

SOUHRN

Tato bakalářská práce přináší komplexní pohled na problematiku vlivu sociálních sítí na stravovací návyky adolescentů, zdůrazňuje klíčové aspekty, které byly identifikovány prostřednictvím rešerše nových výzkumných studií zabývajících se touto problematikou. Práce byla zaměřena na rozbor pozitivních i negativních vlivů sociálních sítí na životní styl adolescentů, s důrazem na jejich stravovací návyky a potenciální dopady na zdraví v krátkodobém i dlouhodobém horizontu.

Na začátku práce je detailně charakterizováno adolescentní období a jeho vliv na stravovací chování. Tělesné, psychické a sociální změny v období dospívání jsou analyzovány s ohledem na změny vnímání vlastního těla a stravovacích preferencí. Dále je zkoumán životní styl současné generace adolescentů v kontextu rychlého rozvoje moderních technologií a sociálních sítí. Tato část se zabývá také rizikovým chováním, a to jak v souvislosti s užíváním návykových látek, tak rizikovým stravovacím chováním, které může přispět k rozvoji poruchy příjmu potravy. Rozvoj digitálních technologií a přítomnost sociálních sítí přináší nové výzvy a příležitosti v oblasti stravovacích návyků dospívajících. Přestože lepší přístup k informacím může podporovat zdravější stravovací volby, na druhou stranu však tlak na dokonalý vzhled, který může být vyvíjen prostřednictvím sociálních sítí i neustálou záplavou fotografiemi „dokonalých“ těl a jídel, může vyvolat nezdravé srovnávací chování a pocit nedostatečnosti či nutkání upravit své stravovací návyky.

Práce dále detailně zkoumá vliv sociálních sítí na životní styl adolescentů, s ohledem na změny v jejich užívání vyvolané pandemií Covid-19. Analyzují se pozitivní i negativní dopady sociálních médií na stravovací návyky dospívajících z různých úhlů pohledu. Klíčovým cílem je identifikovat mechanismy, skrze které sociální sítě ovlivňují stravovací návyky adolescentů. Porozumění těmto mechanismům je zásadní pro navrhování preventivních opatření a intervencí, které by mohly pomoci dospívajícím rozvíjet vhodnější stravovací návyky a podporovat pozitivní vztah k vlastnímu tělu.