parfumér. Dnes parfém Chanel patří mezi stále nejvíce prodávané vůně světa.

Dvacáté století ovládly herečky jako Audrey Hepburn, Marilyn Monroe, Brigitte Bardot. **Marilyn Monroe**, vlastním jménem Norma Jean Baker Mortensonová (byla pokřtěná s příjmením Baker), byla a dodnes je vzorem dokonalé krásy pro mnoha žen. Její kypré tvary, odbarvené vlasy v mužích vyvolávaly touhu a v ženách závist. Její hvězdná kariéra byla odstartování především díky vyzdvižení jejího sexappealu. Díky jejímu zevnějšku byla Marilyn zařazena do složky naivních blondýn, kterým vše prochází jen díky jejich kráse, ale okolí z nich příliš velký respekt nemá. Nejlepším příkladem takovéto postavy je Sugar ve filmu Někdo to rád horké. Její sláva však byla natolik neúnosná, že Marilyn už dále nezvládala tlak svého okolí a problémy začala řešit antidepresivy. To se Marilyn stalo osudným, když se v pouhých třicetišesti letech předávkovala barbituráty. Dodnes Marilyn Monroe patří k největším hollywoodským herečkám a osobnostem, které ale bohužel spáry showbusinessu vtáhly a pohltily.

*„Jednoho poválečného letního dne roku 1946 podepsala mladá fotomodelka smlouvu se společností Twentieth Century Fox. Asistent režie ve studiu jí pomohl vymyslet nové jméno. A tak se onoho dne v západní čtvrti Los Angeles z Normy Jeane Doughertyové stala Marilyn Monroe.“<sup>3</sup>*

---

<sup>3</sup>CROWN, Lawrence. *Marilyn, Twentieth Century Fox*. Fortuna Print, 1993.

Další naprosto nezapomenutelnou osobností Hollywoodu minulého století je americká kráska **Audrey Hepburn**. Audrey, která chtěla být původně baletka, se lidem do jejich podvědomí dostala filmem Prázdniny v Říme. Ten odstartoval její hvězdnou kariéru a díky němu Audrey získala v roce 1954 nejvyšší ohodnocení Oscara. Naprostou klasikou se stal film Snídaně u Tiffanyho, kde Audrey ztvárnila hlavní roli. Bohužel také Audrey patřila mezi dívky, které trpěly mentální anorexií. Kvůli této nemoci měla spoustu zdravotních potíží a opakovaně musela jít na potraty. Audrey se stala symbolem krásy a módní ikonou. Dodnes je tato malá kráska považována za nepomíjející symbol elegance.

Druhou polovinu 20. století ovládla dívka pod pseudonymem **Twiggy**. Twiggy, vlastním jménem Leslie Horby, se stala vůbec první supermodelkou v polovině 60. let minulého století a odstartovala nový kult dokonalosti. Leslie Horby byla dívka, která spustila fenomén zvaný anorexie a obsadila titulní stránky všech módních časopisů. Novým ideálem se stala vyhublá postava, vyčnívající kosti, žádná prsa, žádný zadeček, pouze co nejvíce vyhublá postava a pohled vystrašené dívenky. Mladé dívky a ženy byly doslova posednuty vypadat tak, jako ona. Bohužel se tím odstartovala etapa nezdravě vypadajících dívek, které následkem anorexie umíraly.

Pokud se vrátíme mezi hlavní tvůrce módy 20. století, je třeba připomenout několik důležitých jmen. Příslušníci tzv. haute couture, dokázali módě dávat stále novou a novou tvář, originalitu a dovést ji až na úplný vrchol. Patří mezi ně např. Christian Dior, klíčová postava ve světě módy. Zprvu byl považován za malíře, za svého mládí si otevřel vlastní uměleckou galerii. Šťěstí mu ale nepřálo a tak se dostal k navrhování klobouků, tak jak to bylo u již zmíněné Coco Chanel. Postupně se vypracoval do módního domu v Paříži a angažoval se zde jako módní tvůrce.

*„Do té doby, v letech 1947 – 1957 je předním a všeobecně uznávaným tvůrcem dámské módy femininního stylu, v níž klade velký důraz na detaily. Navrhl mnoho především večerních oděvů, komponovaných na korset.“<sup>4</sup>*

Dalšími jmény, která Kybalová (2009) uvádí, a které stojí za to zmínit, a patří jim velký dík za rozvoj a vývoj módního průmyslu jsou: Cristobal Balenciaga, Pierre Balmain, Pierre Cardin, Charles Creed, Jacques Fath, Markýz Hubert de Givenchy, Alix Grés, Mainbocher, Robert Piquet, Nina Ricci, Marcel Rochas, Maggy Rouff, Elsa Schiaparelli.

---

<sup>4</sup> KYBALOVÁ, Ludmila. *Dějiny odívání, Od „zlatých dvacátých“ po Diora*. 1. vyd. Praha : Lidové noviny, 2009. 206 s. ISBN 978-80-7106-142-7

## 2. SOUČASNÉ TRENDY

Rok co rok se móda a současné trendy mění zrovna tak jako počasí. Módní návrháři mají celoročně plné ruce práce a ženy jsou pokaždé v nedočkavém očekávání. Čekání na nejnovější módní trendy. Módní přehlídky praskají ve švech a redaktoři módních časopisů píší články o největších úlovcích. Nikdo by však neměl zapomínat, že veškerá současná móda a trendy slouží pouze jako inspirace. Lidé by neměli zcela podlehnout, ale vytvořit si každý svůj osobitý styl. Člověk neslouží jen jako věšák na šaty, ale jak se říká, šaty dělají člověka. Styl představuje vnitřní krásu člověka, kterou vystavujeme navenek. Sledujme vše, co děje v módní branži, ale nechávejme se ovlivňovat a dělat ze sebe něco, co nejsme.

### 2.1 Bez pravidel to nejde

Pavličová, Vančurová (2004) píše, že ačkoli se to nám ženám nezdá, tak i v cestě za krásou se uplatňuje několik základních pravidel. Slouží nám jako jednoduchý a obecný návod k tomu, na co si dát pozor, co používat a kdy a kde zdůraznit. Pravidla jsou následující:

- Každé pravidlo má své výjimky
- Není ošklivých žen, jsou jen ženy, které se neumějí upravit
- Harmonie spočívá v opakování
- Jsou 4 skutečnosti, které přitahují pozornost: světlé barvy, ostré barvy, vzory, cokoli lesklého
- Vodorovné linie opticky zkracují a rozdělují
- Zvláštnosti lze zakrýt nebo zvýraznit

*„Těchto šest hlavních zásad je jakýmsi základem pro ženy tápající a hledající samy sebe. Samozřejmě na cestě za vkusným šatníkem a správnými doplňky čeká ještě řada dalších důležitých věcí...“<sup>5</sup>*

## **2.2 Vyjadřujeme se barvami**

*Žít bez barev je nesmyslné a absurdní: barvy zjasňují, ožívují, povzbuzují a přinášejí potěšení těm, kteří je nosí, i těm, kteří je pozorují.*

*(Gianni Versace)*

Barvy jsou pro každého člověka velmi důležitým prvkem. Pomocí barev můžeme vyjádřit svoje emoce, svůj styl, náladu, zkrátka cokoli budeme chtít vyjádřit. Existuje celá škála barev, ze kterých si každý člověk může vybírat. Každá barva má ale svoji specifickou charakteristiku, která nám něco sděluje a působí na nás určitým dojmem. Lechevalierová (2005), charakterizuje barvy následně:

- Modrá – modř, ať už mořská nebo královská v nás vyvolává pocit klidu, pořádku, jistoty. Barva nebe a moře, mírumilovnosti a ticha je spojována s únikem od reality, se sněním.
- Zelená – tato barva v nás vyvolává pocit sounáležitosti s přírodou, pocit pohody a štěstí. Zelená je barva venkova, lesů, strání, polí, tedy přírody samé. Je to barva, která v člověku evokuje pocity naděje a obnovy, jara, probuzení, životní síly.
- Hnědá, béžová a kaštanová – hra barev, která vyvolává pocit přívětivosti, oddanosti a jistoty, ale také všednosti, nenápadnosti a lhostejnosti.

---

<sup>5</sup> PAVLIČOVÁ, Šárka, VANČUROVÁ, Eva. *Doplňkománie aneb co a jak s módními doplňky*. 1. vyd. Praha : Albatros, 2004. 24 s. ISBN 80-00-01417-3



- Fialová – barevné variace jako lila, červeno fialová nebo švestkově fialová symbolizují citlivost, představivost, intuici a vznešenost. K této barvě neodmyslitelně patří i určitá melancholie.
- Oranžová – od zářivě oranžové až po barvu zralé broskve. Tato barva nám nabízí širokou škálu veselých a zářivých barev, ztělesňující vitalitu, otevřenost, společenskost, vybíravost a stálý apetit.
- Šedá – barva, která působí dojmem neutrality, vyrovnanosti a nestrannosti, vyvolává respekt. V šedé barvě, ale působíte jako šedá myš, vyvolává v nás tudíž pocit neurčitosti a dvojznačnosti.
- Červená – barva, která představuje dynamiku, dravost, sebedůvěru, neporazitelnost, ale také vášň, touhu a výstřednost. Barva evokující krev, rudá je spojována s agresivitou, vyhrožováním.
- Žlutá – veselá, optimistická a vstřícná barva, s dojmem klidu.

### 2.3 Stálice módního šatníku

Není vždy pravdou, že móda, kterou vidíme v nejnovějších módních časopisech nebo na přehlídkách, diktuje současné trendy. Každá žena určuje svůj osobitý styl a vede se silou intuice, co jí sluší a co ne. Mnohdy se nám může zdát, že móda a kolekce od slavných návrhářů, jakoby se znovu a znovu vracela a pouze obměňovala. V průběhu několika desítek let se však vytříbily určité kousky, které ženám v jejich šatníku nemohou chybět.

- Černé pouzdrové šaty – prvek, který by neměl chybět žádné ženě v šatníku. Klasika, která se drží na prvních příčkách již spoustu let a která nikdy nezklame. Každé ženě pomůže vyzdvihnout její krásu a udělat z ní opravdovou dámu.

*„Je jim osmdesát let, ale nevypadají na to. Nezbytná součást šatníku, vrchol stylu, vždy stranou nestálých sezónních trendů. V umění přizpůsobit se – lesku třicátých let, tradicionalismu let padesátých, taneční horečkou poznamenaným létům sedmdesátým, třpytu let osmdesátých a chaotickým stylovým zvrátům let devadesátých, černé pouzdrové šaty hravě předčí i Zelig. Jednou královsky vznešené a dlouhé až na zem, podruhé zkrácené nad kolena a neodolatelně sexy: tak se zrodily – s délkou, která je tím pravým kompromisem mezi oběma extrémy – v roce 1926 v Paříži, s předky z té nejlepší společnosti. Vlastní potomek Gabriely Coco Chanel je okamžitě jmenován rolls – roycem módy pro svou elegantní a vznosnou linii.“<sup>6</sup>*

- Jehlové podpatky – každé ženě dodají sebevědomí.

