

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

Pazdera: Sojovka nám lže, aneb víte, co jíte?

Zajdová: Anti-aging, jak zachovat mládí a krásu

Radová: Dieta ze South Beach

Krutilová: Velký průvodce dietami

Crhová: Superpotraviny A (B 7)

Pažická: Acidobazická rovnováha

Markovič: Jak nakrmit otesánka

Grulichová: Pravda o mléce C

Tůmová: Odkyselení těla aneb dokonalý... C

Teplá: Optimální dieta C (B 1)

Palánová: Velká kniha o dělené stravě B (C 10)

Bedřichová: Doba jedová II.

Strnadelová: Dietní sestra C (B 3)

Špinlerová: Pod pokličkou B (A 2, C 3)

Rezníčková: Dieta? Já vím

Fialová: Fit pro život C (B 1)

Kubalová: Uhlovodany, nepřítel štíhlé linie C (B 1)

Mejdrová: Krotitelé cukru

Klabenešová: Výživa a krevní skupiny

Zehnálková: Výživa pro dokonalou kondici a zdraví

Přichystalová: Jím tedy hubnu a natrvalo

Širc: Základy ajurvédy...

Loskot: Dieta pro silné srdce