

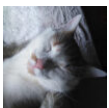
Hladový experiment: Unikátní americkou studii vedl v roce 1944 český psycholog Josef Brožek

[LF lfe.cz/historie-a-tajemno/hladovy-experiment-josefa-brozka-mladi-muzi-trpeli-depresi-unavou-i-apatii-za-vse-mohl-snizeny-pridel-kalorii_318815.html](https://lfe.cz/historie-a-tajemno/hladovy-experiment-josefa-brozka-mladi-muzi-trpeli-depresi-unavou-i-apatii-za-vse-mohl-snizeny-pridel-kalorii_318815.html)



Zdroj: Wikimedia Commons/Mennonite Church USA Archives, Public domain

V roce 1944 zuřila druhá světová válka a problém hladovění byl velmi aktuální. Český psycholog Josef Brožek, společně se skupinkou amerických vědců a humanitárních pracovníků, proto provedl na 36 mladých mužích nezvyklý experiment. Měl jim pomoci pochopit, jak se postarat o lidi trpící dlouhodobým hladověním a jak je přivést zpět k normálnímu životu.



Kamil Šivák 24. března 2022

V roce 1944 se na chodbách a v místnostech Minnesotské univerzity usadila skupinka 36 mladých mužů, kteří se připravovali na téměř rok trvající studii sledující psychologické a fyziologické účinky hladovění. Jedno bylo jisté již po pár dnech – nebude to procházka růžovým sadem.

Mohlo by Vás zajímat:



Tragický sociální experiment: Inuitské děti se měly v Dánsku stát lepšími lidmi, místo toho si odnesly trvalé následky.

Lidští pokusní králíci

Za nábor subjektů a shromažďování dat zodpovídal **český psycholog Josef Brožek**. Spolu s vedoucím laboratoře Ancelem Keysem vybíral hlavně z řad takzvaných CPS, což byli muži odmítající vojenskou službu. Byli často nazýváni lidskými pokusnými králíky, neboť většina z nich chtěla své vlasti posloužit tím, že se zúčastní různých experimentů, jenž by mohly být přínosné pro lidstvo.

Zobrazit příspěvek na Instagramu

Příspěvek sdílený Memories Of The Prairie (@memoriesoftheprairie).

Výběr byl přísný. Jedinec musel být svobodný, fyzicky i duševně zdravý, s nekonfliktní povahou, která dokáže ustát i velmi náročné situace. Z celkového počtu 200 uchazečů bylo nakonec vybráno šestatřicet mladíků, kteří se po nezbytných přípravách vydali na Minnesotskou univerzitu, kde **je čekaly pěkně perné chvílky**.

Mohlo by Vás zajímat:



Ruský spánkový experiment: Vězni se měli proměnit v děsivé příšery bez špetky lidskosti

Dobrovolné hladovění

Každý z testovacích subjektů měl během studie ztratit 25 % své tělesné hmotnosti. První tři měsíce dostávali normální přídělý jídla, tedy **3 200 kalorií na jeden den**. Poté následovalo období šesti měsíců, během kterých jim byla zredukována strava na pouhých **1 570 kalorií**. Následně

se přiděl zvedl na **2 000 kalorií** a postupně se zvyšoval na původní hodnotu. Nakonec nastala takzvaná rehabilitační doba, kdy po dobu osmi týdnů mohl každý z účastníků sníst tolik jídla, kolik chtěl.

Jejich strava se skládala ze široce dostupných potravin (brambory, kořenová zelenina, chléb). Kromě toho byli povinni každý týden odpracovat 15 hodin v laboratoři, ujít 35 kilometrů a věnovat se pětadvacet hodin vzdělávání. A co ukázaly první výsledky? **Během fáze polohladovění se morálka mužů značně zhoršila.** Kvůli ztrátě hmotnosti přišli o sílu, vytrvalost a klesla jim tělesná teplota. A co se týče sexuálních tužeb... ty byly na bodu mrazu.