*„Jehlové podpatky představují v bezbřehém panoramatu obuvnictví bezpochyby kultovní směs sex-appealu a ženskosti, třebaže s aspekty poněkud morbidními, které se na etymologické úrovni pojí se špičatým bodlem čtvercového nebo trojúhelníkového průřezu, oblíbeným již v době renesance, předchůdcem dnešního zavíracího nože. Zpravodajský archiv z roku 2003 skutečně může doložit příběh padesátileté ženy z New Yorku, rozzuřené takovým způsobem, že svého snoubence před jedním nočním klubem v Brooklynu zavraždila údery podpatku. Přirozeně je obviněna z vraždy a z nedovoleného držení zbraně: svých bot.“<sup>7</sup>*

- Trenčkot – francouzská nedbalost z módy nikdy nevyjde. Trenčkot vždy byl a i nadále bude jedním z hlavních bodů ženského šatníku.

---

<sup>6</sup> FELICETTI, Cinzia. *Ryzí styl!* 1. vyd. Praha : Mladá fronta, 2007. 3s. ISBN 978-80-204-1514-1

<sup>7</sup> FELICETTI, Cinzia. *Ryzí styl!* 1. vyd. Praha : Mladá fronta, 2007. 21s. ISBN 978-80-204-1514-1

*„Jako všichni velcí klasikové i trenčkot má své vzestupy a pády. Přesto nikdy nevyjde z módy a nepozná rozpaky nevhodně zvoleného oblečení. Doprovází vás v neděli ráno na cestě pro noviny a skryje před trafikantem stopy po pyžamu vytlačené na těle. U pracovního pohovoru, kdy chcete vypadat jako profesionál, vám dodá sílu celé osobnosti. Při večerní schůzce sjednané na poslední chvíli vám dodá sebedůvěru, pokud si nejste jistá, zda jste zvolila ty správné šaty.“<sup>8</sup>*

- Kašmír – látka, která si díky svým nejhebkčím vláknům získala nejen ženy. Každý ocení pocit luxusu s touto nejjemnější textilií.

*„Již od dob Caesara je symbolem noblesy. Je módou, která z módy nikdy nevyjde. Honoré de Balzac, Diana Vreelandová, Grace Kellyová a Gregory Peck, pro všechny tyto osobnosti uměleckého světa byla kašmírová příze modlou. Osobnosti jakkoli rozdílné, přesto spojené toutéž vášní pro pohodlí ve své extraluxusní podobě. S tou je lepší si potykat až co možná nejpozději – tak jako s každou neřestí, které budete horko těžko odolávat – protože znovu potom přivyknout běžné vlně je věru potíž. Kašmír vstoupil do evropských šatníků přes Velkou Británii spolu s pašmínou, kterou dovážela společnost Compagnia delle Indie: tkanivem tak hebkým a lehkým, že se protáhne i tím nejužším snubním prstenem.“<sup>9</sup>*

- Perlový náhrdelník – prvek, který by chtěla mít ve šperkovnici každá dáma. Jejich jemnost a skvostnost ohromí i ty nejnáročnější jedince.

*„Doufám, že mi Marilyn Monroe promine, ale osobně mám jisté výhrady k názoru, že diamanty jsou nejlepší přítel ženy. Tak či onak vydávají více*

---

<sup>8</sup> FELICETTI, Cinzia. *Ryzí styl!* 1. vyd. Praha : Mladá fronta, 2007. 41s. ISBN 978-80-204-1514-1

<sup>9</sup> FELICETTI, Cinzia. *Ryzí styl!* 1. vyd. Praha : Mladá fronta, 2007. 103 s. ISBN 978-80-204-1514-1

*světla než kdejaká kempinková svítlna a bez sebemenšího ohledu na druhé na sebe strhávají pozornost celého vesmíru, takže svého nositele nevyhnutelně odsouvají na vedlejší kolej. Pokud však perlový náhrdelník ke tváři jenom přiblížíme, pak to budeme my, kdo zazáří. To si v dobách blíže neurčených uvědomily Kleopatra i anglická královna Alžběta I., bezprostředně následovně Elizabeth Taylorovou a Audrey Hepburnovou a nelze opomenout ani Jackie Kennedyovou a princeznu Dianu. Láska k perlám, to je vztah, jehož kořeny sahají hluboko do historie.“<sup>10</sup>*

---

<sup>10</sup> FELICETTI, Cinzia. *Ryzí styl!* 1. vyd. Praha : Mladá fronta, 2007. 123 s. ISBN 978-80-204-1514-1

### 3. KULT ŽENSKÉ KRÁSY 21. STOLETÍ

Hellmisová (1997) píše, že lidé přesně nedokážou určit, co je na nás krásné, a už vůbec předem nevíme, v které chvíli budeme druhým připadat krásné. Můžeme ale kráse pomoci pozvat ji dál. V první řadě je důležité, abychom přijaly samy sebe takové, jaké doopravdy jsme, abychom měli rádi toho člověka, kterým jsme. Potom už přichází na řadu snazší čin – nastoupí systematická péče o tělo, starostlivost o zevnějšek, ale také pozvolná změna životních návyků, zkrášlování směrem z nitra, díky kterému budeme vyzařovat harmonii. Každá žena může být krásná přirozeným způsobem.

Lidská krása je něčím mimořádným, každý z nás by chtěl být krásným, ať už si to přiznáme nebo ne. Krása pro nás má záhadnou přitažlivost, je to magnet, který by chtěli mít všichni lidé. Susyn West Kurz (2007) říká, že důvodem, proč nás krása přitahuje je, že se rodí z lásky, která je sama o sobě tou nejmocnější a nejtoužebnější životní silou. Krása je důkazem lásky, který nás tolik přitahuje. Naše krása ale závisí především na tom, kolik lásky si sami sobě dáváme. Mít sám sebe rád má hluboce ozdravné a léčivé účinky. Pokud bude mít člověk sám sebe rád, vznikne tajuplná řada chemických reakcí a emocí, které nám poskytnou fyzickou a citovou rovnováhu a prozáří nás. Pokud si budeme každý den dopřávat více a více své lásky, naše krása se bude rychle umocňovat. Ať už krásná žena, či muž, který má sám sebe rád, vyniká zvláštním půvabem, vyvážeností a harmonií a pro své okolí se stává obrazem celistvosti. Pokud se s takovým člověkem setkáme, uvědomíme si, že potenciálem k dosažení této celistvosti je obdařen každý člověk.

*„Krása je záhadná, a jestliže nedokážeme říct, že krása je když..., pak nevíme, a když nevíme, pak vzniká věda a vědci a čím víc budeme, tím méně toho víme. Příroda je totiž potvora, ale nám přibývají tituly. A to se nám líbí a tak se*

*tím začneme žít. Krása může být objektivní, subjektivní, viditelná, je krása, která vyzařuje, krása je v dokonalosti, nebo naopak, krása je i kategorický pojem nebo pouhý dojem, má své obecně platné zákony, může být i konkrétní, ale taky nedefinovatelná, a tak bychom mohli pokračovat. Krása je totiž všechno dohromady a proto je tajemná, ale když se objeví, zazáří a strhne nás, ale zase, ne každého a ne vždycky. Snaha zachytit a definovat zákonitosti krásy je stará jak lidstvo samo a tak vznikaly různé matematické a geometrické propočty o proporcích lidského těla, soustředěné do tak zvaných KÁNONŮ, do starého egyptského, až po moderní samostatné vědecké odvětví – ANTROPOLOGII.“<sup>11</sup>*

Na to, co je krásné, neexistuje jednoznačná odpověď. Člověk, žena, muž, dítě, květina, příroda – to vše může být krásné. Ale co v nás vyvolává ty libé pocity blaženosti, jedinečnosti? Odpovědi na tuto otázku již celá staletí hledají psychologové, umělci, filozofové a tak dále. Kupříkladu Immanuel Kant po letitém usilovném přemýšlení definoval krásu takto: „*Krásné je, co se všeobecně líbí, aniž se to dá defínovat.*“ Jedná se tedy o prožitek, jež můžeme jen těžko vyjádřit pomocí slov. Li Ju, čínský novelista, napsal o ženě „*Jen dokonalost dokáže člověka uchvátit! Co je však dokonalost u ženy? Je to půvab. Málokdo to ví. Lidé míní, že dokonalost je krása. Nevědí, že vnější krása sice je krásná, ale přece jen pouze cosi vnějškového. Jak něco takového může člověka uchvátit? Teprve připojí – li se půvab, je tu dokonalost. Půvab nejen že činí krásnou ženu ještě krásnější, svůdnou ženu ještě svůdnější, činí i ze staré ženy, mladou a z ošklivé krásnou. Dívka, která je půvabná, byť ne klasicky krásná, dokáže zastínit krásku.*“

Fahoun, Štroblová (1998) uvádějí, že absolutní krása je tak výrazná, že nepotřebuje, ani nesnese srovnání. Krásu relativní pak mohou vidět pouze

---

<sup>11</sup> FAHOUN, Karel, ŠTROBLOVÁ, Soňa. *Tvář*. 1. vyd. Jihlava : Somix, 1998. 50 s. ISBN 80-902561-0-4

některí v opakování – kopiích, přičemž ty jsou tím krásnější, čím jsou rozmanitější. Krása je všude kolem nás, ale bohužel ji často nevnímáme, jelikož to neumíme. Krása okolo nás, tedy především v přírodě, je živá. Příroda bojuje za život a o krásu se nestará, je tudíž nezáměrná a náhodná. Nezáměrnost ji činí půvabnou, náhodnost pak vzácnou.

### **3.1 Kosmetický průmysl**

Rozsívalová (1996) uvádí, že kosmetika je součástí života člověka od doby, kdy se poprvé objevil na Zemi. Archeologové nacházejí několik tisíce let staré nejen zbraně a náradí, ale také primitivní ozdoby, hřebeny a dokonce stopy po kráslicích tyčinkách.

Lidé v dobách pravěku se natírali tukem ze zvířat, aby se chránili proti vlivům povětrnosti, zvláště slunečnímu záření a hmyzu. Obličej i tělo si líčili barevnými hlinkami a šťávami z rostlin. To sloužilo nejen jako ochrana proti nadpřirozeným bytostem, ale také výraz příslušnosti k určitému kmeni, označovalo jeho společenské postavení a mělo i erotická význam. Vždy se líčení měnilo podle příležitosti – jinak na svatbu, pohřeb, válku, či mír. Důležité pro kmene bylo také tetování. Někteří badatelé dokonce uvádějí, že není kmene, který by se netetoval. Přípravky k pěstění krásy používaly ženy i muži. Oblíbené byly obklady z bylinných šťáv, masti a oleje. Kravské a ženské mléko se cenilo jako elixír života. Zejména máslo z ženského mléka sloužilo jako prvořadá ambrózie krásy.

