

## Abstrakt

**Cíl:** Cílem práce je deskriptivní popis a porovnání současných vzdělávacích systému a vybraných modalit (psychické zdraví, kvalita spánku a nutriční návyky, pohybová aktivity) u studentů fyzioterapie v Evropě.

**Metodika:** Jedná se o průřezovou, deskriptivní studii zpracovávající dva dotazníky. Respondenty prvního dotazníku byli zástupci univerzit, druhého pak studenti bakalářského programu fyzioterapie.

**Výsledky:** Přestože 75 % studentů hodnotí svou kvalitu života pozitivně a 47 % je spokojeno se svým mentálním zdravím, 65 % ukazuje vyšší míru stresové zátěže, společně s 70,5 % popisujících zhoršenou kvalitu spánku. Minimální pohybovou aktivitu 150 min/týden popisuje 78,9 % studentů, a posilování 2x týdně se věnuje 67 %. Studenti dosahujících horších výsledků stresové zátěže/ psychického zdraví vykazovali i horší kvalitu spánku a nižší množství pohybové aktivity, signifikantně hůře na tom byly ženy. Nejlépe jsou na tom, z pohledu psychického zdraví, pohybové aktivity a kvality spánku studenti z Finska a Kosova, nejhůře naopak studenti z Itálie, Řecka a Portugalska. Studenti z Itálie zároveň udávají největší nespokojenost s organizací studijního programu a komunikace mezi vyučujícími a zároveň i nejméně vyučovaných technik (15/33). Oproti tomu studenti z Kosova vykazovali nejvyšší výsledky v rámci hodnocení komunikace a organizace studia. Všichni studenti mají problém s dodržováním nutričních návyků, nejvíce se výživovým doporučením řídí studenti z Itálie a Španělska, kteří mají také nejnižší hodnoty BMI a váhového průměru. Nejvíce vyučovaných technik ukazuje Česká republika (29/33).

**Závěr:** Mezi studenty fyzioterapie byly nalezeny signifikantní rozdíly v rámci míry stresové zátěže, subjektivního hodnocení kvality psychického zdraví, kvality spánku, výživových návyků a množství pohybové aktivity. Zároveň byly nalezeny signifikantní rozdíly ve vyučovaných technikách a znalosti specifických technik mezi studenty.