Předmět: Výzkum v ošetřovatelství II.

Autor: Veronika Hložková

Studijní program: Všeobecné ošetřovatelství

Semestr: letní

**Úkol I.**

Jako vzor mého replikačního výzkumu jsem si vybrala bakalářskou práci na téma *Výživa a stravování dospívajících*, kterou jsem vyhledala přes Repozitář závěrečných prací.

Téma výživy beru jako velmi aktuální a prospěšné pro celou populaci, zvláště pro mladé lidi. Dospívající by měli mít v podvědomí co je a co není kvalitní, zdravá potravina.

Autorka bakalářské práce prováděla výzkum na dvou středních školách (gymnázium a střední zdravotnická škola) u celkem 60 adolescentů. Zaměřovala se na konkrétní stravovací návyky v jednotlivých školách a také na základní vědomosti v oblasti zdravé výživy.

Pro výzkum použila kvantitativní formu- dotazníkové šetření, které je i vzhledem k dnešní situaci nejpřijatelnější. Dotazníky bylo možno tedy rozeslat online formou.

Data byla v tomto výzkumu zpracována pomocí kontingenční tabulky.

Šetření tohoto typu mě zaujalo, myslím si, že informovanost o zdravé výživě v tomto věku je klíčová. Výzkum považuji za velmi prospěšný.

**Úkol II.**

**Hypotéza 1.**

Studenti gymnázia mají vhodnější stravovací návyky než studenti střední zdravotnické školy.

Tato hypotéza byla dle výsledků dotazníkového šetření potvrzena dle odpovědí první části dotazníku na otázky:

2) Na jakém typu školy jste studoval/a?

6) Kolikrát denně jíte?

7) Snídáte pravidelně?

8) Co konkrétně nejčastěji snídáte?

9) Jaký je Váš nejčastější ranní nápoj? Co pijete se snídaní?

10) Jak řešíte stravování během dne mimo hlavní jídla?

12) Co je Vaším hlavním nápojem dne? Co pijete nejčastěji?

13) Jaké množství tekutin za den vypijete? Nepočítá se alkohol, silná káva, energetické nápoje apod. Prosím, uvádějte v litrech

14) Jak řešíte obědy během všedních dnů?

15) Myslíte si, že se stravujete zdravě, „tak jak by se mělo“? Jste se svým stravováním spokojeni?

**Hypotéza 2.**

Studenti střední zdravotnické školy mají rozsáhlejší teoretické znalosti o výživě než studenti gymnázia.

Hypotéza č. 2 byla vyvrácena- studenti gymnázia projevili vyšší úroveň znalosti o výživě než studenti střední zdravotnické školy. To dokazují odpovědi na otázky ve druhé části dotazníku:

1. Které z těchto nutrietů mají energetickou hodnotu?
2. Která živina by měla být ve stravě zastoupena nejvíce?

4)Na jaké dvě skupiny se dělí vitamíny?

5) Jaký je doporučený příjem ovoce a zeleniny?

8) Jaké potraviny jsou zdrojem plnohodnotných bílkovin?

**Úkol III.** – dotazník a zpracování dat

**Úkol IV**. porovnání výsledků s původním dotazníkem

 Pro účely tohoto výzkumu bylo použito dotazníkové šetření. Celkem se zapojilo 46 studentů.

 V tabulce jsou uvedeny základní hodnoty o zkoumaném souboru respondentů.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|   | **Gymnázium** |  | **SZŠ** |
|   | **Chlapci** | **Dívky** | **Chlapci** | **Dívky** |
| **Počet studentů** | 4 | 27 | 2 | 13 |
| **Průměrný věk** | 22 | 21,66 | 22 | 20,7 |
| **Průměrná výška** | 176,25 | 164,77 | 185,5 | 166,7 |
| **Průměrná váha** | 65 | 61,5 | 67,5 | 64 |

V porovnání s původním dotazníkem se mé výsledky lišily v počtu respondentů, v zastoupení studentů v uvedených středních školách a také věkově. Mezi mými respondenty byli již absolventi těchto škol.

**Hodnoty původního dotazníku:**

Počet studentů: *Gymnázium:* chlapci- 13, dívky- 17, *SZŠ*: chlapci- 4, dívky 26

Průměrný věk: *Gymnázium:* chlapci- 17,6 dívky- 18,4 *SZŠ* : chlapci- 18,8 dívky- 18,8

Průměrná výška: *Gymnázium*: chlapci- 173,4cm dívky- 170cm *SZŠ:* chlapci- 177,3 cm dívky- 165

Průměrná váha: *Gymnázium*: chlapci- 72,5 kg dívky- 62,7 kg *SZŠ:* chlapci- 73,5kg dívky- 62,7 kg

 **Otázka č. 6** byla zaměřena na nejčastější počet konzumovaných porcí stravy denně. Na grafu číslo 2 jsou znázorněny odpovědi na tuto otázku bez rozdělení žáků do příslušných SŠ.