Posuneme – li se do staré Číny, zde bylo velkým hitem barvení vlasů. K barvení se používalo koření. Obklady z různých bylin a semen se přikládaly také na krk a tváře. Ženy v Číně si pudrovaly obličej, barvily řasy a rty. Kupodivu i dnešní obliba umělých nehtů má svůj pradávny vzor v Číně.

V Řecku bylo hlavní zásadou pro dokonalost soulad ducha i těla. Podle řeckých představ musela být žena duchaplná, vzdělaná a dokonale zdravá, neboť jen to, co je zdravé, je i krásné. Řekové byli velkými milovníky lázní a koupelí, které byly v kosmetické péči vždy na prvním místě. Ke kosmetickým

prostředkům patřily masti na pleť, vlasy, vousy i nehty. Ženy a dívky pečovaly především o své vlasy, jejich účesy byly přímo umělecké.

Přesuneme - li se zhruba do 20. století, zde nastal nebývalý zájem o kosmetiku, bohužel u nás ne takový jako v okolních státech. V roce 1958 se u nás podařilo prosadit zřízení Ústavu kosmetiky v Praze, slučoval nový typ kosmetické péče, placenou lékařskou službu a běžnou kosmetickou péči.

Kosmetika se stále vyvíjí, přibývají nové metody a některé starší mizí. Nové přípravky a metodiky přinesou další obohacení kosmetiky, která se stala neoddelitelnou součástí našeho života.

Kosmetikou se lidé zabývali již od pradávna. Moderní kosmetika se neustále vyvíjí na celé řadě vědeckých poznatků. Správné používání kosmetických přípravků je uměním. Cílem kosmetiky je obnovit krásu nebo alespoň přiblížit člověka vysněnému ideálu krásy. Kosmetiku ovlivňuje také móda. Ovlivňují nás vzory, které vidíme okolo sebe a kterým se chceme podobat. Stejně tak reklama ovlivňuje naše myšlení a jednání. Nejdůležitější složkou na kosmetickém trhu jsou inovace, stále nové a modernější postupy. Výrobci musejí pořád zdokonalovat své výrobky, aby se udrželi na trhu. Pro spotřebitele je důležitý pestrý výběr, účinnost, osvědčené výsledky a také dobré jméno firmy.

## 3.2 Společnost Dermacol

Jako příklad dlouhé a úspěšně působící české firmy v oblasti kosmetického průmyslu, bych chtěla představit značku Dermacol.

- **Postavení na českém trhu**

*„Původně a stále česká kosmetika Dermacol má svůj prvopočátek ve Filmstudiu Barrandov v Praze na počátku 60. let. Velmi brzy se spojili odborníci z filmových studií s dermatology z Ústavu lékařské kosmetiky v Praze. Od začátku to byla velmi úspěšná spolupráce mezi specialisty v*



*kosmetice postavené na lékařských principech a experty na filmový make-up. V té době byl uveden krycí make-up Dermacol - jeden z prvních v Evropě a na světě vůbec. Licence na něj se podařila v roce 1965 prodat až do Hollywoodu. Můžeme se tedy pyšnit tím, že krása mnohých filmových hvězd má svůj původ v Dermacol kosmetice z Prahy. I nyní si Dermacol udržuje svou dynamiku. Kromě evropských států se s ní můžete setkat také v USA, Kanadě, Austrálii a mnoha zemích Středního i Blízkého Východu.*

*Vedle významných úspěchů v zahraničí zůstává Dermacol v Čechách synonymem pro make-up. Každý 4. make-up prodaný v ČR je právě od značky Dermacol. Každý 5. přípravek ze zpevňující péče o tělo je také Dermacol. Dermacol poskytuje dokonalou péči pro všechny typy pleti a její problémy. Nezáleží, jestli máte pleť mladou či zralou, normální či suchou, mastnou nebo problematickou. Pomáháme svým spotřebitelkám, aby se cítily a vypadaly lépe.*<sup>12</sup>

- **Na čem si značka Dermacol zakládá**

*„Dermacol výrobky splňují přísné nároky na kvalitu spojenou s nejnovějšími poznatky výzkumu v kosmetologii.*

*Klinické testy Dermacol výrobků probíhají pod přísnou kontrolou Státního zdravotního ústavu v Praze v souladu s legislativními standardy Evropské Unie.*

*Výrobky Dermacol jsou vyráběny v souladu a požadavky GMP (Good manufacturing practise) a normou ISO 9001:2000*

*Většina pleťových, tělových, ale i dekorativních výrobků Dermacol je hypoalergenní.*

*Dermacol výrobky obsahují účinné látky speciálně vyvinuté jak v Čechách, tak ve Francii, Itálii, Španělsku, Německu či Japonsku.*

---

<sup>12</sup> (<<http://www.dermacol.cz/svet-dermacol-znacka-dermacol>>[cit. 2011-12-12])

*Finální výrobky Dermacol nejsou testovány na zvířatech.*<sup>13</sup>

- **Distribuce značky**

*„Výrobky Dermacol jsou prodávány v drogeriích, hypermarketech i supermarketech, ale také v lékárnách či kosmetických salonech. Veškeré zboží můžete vždy zakoupit online i přímo od výrobce.“*<sup>14</sup>

Značka Dermacol si zakládá na prezentaci populárními osobnostmi. Mezi tváře, které se značkou Dermacol spolupracovali, patří např.: Monika Bagárová, Hana Svobodová, Taťána Kuchařová, Iva Kubelková, Andrea Verešová a mnoho dalších.

### **3.3 Plastická chirurgie**

Plastická chirurgie v současné době prodělává velký boom. Je to ovlivněno dobou, současnými trendy a společnostmi. Každý chce být krásný, dokonalý a především vypadat mladší. Součástí plastické chirurgie je chirurgie estetická, která je také čím dál víc vyhledávána a to nejen ženami. Medicína se vyvíjí a v současné době lze na našem těle zkrášlit téměř vše. Plastická chirurgie by měla především sloužit, jako pomoc vyřešení estetického problému, kterého se člověk chce zbavit. Finančně je však tato záležitost stále velmi náročná a většina zákroků nás může přijít jako velmi pěkná dovolená u moře. Plastická chirurgie se stala módou, kterou vyhledává více a více žen. Mnoho žen ji ale využije za cílem, že chtějí vypadat jako filmová hvězda. Na plastických operacích si některé ženy mohou dokonce vytvořit i závislost a neví, kdy přestat. To pak dopadá velmi nešťastně. Každá žena si musí předem důkladně promyslet, zda zákrok nutně potřebuje a nebude ho později litovat. Některé věci už zkrátka nikdy nevrátíme. A především musíme brát v potaz, že se stále jedná o operaci a tím pádem hazardujeme se svým životem.

---

<sup>13</sup>(<http://www.dermacol.cz/svet-dermacol-znacka-dermacol>[cit. 2011-12-12])

<sup>14</sup>(<http://www.dermacol.cz/svet-dermacol-znacka-dermacol>[cit. 2011-12-12])

*„Estetická chirurgie má dnes v rukou zkušeného specialisty velké možnosti. Po technické stránce může a ještě bude moci udělat mnoho. Působí zde však ještě jeden závažný faktor, tj. pacientova duševní stránka. Je to představa, kterou má člověk sám o sobě, způsob, kterým sám sebe důvěrně vnímá. Toto uvědomění si sama sebe, smyslová a mentální zkušenost jako produkt našich zrakových, hmatových a jiných vjemů, se buduje od narození a není nikdy statické. Podmiňuje naše činy a naše vztahy k jiným lidem. Podaří – li se estetickému zákroku příznivě změnit pocit vnímání sebe sama, může to mít překvapivou odezvu. Při pohledu do zrcadla si operovaný přivlastní odražený obraz a vytvoří si novou představu, tentokrát akceptovanou a sní i novou a pevnější rovnováhu, která se projeví v celém jeho chování.“<sup>15</sup>*

Fahoun, Štroblová (1998) zmiňují pojem psychochirurgie a sociochirurgie. Medicínský charakter estetické chirurgie vyplývá ze vzájemné vazby těla a duše člověka. Vzájemně se ovlivňuje i tvar a funkce těla s psychikou člověka. Říká se ve zdravém těle zdravý duch, ale opak je pravdou. Zdravý duch je předpokladem pro zdravé tělo a proto psychochirurgie. Důležitost tohoto oboru medicíny neustále roste hektičností našeho způsobu života, který klade velké nároky na psychiku každého z nás. Estetická chirurgie ale není jen psychochirurgií, ale také sociochirurgií. Celkovým trendem ve světě je privilegovat mladé lidi. Zlepšení životní úrovně a zdraví, rovnoprávnost mezi mužem a ženou, sexualita. A není snad věk pojem sociální? Lidé zastírají stopy po stárnutí, aby si udrželi své postavení, nebo dokonce i zaměstnání. Stárnutí je projev zcela přirozený, ale bohužel současná doba vyžaduje tento jev zpomalit, ba dokonce zastavit.

A jaké jsou v současné době nejvyhledávanější plastické zákroky?

- **PLASTIKA PRSOU** – zmenšení, zvětšení, modelace

---

<sup>15</sup> FAHOUN, Karel, ŠTROBLOVÁ, Soňa. *Tvář*. 1. vyd. Jihlava : Somix, 1998. 67 s. ISBN 80-902561-0-4

Zvětšení prsou, jinak také řečeno augmentace se provádí gelovými silikonovými implantáty, cena jednoho implantátu se pohybuje až okolo 25 000 Kč. Pro vložení silikonového implantátu se používají tři nejčastější techniky: vložení implantátu podprsni rýhou, podpaždím, nebo bradavkou.

Zmenšení prsou se provádí tzv. mammoplastikou.

*„Krása je velmi relativní pojem a vnímání ženské krásy je úplně individuální záležitost. Někomu se líbí ženy útlé, jiný dává přednost sportovním typům a dalšího přitahují ženy zaoblené. V historii nacházíme pojem krásy v tomto ohledu ve velmi široké škále od Věstonické Venuše až po Twiggy. Prsa, jako jeden z nejreprezentativnějších symbolů ženství, musíme do tohoto pojmu zahrnout na předním místě. Není proto divu, že jejich tvar, symetrie a také velikost, výrazně ovlivňují psychiku ženy v případě, že dojde, podle jejího názoru nebo názoru okolí, k nějaké odchylce.“<sup>16</sup>*

- **LIPOSUKCE** – odsátí přebytečného tuku

Nejčastěji se tuk odsává z partií břicha, stehen, boků, kolen, a paží. Klasická tumescentní liposukce se pohybuje okolo 6 000 Kč. Velkým hitem je také neinvazivní, bezbolestná liposukce.

