

ABSTRAKT

Jméno a příjmení autora: Mgr. Alena Teofil

Instituce: Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta

Název práce: Edukace těhotných žen v oblasti těhotenské stravy

Vedoucí práce: MUDr. Kateřina Anderlová, Ph.D.

Počet stran: 75

Počet příloh: 5

Rok obhajoby: 2015

V teoretické části této práce jsem se pokusila vytyčit názory odborníků na zásady a specifika stravy v době těhotenství včetně vhodnosti případné suplementace. Názory jsem mezi sebou snažila porovnat a případné neshody vytyčit v textu.

Praktická část práce je rozdělena do dvou celků- výzkumná část a edukační část. Ve výzkumné části jsem se zaměřila na zjištění, zda se těhotné ženy zajímají o problematiku těhotenské stravy, odkud získávají informace a jak jsou spokojeny s jejich kvalitou. Potvrdil se mi předpoklad, že ženy mají zájem o tuto problematiku, ale také ten, že hlavním informačním zdrojem je internet, který využívá 93% respondentek. Ženy jsou vesměs spokojeny s dostupností informací, ale procento spokojenosti klesá u hodnocení jejich srozumitelnosti a obsahu.

V edukační části jsem se tedy zaměřila na vytvoření jednoduchého a srozumitelného edukačního materiálu, který by měl sloužit budoucím maminkám ke zvládnutí stravování tak, aby pokryly potřeby svého těla i plodu. Pro jeho tvorbu jsem využila poznatky uvedené v teoretické části práce.

Práce je zaměřena na těhotné ženy bez výrazných zdravotních komplikací.

Klíčová slova: těhotenství, plod, fyziologické změny, výživa, výživové doplňky