

ROZLIČNOSTI

Paleo diéta, keto diéta alebo paleodiéta, ketodiéta?

V jazykovej poradni sme sa stretli s otázkou, ako správne písať výrazy *ketodiéta/keto diéta* a *paleodiéta/paleo diéta* – spolu ako jedno slovo alebo oddelene.

Najskôr sa budeme venovať podobám *paleo diéta* a *paleodiéta*. Štvrtý zväzok Slovníka súčasného slovenského jazyka (2021) zachytáva výraz *paleo* trikrát. Prefixoidom *paleo-* sa označuje prvá časť zložených slov s významom „dávny, dávnoveský, starý, najstarší“ a uvádzajú sa pri ňom príklady *paleobotanika*, *paleolit* a *paleoslavistika*. Nesklonné adjektívum *paleo* má dva významy: 1. „podobný paleolitu, staršej kamennej dobe; založený na princípe paleolitického stravovania, predpokladaného stravovania človeka v paleolite, pri ktorom sa uprednostňovala prírodná strava“, napr. *paleo stravovanie*, *paleo životný štýl*, *paleo recepty*, 2. súvisiaci s paleolitickým stravovaním, napr. *paleo centrum*, a hodnotí sa ako hovorové slovo. Do tretice sa heslo *paleo* spracovalo tiež ako hovorové nesklonné substantívum stredného rodu *paleo* s významom „strava, stravovanie podobné predpokladanému stravovaniu človeka v paleolite, pri ktorom sa nekonzumujú priemyselne spracované potraviny a uprednostňuje sa prírodná strava (mäso, ryby, vajíčka, tuky, ovocie, zelenina, orešky a pod.), paleolitické stravovanie“, napr. *vyskúšať si paleo*, *nikdy som o paleo nepočula*. Vo Veľkom slovníku cudzích slov (2008) sa uvádza, že výraz *paleo-* je prvou časťou zložených slov s významom „pravek, praveký, predhistorický, starý, dávny, dávnoveský a pod“. Berúc do úvahy len slovníkové výklady, možno konštatovať, že výraz, na ktorý sa spýtovali v telefonickej jazykovej poradni, sa nepíše ako jedno slovo, lebo nesúvisí priamo s významom prefixoidu *paleo-*. Ide o slovné spojenie skráteného prídavného mena *paleo* a podstatného mena *diéta* – *pa-*

Príspevok vznikol v rámci grantu VEGA č. 2/0132/24 Slovenský pravopis a jeho pravidlá v kontexte súčasnej jazykovedy a jazykovej praxe 2.

leo diéta. Skrátienina *paleo* sa dozaista prevzala z pôvodného anglického spojenia *paleo diet*, ktoré vzniklo z adjektíva *paleolithic* a substantíva *diet*. Z frekvencie dokladov v korpuse¹ vyplýva, že prídavné meno *paleo* v spojení *paleo diéta* je výrazne častejšie ako zloženina *paleodiéta*, a to aj v prípade spojení s inými podstatnými menami, napr. *paleo strava*, *paleo výživa*, *paleo potravina*, *paleo stravovanie*, *paleo recept*, *paleo životný štýl*.

Slová *ketodiéta* ani *keto* sa v slovníkoch doteraz nespracovali. Aby sme mohli zistiť, či v tomto prípade možno postupovať analogicky, musíme si overiť význam pomenovaní. Podľa elektronického Lexikónu medicíny² je plný názov uvedenej diéty *ketogénna diéta*. Ide o diétu obsahujúcu veľké množstvo tukov s minimálnym množstvom proteínov a sacharidov, ktorá vyvoláva *ketózu*, stav charakterizovaný abnormálnou koncentráciou ketolátok v tkanivách a telových tekutinách (porov. heslá *ketogénna diéta* /na stránke sa uvádza pravopisne nesprávne heslo *ketogénny*, ďalej v texte už *ketogénna diéta*/ a *ketóza*) a jej cieľom je zníženie telesnej hmotnosti. Prídavné meno *ketogénny* sme v slovníkoch nenašli. Vo Veľkom slovníku cudzích slov (2008) sa na rozdiel od elektronického terminologického slovníka uvádza adjektívum *ketogenický* s kvalifikátorom lekársky výraz a s vysvetleným termínom *ketogenická diéta* „metóda liečiaca epilepsiu dlhodobou (približne dvojročnou) prísnou diagnostikovanou diétou“. V slovníku cudzích slov sa tiež spracovali slová s prvou časťou *keto-* s významom „súvisiaci s ketónom, ketónový“, napr. *ketolátka*, *ketonémia*, *ketonický*, *ketonúria*, *ketoskupina*.