*„Jednou z nepříjemných odchylek, které mnoha lidem ztrpčují život, je zvýšené množství ukládaného tuku, a to hlavně v určitých lokalitách. Rozložení tuku na těle u mužů a u žen patří mezi sekundární pohlavní znaky a je velmi individuální. Viditelně zvýšené množství tuku však trápí zejména ženy a současnými estetickými názory je považováno za vadu. Nebylo tomu tak vždy, a ani dnes toto estetické citění neplatí všude a pro všechny.“<sup>17</sup>*

---

<sup>16</sup> FAHOUN, Karel, ŠTROBLOVÁ, Soňa. *Tvář*. 1. vyd. Jihlava : Somix, 1998. 87 s. ISBN 80-902561-0-4

<sup>17</sup> FAHOUN, Karel, ŠTROBLOVÁ, Soňa. *Tvář*. 1. vyd. Jihlava : Somix, 1998. 92 s. ISBN 80-902561-0-4

- **FACE – LIFT** – napnutí obličej

Lifting znamená zvednutí, kdy se do obličej aplikuje botulotoxin, který vyhlazuje vrásky. Tento zákrok se provádí zejména u starších lidí, kteří chtějí redukovat své vrásky.

*„Je to estetická operace, protože jejím cílem je vždy zlepšení vzhledu pacienta, a tento defekt je jen znakem přibývajících let. Tato operace se tedy řadí do kategorie estetických operací, které řeší problematiku stárnutí.“<sup>18</sup>*

- **LABIOPLASTIKA** – korekce genitálu

U žen se provádí korekce zevního genitálu, tedy zmenšení stydkých pysků. K operaci je nutná celková narkóza a výsledkem je omlazení vzhledu ženského genitálu.

### **3.4 Módní průmysl**

Módní průmysl v průběhu posledních let udělal obrovský pokrok a stále se vyvíjí. Do popředí se dostávají stále noví a noví módní návrháři, kteří posouvají hranice módního průmysl a rozvíjí ho. Hospodářská krize se ale bohužel dotkla i tohoto odvětví a to i nás v České republice:

*„Tradičně silný textilní, oděvní a kožedělný průmysl má v České republice nejhorší období již patrně za sebou. V tomto odvětví bude pokles zaměstnanosti pravděpodobně dále pokračovat a pravděpodobně bude výraznější – do roku 2020 může zaniknout téměř jedna třetina pracovních míst, která odvětví mělo v roce 2008. Textilní, oděvní a kožedělní průmysl zůstane pod silným tlakem dovozu a jeho budoucnost závisí na schopnosti výrazně zvýšit produktivitu práce, která je zatím stále nedostatečná, a na cílené*

---

<sup>18</sup> FAHOUN, Karel, ŠTROBLOVÁ, Soňa. *Tvář*. 1. vyd. Jihlava : Somix, 1998. 104 s. ISBN 80-902561-0-4

*orientaci na segment funkčních a průmyslových textilií. Hospodářská krize strukturální změny urychlí, neměla by však znamenat ohrožení odvětví jako celku. Dlouhodobé perspektivy pro odvětví nemusí být tak negativní, pokud se podaří odstranit alespoň část slabin, které v současné době snižují jeho konkurenceschopnost.* <sup>19</sup>

Naše země se může pyšnit velkou řadou známých a uznávaných módních návrhářů. Jména umělců jako Beata Rajská, Klára Nademlýnská, Jakub Polanka, Josef Klír, Blanka Matragi jsou známá nejen u nás, ale také ve světě.

### **3.5.1 Blanka Matragi**

Blanka Matragi, rozená Kyselá, se narodila roku 1953 ve Světlé nad Sázavou. Ve stejném městě se vyučila jako brusička skla. Pokračovala v Praze, kde vystudovala uměleckoprůmyslovou školu. V roce 1976 vyhrála Blanka celostátní soutěž – Módní tvůrce a stala se známou módní návrhářkou ve Střední Evropě. Roku 1979 se provdala za Dr. Ing. Makrama Matragiho, Csc. a odjeli společně do Libanonu.

*„Na sklonku léta 1980 jsem vůbec netušila, do jaké země se svým mužem odjíždím. Znala jsem sice už z Prahy mnohé z Makramových libanonských přátel, kteří tady studovali, ale nedokázala jsem si představit, jak se na Středním východě ve skutečnosti žije. Všechno, co jsem po příjezdu prožívala po Makramově boku, bylo zatím nikdy netušené, vzrušující a zcela nové. Pokud jsem se měla v arabském světě uplatnit, musela jsem za pochodu pochopit stovky zcela nových věcí, hlavně tradice a zvyky.* <sup>20</sup>

---

<sup>19</sup>(<http://budoucnostprofesi.cz/cs/vyvoj-v-odvetvich/textilie-odevy.html>>[cit. 2011-12-12])

<sup>20</sup> ZINDELOVÁ, Michaela, MATRAGI, Blanka. *Blanka Matragi*. 1. vyd. Praha : Lidové noviny, 2006. 45 s. ISBN 80-7106-791-1

Blance se dařilo, dostala se do společnosti princezen a měla tu čest jim šít šaty. Za pouhé dva roky si Blanka v Libanonu otevřela svůj vlastní salon – Blanka Haute Couture. Dveře Libanonu se jí začaly otevírat a získávala stále víc nabídek. Roku 1987 dokonce vyhrála konkurz na návrh policejních uniforem do Abu Dhabi, ve Spojených Arabských Emirátech. Každý model Blanky Matragi je ojedinělý a výjimečný. Látky, které používá na šaty, si sama navrhuje a dokonce sama vlastnoručně barví. Ocitnete – li se na výstavě šatů, které Blanka šila, budete mít pocit, jako byste se ocitli v pohádce tisíce a jedné noci.

*„Na ženě musí vypadat šaty jako obláček, jako by se jich lidské ruce ani nedotkly. Mají ženě pozvednout sebevědomí, mí v nich být jako princezna, i když je třeba ředitelkou nějaké společnosti nebo má v pase o pár centimetrů navíc! Zdejší ženy se převlečou a nalíčí, některé odhodí černý převlek abáji a podobné exotickým motýlům si nádherně ustrojené zalétají – ve dne i v noci. Překrásně oblečené absolvují večírky, svatby, rodinné oslavy, narozeniny a křtiny. V poklidu rodinných domů či paláců motýlí krásu šatů odloží... Model se dostane do depozitáře, šaten, na krejčovské panny, do truhel. Premiéra se stává v mnoha případech také derniérou...“<sup>21</sup>*

---

<sup>21</sup> ZINDELOVÁ, Michaela, MATRAGI, Blanka. *Blanka Matragi*. 1. vyd. Praha : Lidové noviny, 2006. 83 s. ISBN 80-7106-791-1

## 4. PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY

Poruchy příjmu potravy je stále dokola zmiňované, aktuální téma. Jedná se o jeden z největších alarmujících zdravotních problémů, který postihuje mladé dívky, ženy, ale také muže. Dnešní dobu diktují nezdravě vypadající modelky v módních časopisech, předvádějící nejnovější kolekce oblečení a spodního prádla na molech. Tyto ženy jsou pak příkladem a vzorem pro populaci, jak má vypadat současná generace. Ženy, dívky, chlapci, muži jsou neustále nuceni držet nejnovější diety, užívat léky snižující hmotnost jen proto, aby vypadali tak dobře jako ostatní a nevyjímali se tak danému vzoru. Bohužel některé případy mnohdy končí smutným, až tragickým koncem. Posedlost vypadat dokonale jako dívky na molu vede spoustu nejen mladých lidí k závažným onemocněním, jako mentální anorexie či bulimie.

*„Ženská krása je dnes spojována s kostnatou vyhublostí a chlapeckými tělesnými proporcemi, přestože většina obyvatel ekonomicky vyspělých zemí přibývá na váze. Jen méně než pět procent žen ve věku mezi osmnácti a třiceti lety se může porovnávat s top modelkou Naomi Campbellovou, měřící 180 cm a vážící 48 kilogramů, jejíž postava byla prohlášena za perfektní tělo roku 1992. Podobně perfektní tělesné míry nejenže odporují přirozenosti lidského těla a jsou známkou spíš chorobnosti než krásy, ale pro většinu žen může být pokus přiblížit se jim vyloženě nebezpečný. Pokud by chtěly dosáhnout tohoto vzhledu pomocí omezování se v jídle a nadměrným cvičením, musely by snížit množství svého tělesného tuku na úroveň, která znemožňuje normální funkci reprodukčních hormonů a menstruaci. V důsledku hladovění by se současně vystavily nebezpečí vážných zdravotních a psychických problémů, a paradoxně*



*i nebezpečí přejídání. Snad nejbolestivější by však pro ně byl nárůst tělesné hmotnosti jako důsledek přizpůsobení se sníženému energetickému příjmu.*<sup>22</sup>

#### **4.1 Mentální anorexie**

Krch (1999) uvádí, že mentální anorexie je porucha charakterizovaná zejména úmyslným snižováním tělesné hmotnosti. Termín anorexie může být v mnoha případech zavádějící, protože oslabení chuti k jídlu je až sekundárním důsledkem dlouhodobé hladovky, který se nemusí vyskytovat u všech nemocných. U některých pacientů je omezování v jídlu naopak doprovázeno zvýšeným zájmem o jídlo. Může jít o přirozenou adaptační reakci organismu. Anorektičtí pacienti neodmítají jídlo kvůli tomu, že by na něj neměli chuť, ale proto, že nechtějí jíst. Jejich averze k jídlu je projevem nesmiřitelného a narušeného postoje k tělesné hmotnosti.

Leibold (1995) píše, že chorobný postoj k jídlu nevzniká z jedné příčiny. Teprve více činitelů způsobuje to, že se jídlo stává problémem. Pravděpodobně musí také existovat jisté individuální předpoklady k tomu, aby sociální faktory vedly k takovému onemocnění.

