

Anotace:

Téma mé bakalářské práce zní Hodnocení zdravého životního stylu s důrazem na výživu u všeobecných sester. V teoretické části se zabývám obezitou, jejími typy, příčinami vzniku a následky. Nastínila jsem problém mentální anorexie a bulimie.

Dále jsem se věnovala zdravému životnímu stylu, obecným základním pravidlům stravování a stravování všeobecných sester při práci ve směnném provozu.

V praktické části jsem zjišťovala vztah všeobecných sester k zdravému životnímu stylu, zejména k výživě. Výsledků jsem dosáhla prostřednictvím kvantitativního výzkumu – dotazníku.

Klíčová slova:

Všeobecná sestra, obezita, zdravý životní styl, výživa, pravidla stravování, BMI (Body Mass Index).