

OPONENTSKÝ POSUDEK

BAKALÁŘSKÉ PRÁCE HANY JELÍNKOVÉ

Bakalářská práce na téma „**Obezita – významný rizikový faktor**“ byla vypracována v rozsahu 80 stran. Je rozdělena na část teoretickou a praktickou, poměr obou částí je vyvážený.

Cílem práce je podat ucelený pohled na tuto problematiku a upozornit na zdravotní komplikace obezity.

Část teoretická je rozdělena do 14 kapitol. Jednotlivé kapitoly na sebe logicky navazují a dalším členěním na podkapitoly se práce stává přehlednější. V obsahu na začátku práce nalezneme strany příslušných kapitol. V textu pak však číslování jednotlivých kapitol postrádám, podkapitoly číslované jsou.

V úvodu nás autorka seznamuje s důvody, které jí vedly k výběru tématu. Jak autorka uvádí: „Obezita je fenoménem dnešní moderní uspěchané doby, ve které lidé nedodržují zásady zdravé životosprávy, ani kulturu stravování.“ Obezita je téma aktuální a poučit se z této práce může i široká veřejnost. Jednotlivá fakta jsou podána velice srozumitelně.

Ve 2. kapitole „Historie obezity“ je řada zajímavých postřehů.

Ve 3. kapitole nalezneme definici obezity a co fyziologicky určuje podíl tuku v organismu. Tato kapitola není příliš obsáhlá.

Ve 4. kapitole jsou uvedeny změny výskytu obezity.

V 5. kapitole je postup měření tělesné hmotnosti a určování stupně otylosti (pomocí BMI, pomocí měření kožních řas kaliperem). V tabulce na straně 12 postrádám komentář a jednotky v kterých čísla vychází (procenta?). Na straně 13 pokračuje tabulka, kterou by pro přehlednost také autorka měla opatřit popisem.

Kapitola č.6 nazvaná „Definice otylosti podle charakteru rozložení tuku“ se zabývá dělením obezity podle typu, je doplněná vhodným ilustračním nákresem. Definici otylosti jsem zde nenašla.

Kapitola č.7 se zabývá některými z příčin obezity, jsou zde uvedeny mnohé spolupodílející se faktory ovlivňující její vznik. Kapitola je hodně propracovaná a mnohem obsáhlejší než všechny předchozí. V podkapitole 7.2 je uveden výčet názvů chorob a jejich vysvětlení je v příloze na str.79, což by bylo vhodné do textu uvést.

V 8. kapitole jsou velice stručně uvedena období riziková pro vznik obezity. Kapitola je však nazvaná „riziková období pro rozvoj obezity“.

Další 9. kapitolou je opět velice stručně uvedený pouhý výčet osob ohrožených zvýšeným výskytem obezity.

Kapitola 10. „Zdravotní aspekty obezity“ je hodně podrobně zpracovaná. U jednotlivých podkapitol postrádám jednotný koncept.

V kapitole č.11 jsou uvedeny možnosti léčby obezity s důrazem na důležitost komplexního přístupu a změny i životního stylu. Jsou zde rozebrány účinky jednotlivých diet, potravinová pyramida a jak s ní pracovat, důležitost vhodné tělesné aktivity, vhodné stravovací návyky a další možnosti.

V kapitole č.12 je popsán vliv složek potravy na vznik obezity. Ilustrativní tabulka je velice obsáhlá a je uspořádána podle abecedního seznamu jednotlivých potravin, což slouží možnosti vyhledat určitou potravinu.

Kapitola 13. je věnována představení činnosti České diabetologické společnosti a nalezneme zde i kontakty na jednotlivá pracoviště.

Praktickou část tvoří několik podkapitol. Autorka se v ní snaží zmapovat výskyt obezity v populaci různých věkových kategorií. Na str.47 jsou uvedeny 4 hypotézy. Pro vyvrácení či potvrzení hypotéz si autorka práce sestavila dotazník, který je uveden v příloze na str.77-78. Otázky použité v dotazníku jsou rozděleny pro přehlednost a snažší možnost vyhodnocování do čtyř kategorií (viz str.50). Jednotlivé otázky jsou vhodně zvolené a jasně formulované. Postrádám v dotazníku číslování otázek. Vyhodnoceny jsou přehledně a doplněny grafickým znázorněním.

Ve vyhodnocení 15.2 na str.51 stojí za zdůraznění fakt, že většina z dotazovaných si problémy sladkostmi neřeší. V kapitole 15.9 je přehledné *shrnutí* a potvrzení jednotlivých hypotéz.

Provedená šetření, metody práce, způsob získávání dat, zpracování a vyhodnocení informací i následná analýza šetření je na dobré úrovni.

V závěru je stručné hodnocení splnění cílů práce. Cíle práce byly splněny. Hloubka provedeného šetření není nijak významná, ale pro potřeby bakalářské práce postačující.

Dostupných zdrojů informací bylo použito vhodným způsobem, práci s literaturou hodnotím kladně. Studentka využila i nejnovějších poznatků, získala výsledky četných výzkumů. V seznamu použité literatury je uvedeno mnoho zajímavých titulů, použité zdroje z internetu by bylo vhodné opatřit datem, kdy si autorka informace získala.

Po jazykové stránce je práce velmi dobrá, objevují se zde drobné nedostatky (překlepy, vynechávky písmen, pokračující tabulky na další straně bez popisu, jednotlivé kapitoly nejsou v textu číslované a podkapitoly jsou,).

Pro hodnocení práce navrhuji klasifikační stupeň velmi dobře.

Práci doporučuji k obhajobě.

Otázky jako náměty k diskusi navrhuji tyto: 1)Co podle Vás znamená „zdravý životní styl“ a myslíte si, že je vhodné dětem z jídelníčku vypustit „sladkosti“?

2) Máte již nějakou představu kde a jakou formou se budete věnovat prevenci obezity jako sociální pedagog?

Vypracovala: *Mgr. Lenka Chittussiová*
Mgr. Lenka Chittussiová

V Praze dne 5.5.2009