 *Graf č. 2*

**Hodnoty původního dotazníku:**

 *Graf původního výzkumu č.1*

Z původních výsledků je patrné, že více respondentů původního výzkumu odpovědělo (45%) kladně na konzumaci 5-6 porcí denně. Naopak nový dotazník toto zastoupení prokázal pouze v 33%. O něco více respondentů (58%) v novém dotazníku souhlasilo s odpovědí konzumace 3-4x denně. Tato odpověď byla v původním dotazníku v zastoupení 51%.

 Na grafu č. 3 je znázorněno totéž ale již s rozdělením studentů do příslušných středních škol.

*Graf číslo 3*- Počet jídel denně dle typu školy

Z odpovědí je patrné, že většina studentů SZŠ i Gymnázia se téměř shodla z 60% na variantě pravidelné stravy 3-4x denně. Dále 31% studentů gymnázia uvedla, že jedí 5-6x za den. Procentuelně o trochu méně potom vyšla tato hodnota u studentů SZŠ (27%)

 Další **otázka**- v pořadí **7.** zjišťovala, zda studenti snídají pravidelně a kde. Z výsledků vyplývá, že většina snídá před odchodem do školy. Nikdo z gymnazistů nesnídá cestou do školy, pouze malé procento studentů gymnázia (3%) nesnídá vůbec. Stejně jako studenti gymnázií i většina studentů ze SZŠ snídá před odchodem do školy (60%), shodně potom 13% uvedlo, že snídá ve škole o přestávce nebo nesnídá vůbec.

*Graf č. 4- pravidelná snídaně*

**Hodnoty původního dotazníku:**



*Graf původního výzkumu číslo 2*

Oba výzkumy se shodují, že většina studentů na obou školách snídá před odchodem do školy. Zajímavé je, že daleko více studentů z původního výzkumu SZŠ uvedlo odpověď *nesnídám* (50% mužů a 15,4 % žen)v porovnání s novými odpověďmi, kde se na této odpovědi shodlo pouze 13% studentů SZŠ.

**Otázka číslo 8** se zabývala typickou snídaní studentů. Nejvíce studentů ze SZŠ zvolilo (60%), že jejich nejčastější snídaně jsou *cereálie s mlékem nebo ovesná kaše*. Tuto odpověď na straně gymnázia zvolilo 43% studentů. Druhá nejčastější odpověď u obou škol byla varianta *„Chléb nebo pečivo naslano“.* U gymnázia v zastoupení 32%, u SZŠ 20%. Naopak nejméně studentů snídá teplé snídaně- pouze 3% z gymnázia, u SZŠ dokonce nikdo.

*Graf číslo 5*

**Hodnoty původního dotazníku:**

Co se týče nejčastěji voleného druhu snídaně, oba dotazníky prokázali, že studenti nejraději (na obou školách) snídají *cereálie s mlékem, jogurtem či ovesnou kaši*. Také druhá nejčastější odpověď- *Chléb, pečivo naslano*- byla shodná v obou dotaznících. V tomto případě ale více studentů gymnázia zvolilo tuto odpověď v porovnání s původním dotazníkem, kdy se k této odpovědi přiklonilo více žáků SZŠ.

*Graf původního výzkumu č. 3*

V **otázce č. 9** jsem se respondentů ptala, jaký je jejich nejčastější ranní nápoj. Nejvíce volenou variantou v tomto případě byl čaj (50% respondentů). Výsledky také ukázaly, že 20% respondentů preferuje k snídani jako nápoj kávu a 20% neslazenou vodu. Možnost limonády či džusu zaškrtl v obou případech 1 student. Možnost jiné vyplnili 4% studentů. Jako volnou odpověď uvedli v obou případech kakao.

*Graf číslo 6*

**Hodnoty původního dotazníku:**

Výsledky této otázky se v některých odpovědích liší. Nejvíce volenou variantou u obou dotazníků byla odpověď *čaj*, avšak v původním dotazníku v 35% a v mém dotazníku se na této odpovědi shodla polovina respondentů (50%). Zajímavé je, že v původním dotazníku celkem 18,3% respondentů uvedlo odpověď *jiné*. Jako „*jinou“* odpověď uvedli nejčastěji kakao. Tuto variantu v mém dotazníku zaškrtli pouze 2 studenti- na odpovědi se nicméně shodli jako v původním výzkumu.

 *Graf původního výzkumu č. 4*

**Otázka 10** se týkala stravování během dne. Z výsledů je patrné, že nejčastější odpověď „Nosím si jídlo z doma“ zvolilo celkem 71% studentů gymnázia a 67% SZŠ. Méně studentů dalo odpověď „Kupuji si svačiny dle hladu“. Na této odpovědi se shodlo 26% gymnazistů, stejně tak 26% studentů SZŠ. Jeden student na gymnáziu uvedl, že nesvačí. Totéž platilo pro stejnou odpověď u SZŠ.