Mohlo by Vás zajímat:



Bizarní žabí experiment: Italský kněz zasvětil život oplodňování zvířat, samcům nasazoval mini trenky

Psycholog Josef Brožek na obálce časopisu Time

Hlad vyvolal v mužích posedlost jídlem. Doslova o něm snili. Každý přiděl pokrmu si vychutnávali, jako kdyby šlo o vrchol kulinářského umění. **Hladovění v nich vyvolávalo depresi, únavu, podrážděnost a apatii.** Pro některé muže se kvůli tomu stal pokus příliš obtížný a museli se vzdát další účasti. Ti, kteří vytrvali, se později objevili i na **stránkách časopisu Life.**

Experiment oficiálně skončil **v říjnu roku 1945.** Závěr byl jasný – **vše je o kaloriích.** Z hladovění se lze vzpamatovat jen pořádným jídlem. V roce 1950 publikoval **Josef Brožek**, spolu s dalšími kolegy, dvousvazkový soubor textů **Biologie lidského hladovění**, který je dodnes považován za přelomové dílo. V roce 1961 se rovněž objevil **na obálce magazínu Time**, a to nejen kvůli studii o hladu, ale rovněž díky popularizaci středomořské stravy a indexu tělesné hmotnosti.

Mohlo by Vás zajímat:



Experiment ve stínu gilotiny: Francouzský lékař zjistil, jak dlouho člověk po setnutí hlavy ještě vnímá

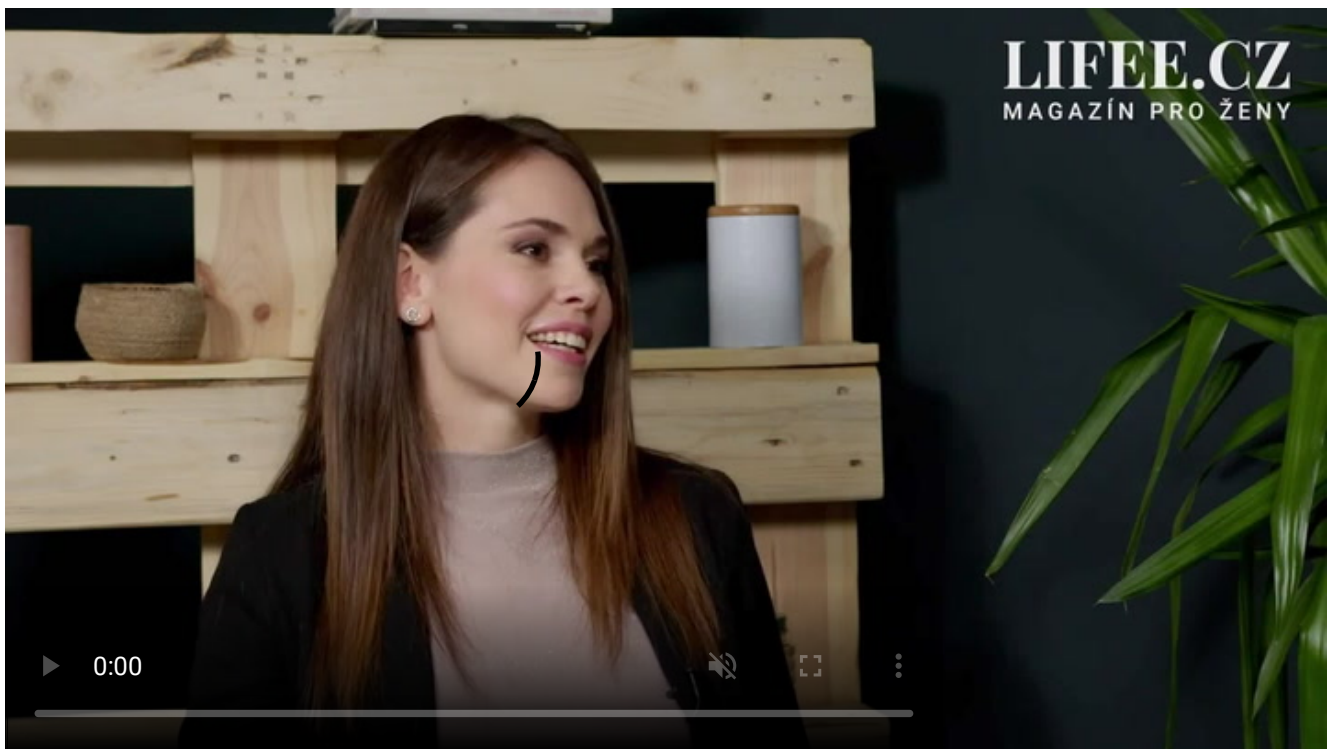
Zdroje informací:

Wikipedia.org: [Minnesota Starvation Experiment](#)

Apa.org: [The Psychology of hunger](#)

Phil.muni.cz: [Josef Brožek](#)

Cukrářka Helena Fléglová: Češi na dezertech šetří, na svatbě za půl milionu chtějí sladké do 10 tisíc korun



Aktuální čas 0:03

/

Duration 35:29

Načteno: 0%

Stav: 0%

Auto 720p