Leibold (1995) také zmiňuje, že každá desátá žena trpí poruchou vztahu k jídlu. Při sledování maniakálně narušeného postoje k jídlu, bylo nejpřekvapivějším poznatkem skutečnost, že jimi trpí všechny ženy. Zhruba 90 procent postižených jsou ženy ve věkové skupině mezi 15 a 55 lety. Zarážející je, že z uvedené věkové skupiny trpí dnes každá desátá žena jednou ze čtyř hlavních forem manického vztahu k jídlu. Počet závislých se bude pravděpodobně zvyšovat. Ženy nejsou náchylnější k závislostem než muži, ale

---

<sup>22</sup> KRCH, František David, RICHTEROVÁ, Ivana. *Chci ještě troch zhubnout*. 1. vyd. Praha : Motto, 1998. 5 s. ISBN 80-85872-86-2

pokud při chorobných poruchách vztahu k jídlu vstupuje ženský element, pak to má jiné příčiny:

- muži se méně starají o svou tělesnou hmotnost, protože celkově svému zevnějšku přikládají menší význam
- ženy jsou silněji pod diktátem štíhlosti panující v naší společnosti
- muži mají mnohem častěji než ženy sklon ke zneužívání alkoholu a nikotinu, tedy nápadnějším drogám, zatímco ženy dávají přednost droze méně nápadné – jídlu

*„Když pak navíc vezmeme v úvahu, že se úloha ženy v naší společnosti během posledních 15 – 20 let výrazně změnila, přičemž ale mnohé ženy ještě nepřevzaly nové postoje jako samozřejmý vzor, je jasné, proč se ženy tak často v hlubokém znejištění uchylují k manickému vztahu k jídlu. To samozřejmě nemluví proti dalšímu pokračování emancipačních snah, protože v denním životě zrovnoprávnění ještě zdaleka neproběhlo ve všech oblastech, ale znamená to ostrou výčitku v té společnosti, která je pořád ještě tak nepřátelská vůči ženám.“<sup>23</sup>*

## **4.2 Historie poruch příjmu potravy**

*„Odmítání jídla patřilo v průběhu dějin k běžným příznakům řady ochromujících somatických poruch, ale i k široké škále psychiatrických syndromů. Po řadu staletí však toto chování samo o sobě nebylo pokládáno za primárně patologický jev. Extrémní dodržování půstu bylo původně součástí sebetrestajících nebo asketických praktik mnoha zbožných křesťanů. V pozdější době vyvolávalo dlouhodobé odmítání jídla, pokud ho nedoprovázely*

---

<sup>23</sup> LEIBOLD, Gerhard. *Mentální anorexie*. 1. vyd. Praha : Nakladatelství Svoboda. 1995. 13 s. ISBN 80-205-0499-0

*symptomy známých chorob, například tuberkulózy, spíše úvahy o nadpřirozených silách nebo o vlivu ďábla. Přehnané nebo nezvyklé formy odmítání jídla začaly být posléze pokládány za známku duševní poruchy.*“<sup>24</sup>

### **4.3 Regulace tělesné hmotnosti a příjmu potravy**

Krch (1999) píše, že fyziologický podíl tuku v organismu je určován pohlavím, věkem a etnickým původem člověka. U žen je podíl tuku v organismu zhruba 18 - 30 procent, u mužů je nižší zhruba 10 - 25 procent celkové hmotnosti. S věkem podíl tuku roste, zatímco zastoupení svalstva se snižuje. Navíc náchylnost k rozvoji obezity významně ovlivňují dědičné faktory. Význam dědičnosti byl prokázán například při ovlivňování:

- energetického výdeje (jak klidového a postprandiálního, tak u spontánní pohybové aktivity)
- schopnosti spalovat tuky a sacharidy
- charakteru vláken kosterního svalu a s tím související oxidace energetických substrátů
- aktivity enzymů tukového metabolismu
- citlivosti k hormonu inzulinu
- chuťových preferencí tuků a sladkého
- nastavení mechanismů regulujících tělesnou hmotnost v hypotalamu neboli tzv. bodystatu či adipostatu

### **4.4 Zdravotní komplikace mentální anorexie a jejich léčba**

*„Poruchy příjmu potravy mohou způsobovat řadu zdravotních komplikací, které významně přispívají ke zvýšení úmrtnosti jak u mentální*

---

<sup>24</sup>KRCH, František David a kolektiv. *Poruchy příjmu potravy*. 1. vyd. Praha : Grada Publishing, 1999. 24 s. ISBN 80-7169-627-7

*anorexie, tak u bulimie. Psychiatři, ani rostoucí počet mlékařů, kteří se účastní léčebných programů, mnohdy tyto komplikace neznají. Nejobvyklejší jsou kardiovaskulární komplikace. Ty také, v souvislosti s narušením elektrolytové rovnováhy u pacientek, které zvracejí, nadužívají projímadla nebo diuretika, nejčastěji přispívají k fatálnímu zakončení poruchy. Častým důsledkem výrazného váhového úbytku je osteoporóza. Nebezpečná může být i příliš rychlá intravenózní realimentace, kterou je třeba provádět velmi dobře. Mentální anorexie vede ze všech psychických poruch nejčastěji ke smrti. Hrubý odhad dlouhodobé úmrtnosti dosahuje podle některých autorů až 18 procent.*<sup>25</sup>

#### **4.5 Sexualita a plodnost u poruch příjmu potravy**

Krch (1999) uvádí, že vztah mezi sexuálními problémy a neplodností na jedné straně a poruchami příjmu potravy na straně druhé je velmi komplexní a důležitý.

- Sexuální fungování – zábrany v oblasti sexu u pacientek s mentální anorexií se považují za samozřejmé a bývají spojovány se strachem z dospívání. Asexuálnost pak vede k rezervovanosti a vyhýbání se důvěrným vztahům.
- Pohlavní zneužívání – u žen s poruchami příjmu potravy se předpokládá kauzální souvislost se sexuální traumatizací. Na poruchy příjmu potravy bychom pak mohli pohlížet jako na šrám znásilněného těla. Pohlavní zneužití v dětství nebo v adolescenci uvádí v anamnéze 20 – 50 procent žen s poruchami příjmu potravy.

---

<sup>25</sup> KRCH, František David a kolektiv. *Poruchy příjmu potravy*. 1. vyd. Praha : Grada Publishing, 1999. 95 s. ISBN 80-7169-627-7

- Menstruace – poruchy menstruace u mentální anorexie jsou spojeny s dysfunkcí hypotalamu. Pacientky to obecně ale nepovažují za příliš velký problém. Většinou cítí úlevu a osvobození od tohoto stavu. Při uzdravování se menstruace obvykle dostaví při normalizaci tělesné hmotnosti.
- Plodnost – mnoho žen vnímá těhotenství jako ohrožující pro své tělo, kontrolu váhy a sebeúctu. Pro naši kulturu, která se soustřeďuje na držení diet, je typické, že se téměř všechny ženy snaží omezit nárůst hmotnosti v těhotenství.
- Těhotenství - zhruba jen třetina vdaných anorektiček má děti. Ženy, které otěhotní v průběhu mentální anorexie, mají následně zesílené psychické symptomy včetně úzkosti a deprese.
- Rodičovství – rodič trpící poruchou příjmu potravy má problémy v interpersonálních vztazích, což také ovlivňuje vztah rodič – dítě. Matky s mentální anorexií si mohou uvědomovat, jak je jejich nadměrný zájem o váhu a postavu v rozporu s touhou žít a krmit své dítě.

## 4.6 Mentální bulimie

*„Mentální bulimie je porucha charakterizovaná zejména opakujícími se záchvaty přejídání, spojenými s přehnanou kontrolou tělesné hmotnosti.“<sup>26</sup>*

Krch (1999) navrhnul tři základní kritéria, pro vymezení mentální bulimie:

- 1) silná a nepotlačitelná touha se přejídat
- 2) snaha zabránit „tloustnutí“ vyvoláním zvracení nebo nadměrným užíváním purgativ, nebo obojím
- 3) chorobný strach z tloušťky

<sup>26</sup> KRCH, František David a kolektiv. *Poruchy příjmu potravy*. 1. vyd. Praha : Grada Publishing, 1999. 17 s. ISBN 80-7169-627-7

Krch (2000) také uvádí, že bulimie je balík různých problémů od nízkého sebevědomí přes diety až k přejídání. Přejídání je samo o sobě velmi relativní pojem. Každý člověk se někdy přejedl nebo měl pocit, že v určitých chvílích ztrácí kontrolu nad jídlem. Přejíst se může znamenat:

- 1) sníst více, než byste chtěli
- 2) sníst víc nebo něco jiného, než jste zvyklí nebo než je vám příjemné
- 3) sníst větší množství jídla, než je obvyklé, anebo v nezvyklé kombinaci
- 4) ztrácíte během jídla kontrolu nad svým chováním

#### **4.7 Mentální bulimie a dějiny přejídání**

*„Dějiny přejídání jsou stejně staré jako historie odmítání jídla. Nenasytné hltání bylo bezpochyby časté zejména mezi privilegovanou elitou společnosti. Na jarmarcích občas veřejnost obveselovali výjimeční jedlíci, kteří se předváděli vedle zrůd a dalších atrakcí. Necháme – li stranou tyto rarity, nadměrné přejídání existovalo v království medicíny od nepaměti.“<sup>27</sup>*

Krch (2000) píše, že na cestě k přejídání a návyku na velké množství jídla bývá často vegetariánská dieta nebo přejídání se sezónním ovocem. Ovoce a zelenina mají nízkou energetickou hodnotu, která nevzbuzuje strach z nadváhy a vede k nadměrné konzumaci. Když pak dojdou kilogramy jablek, vytahaný žaludek si říká o náhradu.

---

<sup>27</sup> KRCH, František David a kolektiv. *Poruchy příjmu potravy*. 1. vyd. Praha : Grada Publishing, 1999. 29 s. ISBN 80-7169-627-7

*„Bulimie je obecně považována za emoční poruchu, která se někdy vyskytuje spolu s jinými psychickými poruchami, například s depresí nebo obsedantně – kompulzivní poruchou. Podle některých studií souvisí bulimie s vážnými afektivními poruchami a má na ni tedy vliv dědičnost a nerovnováha biochemických systémů organismu. V některých případech tedy může medikace zmírnit bulimické chování nebo depresivní útlum a umožnit tak vyšší účinnost různých léčebných postupů, především psychoterapie. Podle jiných studií bulimie souvisí se sníženou aktivitou serotoninergního systému mozku (Kaye, 1999). K hlavním příčinám poruch příjmu potravy však obvykle patří nízké sebehodnocení, psychické konflikty z dětství a tlak ze strany společnosti.“<sup>28</sup>*

Hall, Cohn (1999) píší, že ačkoli bulimie zřídka kdy končí letálně, tak k úmrtí dojít může. Nadměrné zvracení vede k nerovnováze elektrolytů, které hrají důležitou úlohu v regulaci srdečního rytmu. V důsledku zvracení nebo dehydratace může dojít k jejich výraznému úbytku a tím se často objeví srdeční arytmie – nepravidelnost srdečního rytmu. V některých případech může dojít i k zástavě srdce. Zvracení může končit smrtí zadušením, protržením jícnu či dolních cest dýchacích. K nejčastějším zdravotním problémům souvisejícím s bulimií patří zkažený chrup, nadýmání, zácpa, zažívací potíže, záněty a otoky slinných žláz, puchýře v krku, ledové ruce a nohy, dehydratace. Bulimie bohužel také ovlivňuje osobní vztahy. Mluví se o ní někdy jako o poruše vztahů, protože do určité míry narušuje normální, zdravé vztahy. Lidé trpící bulimií se postupně stahují ze vztahů, až jim nakonec jako jediný vztah zůstane vztah k jídlu. Jedná se ale spíše o posedlost, než o vztah. Klíčovou roli v našem osobním vývoji hraje, jaké jsme měli dětství. Jak se k nám chovali rodiče, vrstevníci, dospělí. Na základě těchto vztahů se buduje naše představa o tom, jestli jsme hodnotní lidé a jestli nás druzí mohou milovat.

