

### Posudek vedoucího bakalářské práce

<b>Studijní program</b>	<b>Ošetrovatelství B5341</b>	
<b>Studijní obor</b>	<b>Všeobecná sestra</b>	
<b>Akademický rok</b>	<b>2018/2019</b>	
<b>Autor práce</b>	<b>Simona Směšná</b>	
<b>Název práce</b>	<b>Alternativní výživa jako součást zdravého životního stylu</b>	
<b>Vedoucí práce</b>	<b>MUDr. Luhanová Lenka</b>	
<b>Počet konzultací (min. počet konzultací 3x/semestr)</b>	<b>2. ročník</b>	<b>3. ročník</b>
	<b>ano x ne</b>	<b>ano x ne</b>
<b>Počet číslovaných stran</b>	<b>63</b>	
<b>Počet příloh</b>	<b>3</b>	
<b>Počet titulů v českém jazyce (min. počet 15)</b>	<b>6</b>	
<b>Počet titulů v cizím jazyce (min. počet 1)</b>	<b>20</b>	
<b>Počet internetových zdrojů</b>	<b>21</b>	
<b>Doložený souhlas s výzkumným šetřením</b>	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
<b>Originalita kvalifikační práce v % (doplň vedoucí katedry)</b>	<i>100 %</i>	

<b>1</b>	<b>Formální zpracování bakalářské práce</b>	<b>Maximální počet bodů 35</b>	<b>Bodové hodnocení 34</b>
1.1	Dodržení stanoveného rozsahu bakalářské práce	5	5
1.2	Členění kapitol, podkapitol, oddílů dle typu kvalifikační práce	5	5
1.3	Jazyková úroveň textu	5	5
1.4	Úprava textu, grafy, tabulky	5	5
1.5	Úvod (obsahuje aktuálnost tématu, zabývá se teoretickými východisky zkoumání problému, současným stavem řešení a nevyřešenými otázkami, jsou jasně definovány cíle práce, popis problému)	7	7
1.6	Přehled minulé i současné literární rešerše ke sledované tématice v české i cizojazyčné literatuře, práce s citační a bibliografickou normou	8	7
<b>2</b>	<b>Zhodnocení teoretické části (vyplňte u práce teoreticko-empirické)</b>	<b>Maximální počet bodů 20</b>	<b>Bodové hodnocení 18</b>
2.1	Odborná úroveň textu	10	9
2.2	Vhodnost a relevantnost čerpaných zdrojů	4	3
2.3	Obsahová souvislost /návaznost/, relevantnost	6	6



<b>3</b>	<b>Úroveň zpracování empirické části</b> (vyplňte u práce teoreticko-empirické)	<b>Maximální počet bodů</b> <b>40</b>	<b>Bodové hodnocení</b> <b>36</b>
3.1	Vyváženost teoretické a empirické části	6	6
3.2	Formulace a vymezení problému a cíle práce	5	5
3.3	Formulace výzkumných otázek, předpokladů, hypotéz	5	5
3.4	Adekvátnost zvolených výzkumných metod	5	5
3.5	Výběr a charakteristika vzorku	4	4
3.6	Analýza a interpretace výsledků, praktická aplikace výsledků práce	5	4
3.7	Diskuze (výzkumníková schopnost analýzy, interpretace a rozbor hlavních výsledků, konstatuje přijetí či odmítnutí otázek, předpokladů, verifikace hypotéz, vlastní přínos, pohled autora k problematice, konfrontace a porovnání výsledků s cíli práce)	5	4
3.8	Závěr (obsahuje shrnutí všech argumentů z diskuze, doporučení pro praxi a další výzkumné šetření)	5	3
<b>4</b>	<b>Úroveň zpracování historicko-srovnávací práce</b> (vyplňte <b>pouze</b> u práce teoretické, nahrazuje oddíl 2 a 3)	<b>Maximální počet bodů</b> <b>60</b>	<b>Bodové hodnocení</b>
4.1	Odborná úroveň textu	5	
4.2	Výběr materiálů a zdrojů- vhodnost, relevantnost, obsahová souvislost	20	
4.3	Analýza a interpretace dokumentů, dat	20	
4.5	Diskuze (výzkumníková schopnost analýzy, interpretace a rozbor hlavních výsledků, konstatuje přijetí či odmítnutí otázek, předpokladů, verifikace hypotéz, vlastní přínos, pohled autora k problematice, konfrontace a porovnání výsledků s cíli práce)	10	
4.6	Závěr (obsahuje shrnutí všech argumentů z diskuze, komu je text určen, doporučení pro praxi a další výzkumné šetření)	5	
<b>5</b>	<b>Přínos kvalifikační práce, návrhy a opatření pro praxi</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>Celkový počet získaných bodů</b>	<b>100</b>	<b>93</b>

**Otázky, případný komentář k bakalářské práci** (V případě, že došlo ke snížení bodového ohodnocení, vyplňte vždy):

Práce předkládá zajímavou problematiku zaměřenou na alternativní výživu jako součást zdravého životního stylu. Toto téma je v dnešní době velice aktuální, neboť celkově v populaci narůstá počet hlavně mladých lidí, kteří z nejrůznějších důvodů vyhledávají jiný způsob stravování než běžná společnost. Studentka v praktické části práce oslovuje populaci alternativně se stravujících. Průzkumu se zúčastnili zejména mladí lidé (87% respondentů bylo ve věku do 35 let). Zkoumá jejich stravovací návyky, důvody, které je vedly k alternativnímu stravování, zdravotní potíže a pocity zlepšení či zhoršení zdravotního stavu. Další otázky směřují na jejich spolupráci s praktickým lékařem. Teoretická i praktická část jsou přehledné. Při sestavování teoretické části práce studentka vycházela často z cizojazyčných zdrojů, kde se některá výživová doporučení částečně lišila od doporučení MZ ČR, ale podařilo se jí vše porovnat s českými odbornými pracemi a vše upravit. Práce je zpracována velmi zodpovědně. Výsledky studentka porovnávala s dalšími podobnými pracemi. V diskuzi je zmínka o plnohodnotnosti rostlinné stravy, které však lze jen velice těžce dosáhnout, proto bych uvítala více doporučení pro alternativce, jakým způsobem dosáhnout zvýšení výživové hodnoty zvoleného alternativního směru a proč se vyhnout těm, které v žádném případě nemohou nutriční hodnoty naplnit. Praktickým vstunem práce je sice leták



pro alternativně se stravující veřejnost, ale je dost strohý. Navíc bych uvítala doporučení pro děti a mladistvé ohledně vhodnosti alternativního druhu stravování. V letáku je drobná chyba v uspořádání doporučení. V závěru práce bych ocenila i další doporučení, jak rozšířit informovanost o alternativních druzích stravování a jejich vlivu na zdravotní stav zejména u dětí a dospívajících. Práci ale považuji za velmi zdařilou.

**Bakalářskou práci k obhajobě (nehodící se škrtněte):**

<b>Doporučuji</b>	<b>Doporučuji s výhradou</b>	<b>Nedoporučuji</b>
-------------------	------------------------------	---------------------

**Navrhované hodnocení (napište výslednou známku):**

**Tabulka bodového hodnocení a výsledné známky: 1 (výborně)**

Počet bodů	Známka
100 -90	1
89 - 79	2
78 - 68	3
67 a méně	nevyhověl

**Místo, datum: Plzeň, 10. 5. 2019**

**Podpis: MUDr. Luhanová Lenka**