Adjektíva *ketogénny* a *ketogenický* sa podľa dokladov v korpuse používajú v rovnakom význame, výrazne však prevažuje podoba *ketogénny*, napr. *Klinická štúdia, ktorá by poukazovala na možnosť úplného vyliečenia rakoviny pomocou ketogénnej diéty, neexistuje* (lovcisarlatanov.sk). – *Môže ketogénna diéta spôsobiť nebezpečný stav zvaný ketoacidóza?* (zapiskynut-riholicky.wordpress.com). Na slovné spojenie *ketogenická diéta* je menej dokladov, napr. *Opakujeme, že paleo ani ketogenická diéta by nemali byť „mäsové“, ale predovšetkým „zeleninové“ diéty* (paleo.sk). Častejšie ako

¹ Korpus Omnia Slovaca IV Maior Beta (22.01) vznikol zlúčením korpusových dát v Slovenskom národnom korpuse (SNK prim 9.0) a dát z webových korpusov a slúži potrebám pracovníkov JÚEŠ SAV, v. v. i. [cit. 31. 1. 2024].

² Dostupný na stránke vydavateľstva Asklepios <http://datasolution.sk>.

spojenie *ketogenická diéta* sa v korpuse vyskytujú doklady na slovné spojenie *ketónová diéta*, napr. *Ja som sa rozhodol vyskúšať jeden z tých reálnych [spôsobov], ktorý je postavený na vedeckých poznatkoch – ketónovú diétu alias ketodiétu* (imunita.online). – *V ketónovej diéte sa za deň nesmie prijať viac ako 40 g sacharidov, aby bol organizmus stále vo vysokej ketóze* (keto-fit.sk). Slovo *keto* v spojení *keto diéta* je skrátená podoba adjektíva *ketogénny*, resp. *ketogenický*, čo podporuje písanie daného spojenia oddelene ako v prípade výrazu *paleo diéta*.

V korpuse sme overovali aj frekvenciu písania výrazov *keto diéta* a *keto diéta*. Z prieskumu vyplynulo, že v súčasnosti používatelia preferujú písanie dvojslovného výrazu *keto diéta* (733 dokladov oproti 332 dokladom jednoslovného výrazu *ketodiéta*). Zdá sa teda, že slovo *keto* sa funkčne používa ako nesklonné adjektívum (podobne ako *paleo*). Kým výraz *paleo* funguje aj ako substantívum, a to pomerne často, *keto* sa dnes ako nesklonné podstatné meno stredného rodu využíva len okrajovo. V korpusových textoch sme našli niekoľko dokladov, napr. *Bolo by veľmi zaujímavé robiť si takýto denník, aj keď prejdete na keto znovu* (martinchudy.sk). – *Ketogénna diéta alebo keto ako štýl stravovania je niečo, o čom sa popísalo mnoho* (fitcul.trefresher.sk).

Napriek vyššej frekvencii dokladov na písanie výrazov *paleo diéta* a *keto diéta* oddelene spôsobené aj vplyvom pôvodného anglického pravopisu odporúčame písať ich ako zloženiny s prefixoidmi *paleo-* a *keto-* – *paleodiéta* a *ketodiéta*. Pre slovenčinu je prirodzené, že tento typ pomenovaní sa píše ako jedno slovo, možno však akceptovať aj dvojslovné písanie výrazov *paleo diéta* a *keto diéta*. Predpokladáme, že vzhľadom na rozšírenie v jazykovej praxi sa v budúcnosti do slovníkov zaradí aj hovorové neohybné adjektívum *keto* (ako *paleo*).

Judita Páleníková
Jazykovedný ústav L. Štúra SAV, v. v. i.

LITERATÚRA

Slovník súčasného slovenského jazyka. O – Pn. Ved. red. A. Jarošová, Bratislava: Veda, vydavateľstvo SAV, 2021. 1 128 s.

ŠALING, Samo – IVANOVÁ-ŠALINGOVÁ, Mária – MANÍKOVÁ, Zuzana: Veľký slovník cudzích slov. 5., revidované a doplnené vydanie. Bratislava – Prešov: Vydavateľstvo SAMO 2008. 1 184 s.

ELEKTRONICKÉ ZDROJE

<http://datasolution.sk/index.php?page=enc&znak=K&cs=59> [cit. 5. 4. 2024].