

# Analýza populárně-naučné literatury o výživě

Cílem praxe je získat přehled o různých výživových teoriích a především jejich kritické zhodnocení, aby byli studenti schopni správně směřovat své budoucí pacienty.

Student se musí v knize rychle zorientovat, pročíst podstatné pasáže, pochopit principy představované teorie a následně kriticky posoudit její pozitivní a negativní stránky, nadějně myšlenky i nedostatky.

**Jméno studenta:**

**Název knihy / článku:**

1. Krátce o autorovi (zakladateli) představované teorie:
2. Hlavní principy:
3. Příklad denního jídelníčku: příklad autorčina jídelníčku:
4. Tři výstižné citace z knihy s komentářem:
5. Možné přínosy:
6. Možná rizika:
7. Závěrečné doporučení:

SEZNAM:

Regina Vítková – Pod pokličkou

Michaela Ožanová- Velká kniha o dělené stravě – dodatečně odevzdá

Anna Kadlecová – I zázraky se dějí

Terezie Francová – Výživa podle metabolických typů

Adéla Gajdečková – Barevná dieta

Karolína Lukáčová – 12 kroků k syrové stravě

Iuliia Pavlovska – sladká droga

Petra Lörincziová – Anti-aging

Daniela Hanušková – Výživa pro dokonalou kondici a zdraví

Veronika Červinková – Dieta jinak

Anna Vondráková – Zhubněte jednou provždy - vlastní

Tereza Staufčíková- Dieta? Já vím

Hrivniaková – Dukanova dieta

Šimečková Alica- Vaše krabičková dieta

Martiník Filip – Acidobazická rovnováha

Pavlicová Marie – Beverlyhillská dieta

Ferenčuhová Petra- Základy Ajurvédy

Kopecká Pavlína – Jak (ne)nakrmit otesánka

Švachová Eliška – Pravda o mléce

Jan Guzner – Revoluce v dietách - vlastní

Barbora Matečná - Atkinson

Adriana Navrátilová