

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

<i>Jméno a příjmení studenta:</i>	<i>Strašáková Adéla</i>
<i>Studijní obor:</i>	Nutriční terapeut
<i>Oponent bakalářské práce:</i>	Mgr. Ing. Simona Šimková
<i>Katedra/ ústav:</i>	ULZ
<i>Název bakalářské práce:</i>	Přísun živin u vegetariánů
Volba tématu:	1. Mimořádně aktuální 2. Aktuální pro danou oblast 3. Užitečné a prospěšné 4. Standardní úroveň 5. Neobvyklé
Cíl práce a jeho naplnění:	1. Vhodně zvolený cíl, který byl naplněn 2. Vhodně zvolený cíl, který byl částečně naplněn 3. Vhodně zvolený cíl, který nebyl naplněn 4. Nevhodně zvolený cíl
Struktura práce:	1. Originální – zdařilá 2. Logická – systémová 3. Logická – tradiční 4. Pro dané téma nevhodná
Práce s literaturou:	1. Vynikající, použity dosud neběžné prameny 2. Velmi dobrá, použity nejnovější dostupné prameny 3. Dobrá, běžně dostupné prameny 4. Nedostatečná – s ohledem na požadovaný počet nebo kvalitu
Vybavení práce (data, tabulky, grafy, přílohy):	1. Mimořádné, funkční 2. Velmi dobré, funkční 3. Odpovídá nutnému doplnění textu 4. Nedostačující
Přínosy bakalářské práce:	1. Originální, inspirativní názory 2. Ne zcela běžné názory 3. Vlastní názor argumentačně podpořený 4. Vlastní názor chybí
Uplatnění bakalářské práce v praxi a ve výuce:	1. Práci lze uplatnit v praxi 2. Práci lze uplatnit ve výuce 3. Vhodná pro publikování 4. Práci nelze příliš využít ani v praxi ani při výuce
Formální stránka:	1. Výborná 2. Velmi dobrá 3. Přijatelná 4. Nevyhovující

Jazyková stránka:

1. Stylistika a) výborná
b) velmi dobrá
c) dobrá
d) nevyhovující

2. Gramatika a) výborná
b) velmi dobrá
c) dobrá
d) nevyhovující

Zásadní připomínky k bakalářské práci:

- 1. nemám**
2. mám tyto:

Slovní hodnocení dle struktury práce (vyjádřete se prosím k jednotlivým částem práce: teoretická část, metodologie, výsledky, diskuze, závěr):

Teoretická část vymezuje různé typy vegetariánské stravy a dále popisuje přednosti a rizika. Popsány jsou i makronutrienty a vybrané mikronutrienty a jejich zdroje. Autorka zvolila dva cíle a následně dvě výzkumné otázky.

Autorka dále uvádí doporučení pro příjem energie a živin u jednotlivých respondentů a porovnává je s hodnotami zjištěnými z jídelníčků. Zde ovšem došlo k určitému nesouladu výpočtu. Autorka na základě určené hodnoty BMR a PAL zjistila celkovou energetickou potřebu konkrétních respondentů, určila, že 30 % příjmu bude tvořit tuk, 50 % sacharidy, ale u bílkovin vyšla z doporučení 0,8 g/kg tělesné hmotnosti. Tím došlo k nesouladu, kdy pak bílkoviny často nejsou 20 % (do 100 %), ale pouze 12 %, a tak neodpovídá celkové množství energie. Při přepočítání jsem se nedostala ani na energii (dle propočtu živin) reálného příjmu respondentů. Současně byla použita konstantně doporučení pro příjem bílkovin 0,8 g/kg tělesné hmotnosti, ovšem hodnoty PAL byly různé, např. i 1,8 (s konstatováním, že je dotyčný např. hodně fyzicky aktivní), tedy možná by bylo vhodné i zvýšit doporučení pro příjem bílkovin u takového respondenta...?

Dále autorka uvádí souhrnně všechna porovnání energie a živin v souvislosti s doporučeními. Pozitivně hodnotím, že v přílohách je vložen příkladový jídelníček.

Diskuse odpovídá požadavkům na BP. V závěru jsou zodpovězeny výzkumné otázky.

Práce splňuje základní požadavky kladené na tento typ prací, a proto ji doporučuji k ústní obhajobě:

- 1. ano**
2. ne

Navrhovaná klasifikace:

1. výborně
- 2. velmi dobře**
3. dobře
4. nevyhověl

Otázka k ústní obhajobě práce:

Dohledávala jste někde obsah mikronutrientů v některých potravinách, aby byla Vaše zjištění konkrétnější?

Datum: 24.5.2023

Podpis oponenta bakalářské práce.....Šimková.....