---

<sup>28</sup> HALL, Lindsey, COHN, Leigh. *Rozlučte se s bulimií*. 1. vyd. Praha : ERA, 1999. 5 s. ISBN 80-86517-60-8

## 4.8 Jak bulimie vzniká

*„Bulimie, která často začíná jako nevinný pokus zeštíhlet a zalíbit se tak druhým, je příkladem chování, které je determinováno zvenčí. Osobnost trpící bulimií se neřídí vlastním srdcem, nýbrž reaguje na to, co se odehrává v jejím okolí. Zdálo by se, že tak pouze chrání svou falešnou tvář a pocit bezpečí, zároveň jí to však umožňuje držet si ostatní od těla. Bulimičky vstupují do interakcí s ostatními s vědomím, že se mohou kdykoli stáhnout a uchýlit se ke známému repetitivnímu chování. I když se třeba zdá, že se bulimička na rozhovor plně koncentruje, může být ve skutečnosti myšlenkami někde úplně jinde, nejspíše u minulé nebo příští velkolepé hostiny.“<sup>29</sup>*

Hall, Cohn (1999) uvádí, že bulimie byla dlouhou dobu považována a typ anorektického chování. V obou případech je vztah k jídlu symptomem jiných problémů a mentální anorexie s bulimií jsou si podobné v mnoha aspektech. Roku 1980 Americká psychiatrická asociace definovala bulimii jako zvláštní poruchu a bylo možné identifikovat mnohem větší skupinu nemocných, kteří by byli jinak diagnostikováni jako pacienti s anorexií. Americká psychiatrická asociace vydala čtyři kritéria, která musí být splněna pro diagnózu anorexie:

- 1) Tělesná hmotnost je o 15 procent nižší, než odpovídá normě pro danou věkovou skupinu, výšku a tělesný typ.
- 2) Silná obava z tloustnutí, pokles tělesné hmotnosti může obavy z tloustnutí paradoxně ještě prohloubit.
- 3) Zkreslené vnímání tělesného schématu, někteří mají pocit, že jsou celkově tlustí, jejich sebehodnocení závisí na objemu a proporcích těla.
- 4) U žen se alespoň třikrát sobě nedostaví menstruace.

---

<sup>29</sup> HALL, Lindsey, COHN, Leigh. *Rozlučte se s bulimií*. 1. vyd. Praha : ERA, 1999. 21 s. ISBN 80-86517-60-8



*„Poruchy příjmu potravy jsou poruchami prožívání. Rigidní pravidla a rituály bulimického chování představují konkrétní způsob, jak si držet od těla pocity, které se jeví jako nezvladatelné, příliš silné nebo prostě děsivé. Může jít o pocity skutečně hrůzné, například v případě pocitu strachu spojeného se vzpomínkou na zneužívání může jít o tichou bolest z toho, že jsme nemilovaní nebo nevýznamní, případně o pocity, které souvisí s dávno zapomenutými událostmi nebo které přináší každodenní život. Záchvatovité přejídání zatlačí pocity do pozadí, protože zcela zaměstná pozornost. Bulimičky koneckonců neumějí zvládat svoje pocity jinak, než přejídáním a následného vyprázdnění. Přesně toto uvádějí, když líčí, že se cítí bezmocně. Onemocnění s sebou navíc nese celou řadu dalších komplikací, které zakrývají staré problémy a často je i prohlubují. Například někdo, kdo se bojí druhých, může používat bulimii k udržení odstupů díky skrývání trapných myšlenek a rituálů. A zase někdo, kdo si připadá neschopný, může přivést zvracení k naprosté dokonalosti, ale skoro na nic jiného si netroufne. Takto jsou všechny možné pohnutky, které vedly k bulimickému chování, účinně popřeny a nakonec pohřbeny pod čerstvými pocity viny a studu.“<sup>30</sup>*

Hall, Cohn (1999) dále uvádějí, že bulimie je také poruchou myšlení, protože nemocný je chycen do pasti škodlivých vzorců myšlení. Jedná se například o černobílé myšlení, kdy se myšlení pohybuje mezi dvěma extrémními kategoriemi. Kupříkladu tělo je jenom tlusté nebo štíhlé. K dalším vzorcům myšlení patří dramatické myšlené, zveličování problémů, srovnávání sebe s ostatními.

---

<sup>30</sup> HALL, Lindsey, COHN, Leigh. *Rozlučte se s bulimií*. 1. vyd. Praha : ERA, 1999. 30 s. ISBN 80-86517-60-8

## 4.9 Terapie mentální bulimie

Hall, Cohn (1999) píše, že i zastánci farmakoterapie nedoporučují léčbu založenou výhradně na lécích. Léky totiž bohužel neumějí vyléčit emoční a duchovní problémy, které leží v pozadí bulimie. Přesto však nejnovější výzkumy podporují možnost využít antidepresiva v léčbě konkrétních pacientů. Farmakoterapie by ale měla být součástí komplexního programu, na němž se podílí celý terapeutický tým. Například fluoxetin je antidepresivum, které je nejčastěji předepisováno právě bulimickým pacientům. Antidepresiva ale nemusejí zabírat každému. Někteří pacienti na farmakoterapii reagovali dobře a touha přejídání se u nich do několika týdnů zmírnila.

*„V posledních letech dominují v léčbě mentální bulimie stále více antidepresiva. Při léčbě poruch příjmu potravy psychofarmaky je nutné zvláště důrazně respektovat jejich možné kontradikce a nežádoucí účinky, které zejména u značně podvyživených jedinců by se mohly drasticky projevit a vyvolat nepříjemné komplikace. U tricyklických antidepresiv může jejich anticholinergní působení vyvolávat suchost sliznic, tachykardii, poruchu oční akomodace, obstipaci, retenci moče, zhoršení glaukomu s tzv. uzavřeným úhlem.“<sup>31</sup>*

Krch (1999) píše, že vývoj psychofarmakologické léčby mentální bulimie byl oproti mentální anorexii mnohem rychlejší a úspěšnější.

---

<sup>31</sup> KRCH, František David a kolektiv. *Poruchy příjmu potravy*. 1. vyd. Praha : Grada Publishing, 1999. 165 s. ISBN 80-7169-627-7

## 5. STRES A DEPRESE

*„Deprese je nemoc podobná jiným nemocím, jako například vysoký krevní tlak, žaludeční vředy nebo cukrovka. Není to jen špatná nálada, ale nemoc celého organismu. V žádném případě to není nedostatek vůle nebo sebekázně. Deprese také není jenom reakce na nepříznivé události v životě, i když často na ně navazuje. Deprese je u většiny lidí léčitelné onemocnění. Pokud není deprese léčena, vede ke ztrátě výkonnosti, k izolaci, ztrátě radosti v životě a výrazně zhoršuje celkový zdravotní stav člověka – snižuje obranyschopnost organismu.“<sup>32</sup>*

Křivohlavý (2010) zmiňuje, že u stresu jako u řady jiných zdravotních problémů, se na počátku setkáváme s určitou nejistotou. Máme na něco podezření, něco cítíme, ale nejsme si tím jisti.

- **Příznaky stresového stavu, které se objevují v našem chování a jednání:**
  - nerozhodnost – příliš dlouho rozvažujeme, nejsme si jisti v situacích, kde je více možností volby
  - změněný denní rytmus – problémy s usínáním a spaním
  - neustálé nářky a bědování – vše vidíme v temněších barvách
  - změny ke vztahu k potravě – ztrácíme chuť k jídlu nebo naopak zvýšíme množství jídla
  - zvýšená nepozornost – hůř se koncentrujeme

---

<sup>32</sup> PRAŠKO, Ján, PRAŠKOVÁ, Hana, PRAŠKOVÁ, Jana. *Deprese a jak ji zvládat*. 1. vyd. Praha : Portál, 2003. 27 s. ISBN 80-7178-809-0

- zvýšený příjem alkoholu, cigaret, větší závislost na drogách všeho druhu
  - snížené množství práce a zhoršená kvalita práce
- **Příznaky stresového stavu, které se projevují v našem duševním životě – v naší psychice:**
    - prudké a výrazné změny nálady – od velké radosti k velkému smutku
    - zvýšená podrážděnost, popudlivost, úzkostnost
    - pocity únavy, starosti o svůj zdravotní stav a fyzický jev
    - neschopnost projevit emocionální náklonnost a sympatii v mezilidských vztazích
- **Fyziologické příznaky stresového stavu:**
    - bušení srdce
    - úporné bolesti hlavy
    - svalové napětí v krční oblasti a v dolní části páteře
    - bolesti a pocity svírání za hrudní kostí
    - nechutenství a plynatost v břišní oblasti
    - ztráta sexuální apetence (touhy), až úplná sexuální impotence
    - výraznější změny v menstruačním cyklu
    - migréna – bolesti jedné poloviny hlavy
    - exantém – vyrážka v obličeji
    - obtížné soustředění pohledu obou očí na jeden bod, až i dvojité vidění

*„Primárním účinkem stresu je mobilizace našeho vnitřního systému – boj, uteč nebo se boj. To znamená, že stres vyvolává biochemické, tělesné a psychologické reakce, jež nás mají připravit na zátěžovou situaci. To je samozřejmě v pořádku, jestliže daná situace takový typ reakce vyžaduje, je například možné spekulovat o tom, že reakce typu boj si systém osvojil kdysi dávno jako impuls k obraně území nebo boji o družku, že uteč tenkrát znamenalo záchranu života před divokou šelmou a že ono bát se představovalo strach při konfrontaci přírodních živlů.“<sup>33</sup>*

Witkinová (2009) píše, že deprese se vyskytují zhruba dvakrát násobně u žen, než u mužů. Na psychoterapie chodí dvakrát tolik žen než mužů. Poměr žen a mužů hospitalizovaných v psychiatrických léčebnách je 2:1. Z těchto statistik se může zdát, že ženy si deprese víc připouští a že jsou ochotnější o nich mluvit s odborníky. Z kontrolovaných studií ale vyplývá, že symptomem nezvladatelného stresu trpí 8% žen a 4% mužů. Chlapci se už jako malí učí bránit, bojovat, když se něco děje, zatímco dívkám je vštěpováno ovládat se. Chlapci jsou vychováni ctižádostivě, aby usilovali o úspěch. Dívky jsou vychovávány k touze po uznání. Dívky se vlivem výchovy za svá selhání stydí, zatímco u chlapců je nezdar přirozenou součástí úsilí. Z toho všeho vyplývá, že ženy mají obecně strach vzít si svůj život pevně do rukou a svůj stres tak zvládat pod kontrolou.

