

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**  
**1. lékařská fakulta**  
**3. interní klinika 1. LF UK a VFN**  
**U Nemocnice 1, Praha 2, 128 00**

---

**Posudek oponenta magisterské práce oboru Nutriční specialista**

Název bakalářské práce:

**Příjem vlákniny ve vyspělých zemích a možnosti jeho zvyšování v populaci**

Autor práce:	Bc. Kristýna Ježková
Vedoucí práce:	Ing. Hana Pejšová
Oponent práce:	MUDr. Jarmila Křížová, Ph.D.
Akademický rok:	2017/2018

**POSUDEK**

**Volba tématu**

*Autorka zvolila aktuální téma zabývající se příjmem vlákniny, povědomí laické veřejnosti o významu vlákniny a možnostech navýšování jejího množství ve stravě.*

**Teoretická část**

*Teoretická část práce se zabývá obecně vlákninou, jejím rozdělením a nutričním významem a rizikem nedostatečného příjmu.*

*Struktura práce je promyšlená, členění je velmi logické a přehledné. Abstrakt vystihuje přehledně zaměření práce. Citací je dostatek, jsou aktuální a náležitě dokumentovány. Autorka prokázala poměrně obsáhlé znalosti, prostudovala dostupné české i zahraniční prameny.*

**Praktická část**

*Praktická část se zabývá průzkumem znalostí veřejnosti o vláknině a také příjmem vlákniny v této populaci.*

*V praktické části autorka jasně formulovala cíle a hypotézy práce. Bylo vyhodnoceno 84 dotazníků, ve kterém autorka zjišťovala teoretické znalosti a příjem vlákniny v jednotlivých zdrojích stravy a sledovala vliv pohlaví a dosaženého vzdělání. V jedné otevřené otázce zjišťovala, kdy by respondenti zvýšili množství vlákniny.*

*Získané výsledky byly prezentovány velmi přehledně formou grafů a tabulek.*

**Celkové hodnocení práce:**

*Autorka výborně zpracovala teoretický úvod, ve kterém shrnula význam a výskyt vlákniny ve stravě. V předložené diplomové práci autorka prokázala schopnost teoretického studia. V empirické části dotazníkovou metodou vyhodnotila znalosti respondentů o vláknině a zpracovala i jejich odpovědi týkající se jejich složení stravy se zaměřením na vlákninu a porovнала vliv pohlaví a věku na příjem vlákniny.*

*Práce je sepsána precizně, s jen velmi ojedinělými nedostatky a nepřesnostmi. Získané výsledky autorka přehledně prezentovala a výborně diskutovala.*

**Práce odpovídá požadavkům kladeným na magisterskou práci**

**Doporučení k obhajobě:** práci doporučuji k obhajobě

**Práci klasifikuji stupněm:** výborně

**Otázky a připomínky k obhajobě práce (nutné):**

*Proč si myslíte, že je nízká konzumace zeleniny v ČR a co má na tento fakt vliv?*

*Co si myslíte o zařazování moderních chia semínek?*

*Proč staří lidé nekonzumují dostatek vlákniny?*

*Čím může být způsoben rozdíl v příjmu zeleniny mezi muži a ženami?*

**Praha, 12.8. 2018**

**Jarmila Krížová**