

POSUDEK VEDOUCÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Název práce: **Vegetariánství a jeho vlivy na lidské tělo se zaměřením na Fe a vitamín B12**

Autorka bakalářské práce: **Aneta Cvrková**

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Šárka Štěpánková, Ph.D.**

Bakalářská práce studentky Anety Cvrkové s názvem Vegetariánství a jeho vlivy na lidské tělo se zaměřením na Fe a vitamín B12 je sepsaná na 61 stranách a je členěna obvyklým způsobem. V úvodní části je definováno vegetariánství, jsou popsány jeho typy a uvedeny pozitivní a negativní vlivy této formy stravování. Další kapitoly jsou věnovány vitamínu B12, jeho struktuře biodostupnosti a přirozeným zdrojům. Je popsána také cesta vstřebávání tohoto vitamínu a projevy nedostatku. Poslední část práce je zaměřena na druhý kritický nutrient, železo. Je popsáno zastoupení v lidském organismu, biologické funkce, metabolismus a projevy nedostatku.

Vlastní text bakalářské práce je sepsán čtivě a je doplněn sedmi obrázky a osmi tabulkami. Ke zvolenému postupu zpracování bakalářské práce nemám zásadní připomínky. Přehled použité literatury svědčí o dobré teoretické přípravě, kdy autorka pro sepsání práce využila celkem 72 literárních zdrojů. Drobným nedostatkem je v několika případech nejednotnost v seznamu použitých zdrojů.

Závěrem konstatuji, že bakalářská práce odpovídá zadání a splňuje po formální stránce všechny požadavky kladené na práci tohoto typu. Z výše uvedených důvodů bakalářskou práci **doporučuji k obhajobě** a hodnotím klasifikačním stupněm **A**.

V Pardubicích 8. 7. 2024

Mgr. Šárka Štěpánková, Ph.D.
vedoucí bakalářské práce