Práce mimo domov se patrně může pojít s nižšími depresemi, než práce na plný úvazek v domácnosti. Vyplývá to z toho, že na pracovišti je více dospělých lidí, s nimiž si může žena promluvit a zasmát se. Zaměstnané ženy jsou ale často vystaveny stejnému riziku, jak je tomu i u mužů. Žena, která začne pracovat, často zjistí, že její mužští kolegové na stejných pozicích, vydělávají více peněz, než ona. Pro ženy, které si roky budují kariéru zjistí, že jejich věk je pro ně rok od roku větším nepřítelem. Nebo její rodina potřebuje peníze, ale jí je vyčítáno, že chodí do práce a není doma. Když se pak takové ženě vyskytne jakákoli negativní událost, je to už o jednu více, než dokáže snést a následuje často rozvoj deprese.

---

<sup>33</sup> WITKINOVÁ, Georgia. *Jak přežít stres průvodce ženy*. 1. vyd. Český Těšín : Práh, 2009. 19 s. ISBN 978-80-7252-267-5

Někteří odborníci tvrdí, že ženy jsou obecně náchylnější k depresi vlivem výchovy jiní ale tvrdí, že ženy mají jakousi biologickou predispozici, že stres může nepříznivě ovlivnit přenos nervových vzruchů, potlačit funkci hypotalamu – mozkového centra potěšení, vyčerpat povzbuzující látky zvané katecholaminy, nebo narušit tvorbu serotoninu a histaminu, které se podílejí na některých důležitých funkcích našeho mozku. Onen jeden z nevýraznějších příznaků těchto změn je právě deprese.

Deprese je součástí ženského stresového syndromu. Pokud máte dojem, že trpíte depresí, na většinu následujících tvrzení zareagujete kladně. Tvrzení byla formulována podle dr. Aarona Becka, průkopníka v oblasti léčby depresí:

- když pomyslím na budoucnost, pociťuji strach a nejistotu
- nedokážu se už z ničeho radovat tak, jako dřív
- jsem sama ze sebe zklamaná
- pláču víc než dřív
- stojí mě hodně úsilí začít něco dělat
- nespím tak dobře jako dřív
- mám menší zájem o sex, než jsem mívala
- často trpím pocity viny

Witkinová (2009) uvádí, že deprese nikdo nemá brát na lehkou váhu, a že různé stupně deprese vyžadují individuální přístup. Myšlenky na sebevraždu a sebevražda k depresi často patří. K většině sebevražd dochází během tří měsíců poté, co se deprese začne mírnit a člověku se začne vracet energie.

*„Pomozte trpící – vybiďte jí, aby mluvila, a naslouchejte jí. Zjistěte, co jí chybí, zda ji netrápí nějaká ztráta, nesužuje ji pocit viny nebo bezmoci...Žena trpící depresí podle dr. Becka vnímá svůj současný stres v podobě jednoho velkého, nekonečného zklamání a utrpení. Zdánlivě běžné životní nesnáze*

*považuje za čirá muka a není schopna vidět na svém životě nic kladného, spíše naopak vidí na všem záporny. Nepřete se s ní a nepokoušejte se jí její stanoviska vymlouvat. Spíše jí pomozte pochopit, že tyto její pocity jsou projevem deprese, kterou u ní vyvolal stres. A potom jí pomozte získat pomoc, protože ona sama nejspíš nemá dostatek sil vyhledat odborníka.“<sup>34</sup>*

Kognitivní terapie v kombinaci s adekvátními léky mívá nejrychlejší a nejdlohodobější výsledky.

Witkinová (2009) uvádí deset nejnáročnějších životních událostí. Jsou jimi:

- úmrtí životního partnera
- rozvod
- výpověď ze zaměstnání
- problémy s těhotenstvím
- změna osobních návyků
- odchod dítěte z domova
- potíže v intimním životě
- sňatek
- odchod do důchodu
- vánoční / hlavní prázdniny

Witkinová (2009) píše, že v 90. letech se zabývalo ženou, která nemá nikdy dost, a dnes ženou, která nemá nikdy čas. Žena, která nemá čas je uspěchaná, uhoněná, uříčená a i tak nic nestíhá. A proč tomu tak všechno je? Protože nejsme připraveny na život v 21. století. Jen málokterá žena žije dnes takový život, jaký si vždy představovala. Většina žen má představy o tom, že tatínek živí rodinu, maminka pečuje o rodinný krb, čas plyne zvolna a všechny

---

<sup>34</sup> WITKINOVÁ, Georgia. *Jak přežít stres průvodce ženy*. 1. vyd. Český Těšín : Práh, 2009. 50 s. ISBN 978-80-7252-267-5

problémy se vyřeší během pár okamžiků. Jenže nové století přineslo i novou ženu:

- převážná většina žen pracuje, ať už chtějí nebo musejí
- nová žena má vyšší postavení, než jak tomu bylo dřív
- práci považuje za prostor k seberealizaci, než za pouhý prostředek obživy
- žena může být rozvedená, více než polovina manželství končí rozvodem
- možná se ani nikdy nevdá a možná ani nikdy nebude mít děti
- je méně závislá na mužích

K hlavním problémům pro ženu v 21. století patří to, že život je nyní mnohem méně předvídatelný a tím pádem i mnohem více stresující.



## 6. ŽENSKÉ ČASOPISY A JEJICH VLIV NA SEBEOBRAZ ŽENY

Jako příklad uvádím 6 nejúspěšnějších ženských časopisů, které se u nás vydávají. Jaký mají vliv na ženy, nejlépe vystihují jejich vydavatelství, která popisují jejich charakter:

- **Burda Media 2000 s. r.o.**

Vydavatelství Burda Media 2000 s.r.o. patří do skupiny Burda Eastern Europe, která v České republice vydává spoustu společenských časopisů. Patří k nim: časopis Elle, Marianne, Maxim, Apetit, Marianne bydlení, Elle decoration.

### 6.1 Marianne

*„Slogan časopisu Marianne – Život začíná ve třiceti – je jednoznačný. Marianne je čtení pro dospělé ženy, které vědí, co chtějí. Mají svou profesi, rodinu i zájmy, vědí, proč je důležité pevné zázemí nebo přátelství a proč je také občas nutné se zastavit a začít třeba úplně od začátku. Redakční tým Marianne je svým čtenářkám blízký věkem, životními zkušenostmi i prioritami, a proto dokáže vytvářet časopis, který jim je zdrojem užitečných informací, pomocníkem, který šetří čas i peníze, přítelkyní. V Marianne nejde o slavné tváře (ty se také neobjevují ani na obálce), ale vždy o zajímavé osobnosti, inspirující příběhy (ne)obyčejných žen, které žijí vedle nás. Profesionálně zpracované články se týkají všech oblastí moderního života a nevyhýbají se osobním ani společensky ožehavým tématům, včetně gender problematiky. Inteligentně a návodně zpracovaná móda a kosmetika povyšuje Marianna na elegantní jedničku mezi tzv. ženskými časopisy. Přesto, nebo možná právě*

*proto, je Marianne nejprodávanějším měsíčníkem životního stylu a podle Unie vydavatelů je v roce 2005 také tím nejlepším*“<sup>35</sup>

Časopis Marianne je určený ženám okolo třicítky a tomu odpovídá také jeho obsah. V rubrice móda představují zajímavé články, zaměřené co nejvíce na české návrháře a jejich práci. Nesnaží se čtenářkám za každou cenu vnutit pohled na vychrtlé modelky a v tom je jejich síla. Marianne se snaží svým postojem bojovat proti anorexii a bulimii. Tím, že se na titulních stránkách objevují neznámé „obyčejné“ ženy, imponují ostatním.

## 6.2 Elle

*„Časopis Elle není třeba dlouze představovat. Už více než šestnáct let je komplexním průvodcem životního stylu sebevědomých a spokojených žen, které umějí ocenit kvalitu. Na stránkách Elle najdete nejen módu, kosmetiku nebo novinky z kultury, designu či nových technologií, ale rozšíříte si přehled v tématech, jako politika, kariéra, rodinné vztahy nebo partnerský život. Elle svým čtenářkám nic nediktuje, naopak: pomáhá jim najít vlastní, osobitý styl, inspiruje je, motivuje a probouzí jejich kreativitu a vizuální cítění. Elle vychází v šedesáti zemích a je nejprodávanějším luxusním módním časopisem ve světě i u nás.*“<sup>36</sup>

Časopis Elle se stal jedním z nejvíce populárních u nás, v České republice. Populární se stal zejména pro svůj moderní postoj, nejen pro mladé dívky, ale také starší ženy. Moderní postoj prezentuje nejnovějšími tvářemi mladých vyhublých modelek, které můžeme vidět v celém obsahu časopisu. Navíc téměř na každé třetí straně jsou umístěny reklamy na nejnovější parfémy, módní návrháře, atd. Elle sice čas od času vydá článek typu: Jak bojovat s anorexií, Řekněme stop podvýživě, ale jeho samotný obsah napovídá přesnému opaku.

---

<sup>35</sup> (< [http://www.burdamedia.cz/index\\_marianne.php](http://www.burdamedia.cz/index_marianne.php)>[cit. 2012-01-12])

<sup>36</sup> (< [http://www.burdamedia.cz/index\\_elle.php](http://www.burdamedia.cz/index_elle.php)>[cit. 2012-01-12])

### 6.3 Joy

*„Lifestylový časopis pro moderní ženy. JOY se zaměřuje na módu, krásu, osobnosti, nabízí nový pohled na muže, sex a lásku. JOY je mimořádná svým blízkým vztahem ke čtenářkám. JOY je výjimečná svými exkluzivními a propracovanými fotoprodukcemi. Silné zázemí v této oblasti má česká JOY díky mezinárodním edicím JOY. V JOY najdete více módy, více kosmetiky, více V.I.P. než v jiných časopisech.“<sup>37</sup>*

Časopis Joy je zejména oblíbený u dospívajících mladých dívek. Časopis je především zaměřený na známé hollywoodské herečky a herce, známe zpěváky, zpěvačky a právě tím, mladým dívkám imponuje. V Joy si dívky prohlédnou nejnovější kolekce od světoznámých návrhářů, nejnovější kosmetické pomůcky a rady, přečtou si zajímavé články o partnerství. Ale ani časopis Joy se nebrání prezentací podvyživených modelek, které se v časopise objevují. Sice píše články o tom, že anorexie a bulimie jsou špatné a že k tomu mají negativní postoj. Business je ale business, a tak se takovýmto módním „trendům“ nebrání.