*Graf č. 7*

**Hodnoty původního dotazníku:**

V porovnání s původním dotazníkem zvolilo více studentů variantu „*Nosím si jídlo z domova“* (71% gymnazistů a 67% studentů SZŠ). V původním výzkumu se k této odpovědi přiklonilo 43% gymnazistů a pouze 37% studentů SZŠ. Více studentů gymnázia i SZŠ si oproti odpovědím z bakalářské práce *kupují svačiny dle hladu a chuti* (26%). Tuto možnost zvolilo daleko méně žáků v původním dotazníku z obou škol (7% a 13%)



*Graf původního výzkumu č. 5*

V **otázce č. 12** mě zajímalo, kterému nápoji během dne dávají studenti přednost.

68% studentů gymnázia zvolilo většinovou variantu „*Vodu neslazenou“.* Tuto odpověď zvolilo i nejvíce studentů SZŠ v zastoupení 80%. Druhou nejčastější odpovědí byl *„čaj“,* pro který se rozhodlo 23% gymnazistů a 13% studentů SZŠ. Další možností byla i *voda ochucená, slazená*, kterou zvolilo 10% studentů gymnázia a 7% ze SZŠ. Pozitivní je, že nikdo nezvolil variantu „*limonáda* či *káva“*jako hlavní nápoj dne.

*Graf číslo 8*

**Hodnoty původního dotazníku:**

V této otázce zvolilo první odpověď *Neslazená voda* v původním dotazníku zhruba polovina studentů z obou škol. Naopak v novém dotazníku se k této odpovědi přiklonilo v porovnání daleko více studentů (68% a 80%). Velké procento respondentů zvolilo v původním dotazníku odpověď *„voda ochucená a slazená“* (36% a 40% z obou škol) naopak v novém dotazníku se k ní přiklonilo minimum studentů (10% a 7%). Důvodem takového nepoměru je odchylka v odpovědích- více studentů v mém dotazníku dalo přednost *čaji* před slazenou či ochucenou vodou. Tuto odpověď naopak zvolilo málo studentů v původním dotazníku (3%).



*Graf původního výzkumu č. 6*

Ve **13. otázce** jsem zkoumala příjem tekutin každého respondenta. Na grafu číslo 9 je vidět nejčastější zastoupení odpovědí. 62% studentů gymnázia má denní příjem tekutin 1,5 a více. U studentů SZŠ se tento výsledek shoduje v 60%- tedy téměř shodně.

*Graf číslo 9*

**Hodnoty původního dotazníku:**

Z původního dotazníku můžeme vyčíst výsledky, že 93,6% studentů gymnázia a 83,4% SZŠ vypije za den 1,5l a více. To je o něco více než u studentů v novém dotazníku, kde se tato odpověď vyskytovala zhruba v 60% na obou školách.



*Graf původního výzkumu č. 6*

Dále mě zajímalo, jak studenti řeší oběd. To je uvedeno v otázce **číslo 14**. Více studentů SZŠ preferuje obědy ve školní jídelně (80%), 13% studentů si nosí jídlo z domova. Výsledky gymnázia- 58% obědvá teplé jídlo ve škole, 32% si nosí jídlo z domova, 1 student neobědvá vůbec a 2 uvedli, že chodí na jídlo do restaurace či školního bufetu.

*Graf č. 10*

**Hodnoty původního dotazníku:**

V této otázce jsou relativně velké rozdíly v porovnání s původním výzkumem. Tyto rozdíly vidíme v procentuelním zastoupení odpovědí „*Obědvám teplé jídlo ve škole“*, kde tuto možnost zvolila naprostá většina studentů SZŠ (80%) v novém výzkumu. Odpovědi z původního šetření totiž ukazují na pouze 30% účast na tuto otázku ze strany SZŠ. Domnívám se, že důvodem této velké odchylky je skutečnost neprobíhající výuky prezenčně a s tím související omezená výuka praxí studentů. Méně studentů gymnázia zvolilo také stejnou odpověď (58%) oproti původnímu výzkumu (83,3%). Důvodem je distanční výuka, během které drtivá většina mladých lidí sleduje přednášky z domova a tedy i konzumuje obědy doma.



*Graf původního výzkumu č. 7*



*Graf původního výzkumu č. 8*

Odpovědi mého dotazníku se v mnohých případech lišily od původního výzkumu. Důvodem tohoto zkreslení je dle mého názoru možnosti studovat v dnešní covidové době. Všichni studenti se vzdělávají distančně z domova a to má prokazatelný vliv na celkové výsledky. Dalším možným důvodem zkreslení je i posunutá věková hranice respondentů. Domnívám se, že věkově starší studenti si budou více hlídat svůj jídelníček. Do mého výzkumu se také zapojilo mnohem méně mužů,než tomu bylo v tom původním- i to tedy mohlo hrát jistou roli v získaných odpovědích.