### 6.4 InStyle

*„InStyle přináší články o módě, kosmetice, interiérovém designu a bydlení, stylovém stolování a cestování a zakládá si na blízkém vztahu se svými čtenářkami. Módní trendy představuje výhradně na celebritách, které mají (na rozdíl od „dokonalých“ modelek) podobné typy postav jako čtenářky, a je proto přitažlivý pro ženy všech věkových skupin.*

*Čtenářky inspiruje exkluzivními novinkami o stylu světových hvězd a vzdělává je prostřednictvím tipů a rad podávaných vstřícnou a čtivou formou. Uvádí trendy z přehlídkových mol do každodenního života a učí ženy krok za krokem oblékat se vhodně pro každou příležitost.*

---

<sup>37</sup> (<<http://www.burda.cz/portrety/joy/2742/joy.html>>[cit.2012-01-12])

*Klade zvláštní důraz na to, aby každá rubrika seznamovala se zbožím v různých cenových kategoriích a dostupným na trhu v České republice a na Slovensku. Silné zázemí v této oblasti má InStyle díky mezinárodním edicím, které vycházejí ve čtrnácti zemích.*<sup>38</sup>

Časopis InStyle si od doby svého vydávání u nás získal velkou oblibu. Oblíbený je především pro mladé dívky, ale početně si ho kupují i dámy. V časopise narazíme na minimum fotografií, které by pobízeli k podezření, že modelky trpí poruchou příjmu potravy. Časopis se v každém svém čísle zaměří na jednu známou osobnost, které věnuje několik stran na její bližší poznání čtenářům. V rubrice móda prezentuje oblečení pouze jako fotografie oblečení samotného, nikoli na modelkách. Příležitost dává i „obyčejným“ dívkám, které mají možnost se stát amatérskou modelkou v jejich časopise.

- **Stratosféra**

Vydavatelství exkluzivních časopisů v České republice. Vydává časopisy: Esquire, Cosmopolitan, Harper's Bazaar, Spy, Love Star, Dolce Vita a mnoho dalších.

## **6.5 Cosmopolitan**

*„Chcete skvělého partnera, zábavnou práci, dostatek sebevědomí a ještě k tomu úžasně vypadat? Varujeme vás, po přečtení tohoto časopisu se vám to může přihodit. Cosmopolitan je nejprodávanější časopis pro mladou moderní ženu na celém světě, který nejlépe ví, po čem touží, co jí vyhovuje, co považuje za dobré a čemu věří.*<sup>39</sup>

---

<sup>38</sup> (<<http://www.periodik.cz/predplatne/casopis.php?akce=titul&titul=100820>>[cit.2012-01-12])

<sup>39</sup> (<<http://www.stratosfera.cz/pro-ctenare/cosmopolitan>>[cit. 2012-01-12])

Časopis Cosmopolitan je spíše oblíbený u starších žen. V časopise najdeme spoustu článků typu „Jak na ...“. Více než fotografie je tedy zaplněný články, které se ale opakují vydání od vydání znovu, pouze v jiné obměně. Fotografie s podvyživenými modelkami jim nejsou cizí, naopak v jejich časopise pohled na zdravě vypadající dívku nenajdeme.

## 6.6 Harper's Bazaar

*„Měsíčník Harper's Bazaar je nejprestižnějším a nejdéle vydávaným módním časopisem na světě. Je inspirativní učebnicí stylu pro sebevědomou ženu s vlastním vytříbeným názorem a především s neuvěřitelně luxusním vkusem. Svým čtenářkám odhaluje nejnovější módní trendy, nezapomíná ani na novinky v kosmetice, zároveň přináší exkluzivní rozhovory a zajímavé reportáže.“<sup>40</sup>*

Zájem o časopis Harper's Bazaar stále více upadá, a sice z důvodu, že v časopise se zabírají stále stejnými tématy typu: Jak vypadat dokonale, Zhubněte, budete se cítit krásná, Poradíme vám, jak zhubnout deset kil za čtrnáct dní apod. Ženy spíše ještě více podbízí k tomu, že veškerý úspěch lze dosáhnout tím, když si nakoupí nejdražší oblečení a budou vyhublé.

---

<sup>40</sup> (<<http://www.stratosfera.cz/pro-ctenare/harpers-bazaar>>[cit. 2012-01-12])

## ZÁVĚR

Dnešní doba přináší pro každého z nás těžké překážky a zkoušky. Je důležité, aby si člověk v každé situaci zanechal svoji tvář, svůj postoj a nenechal se ovlivnit okolními vlivy. Móda se sice stále nedílnou součástí všech, ale měla by sloužit pouze jako nástroj, který umocní naši osobnost. V průběhu 20. století až po současnou dobu móda udělala velký pokrok, ale začíná postrádat jakési hranice. Nezáleží přeci na tom, jestli na sobě máme outfit v hodnotě desítek tisíc, nebo tričko ze secondhandu, důležité je, abychom se v něm cítili dobře a vyzařovali pozitivní energii. Současné trendy nám dávají na vybranou mnoho stylů, ze kterých lze vybírat, ale každý ať si vybere ten, který je mu srdcem nejbližší.

Poruchy příjmu potravy, téma dokola zmiňované a omlouvané, bude nejspíš problémem ještě spoustu let. Už mnohokrát jsme slyšeli ze stran známých návrhářů, že to oni budou ti, kteří tuto „módu“ ukončí. Avšak, vezmeme – li do rukou nejnovější fotografie z přehlídek těchto návrhářů, na mole vidíme stále mladší a mladší dívky, z nichž vyčnívají kosti, žebra a máme pocit, že molo snad ani nepřejdou.

Časopisy, které nám ve stáncích nabízejí, fungují jako jakýsi manipulační prvek, kterým se lidé mají nechat ovládat. Každý si může vybrat časopis na míru. Je vám třicet let? Chcete být úspěšná na 150 procent jak v kariéře, tak v osobním životě? Kupte si náš časopis a my vás jí uděláme...

Každý z nás žije svůj život a měl by si ho řídit podle sebe, jak uzná za vhodné. Síla nepodřídít se všem vlivům okolo nás je sice těžká, ale ne nezvladatelná.

## SEZNAM POUŽITÉ ČESKÉ LITERATURY

FAHOUN, Karel, ŠTROBLOVÁ, Soňa. *Tvář*. 1. vyd. Jihlava : Somix, 1998.  
ISBN 80-902561-0-4

KRCH, František David. *Bulimie, jak bojovat s přejídáním*. 1. vyd. Praha :  
Grada Publishing, 2000. ISBN 80-7169-947-2

KRCH, František David a kolektiv. *Poruchy příjmu potravy*. 1. vyd. Praha :  
Grada Publishing, 1999. ISBN 80-7169-627-7

KRCH, František David, RICHTEROVÁ, Ivana. *Chci ještě troch zhubnout*. 1.  
vyd. Praha : Motto, 1998. ISBN 80-85872-86-2

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Sestra a stres*. 1. vyd. Praha : Grada Publishing, 2010.  
ISBN 978-80-247-3149-0

KYBALOVÁ, Ludmila. *Dějiny odívání, Od „zlatých dvacátých“ po Diora*. 1.  
vyd. Praha : Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-142-7

PAVLÍČOVÁ, Šárka, VANČUROVÁ, Eva. *Doplňkománie, aneb co a jak  
s módními doplňky*. 1. vyd. Praha : Albatros, 2004. ISBN 80-00-01417-3

PRAŠKO, Ján, PRAŠKOVÁ, Hana, PRAŠKOVÁ, Jana. *Deprese a jak ji  
zvládat*. 1. vyd. Praha : Portál, 2003. ISBN 80-7178-809-0

ROZSÍVALOVÁ, Věra a kolektiv. *Krása očima staletí*. 1. vyd. Hradec  
Králové : NUCLEUS, 1996. ISBN 80-901753-2-5

ZINDELOVÁ, Michaela, MATRAGI, Blanka. *Blanka Matragi*. 1. vyd. Praha :  
Lidové noviny, 2006. ISBN 80-7106-791-1

## SEZNAM POUŽITÉ ZAHRANIČNÍ LITERATURY

CROWN, Lawrence. *Marilyn, Twentieth Century Fox*. Fortuna Print, 1993.

FELICETTI, Cinzia. *Ryzí styl!* 1. vyd. Praha : Mladá fronta, 2007.

ISBN 978-80-204-1514-1

HALL, Lindsey, COHN, Leigh. *Rozlučte se s bulimií*. 1. vyd. Praha : ERA, 1999. ISBN 80-86517-60-8

LEIBOLD, Gerhard. *Mentální anorexie*. 1. vyd. Praha : Nakladatelství Svoboda. 1995. ISBN 80-205-0499-0

LIPOVETSKY, Gilles. *Móda a její úděl v moderních společnostech*. Praha : Prostor, 2002. ISBN 80-7260-063-X

WEST KURT, Susan, MONTE, Tom. *Probud'te svou krásu, jedinečný způsob Dr. Hauschka*. 1. vyd. Praha : Smetana, 2007. ISBN 978-80-254-0146-0

WITKINOVÁ, Georgia. *Jak přežít stres průvodce ženy*. 1. vyd. Český Těšín : Práh, 2009. ISBN 978-80-7252-267-5



## INTERNETOVÉ ZDROJE

1.) <<http://www.dermacol.cz/svet-dermacol-znacka-dermacol>>

[cit. 2011-12-12]

2.) < <http://budoucnostprofesi.cz/cs/vyvoj-v-odvetvich/textilie-odevy.html>>

[cit. 2011-12-12]

3.) < [http://www.burdamedia.cz/index\\_marianne.php](http://www.burdamedia.cz/index_marianne.php)>

[cit. 2012-01-12]

4.) < [http://www.burdamedia.cz/index\\_elle.php](http://www.burdamedia.cz/index_elle.php)>

[cit. 2012-01-12]

5.) <<http://www.burda.cz/portrety/joy/2742/joy.html>>

[cit.2012-01-12]

6.) <<http://www.periodik.cz/predplatne/casopis.php?akce=titul&titul=100820>>

[cit. 2012-01-12]

7.) <<http://www.stratosfera.cz/pro-ctenare/cosmopolitan>>

[cit. 2012-01-12]

8.) <<http://www.stratosfera.cz/pro-ctenare/harpers-bazaar>>

[cit. 2012-01-12]

## **BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE**

**Jméno autora:** Aneta Halačková  
**Obor:** Sociální a mediální komunikace  
**Forma studia:** prezenční  
**Název práce:** Vliv médií na vnímání ženské krásy  
**Rok:** 2012  
**Počet stran textu bez příloh:** 47  
**Celkový počet stran příloh:** 0  
**Počet titulů české literatury a pramenů:** 10  
**Počet titulů zahraniční literatury a pramenů:** 7  
**Počet internetových zdrojů:** 8  
**Vedoucí práce:** PhDr. Tereza Vacínová