

Abstrakt

Tato bakalářská práce se zabývá problematikou poruch příjmu potravy (PPP) v gymnastice. Poruchy příjmu potravy jsou závažná psychická onemocnění, která se vyskytují zejména u žen v adolescentním věku. Gymnastika, jakožto sport s důrazem na estetiku, je riziková z hlediska vzniku PPP, kvůli výskytu velkého množství rizikových faktorů, které se gymnastů dotýká.

Teoretická část bakalářské práce obecně shrnuje jednotlivé diagnózy poruch příjmu potravy, rizikové faktory, incidenci a prevalenci, zdravotní komplikace, léčbu a prevenci onemocnění. Tyto obecné poznatky jsou doplněny o současný stav poznání poruch příjmu potravy z gymnastického prostředí. Druhá polovina teoretické části přibližuje principy energetického metabolismu a zdravé výživy.

Praktická část je tvořena kvantitativním výzkumem, realizovaného pomocí dotazníku, který byl pomyslně rozdělen do dvou částí. První polovina výzkumu zkoumala postoj gymnastů ke stravování a dietám a druhá polovina zkoumala PPP v rámci gymnastiky. Vzhledem k absenci mužského pohlaví, lze výsledky výzkumu aplikovat pouze na ženy.

Výzkum potvrdil častý výskyt rizikového chování mezi gymnastkami, oblibu redukčních diet, nízké tělesné hmotnosti nebo velký tlak okolí, který působí převážně ze strany trenérů. Výzkum dále potvrdil, že se poruchy příjmu potravy mezi v gymnastice vyskytují, přičemž až pětina dotazovaných gymnastek uvedla, že trpí nebo v minulosti trpěla PPP. Výzkum dále přiblížil postoje gymnastů ke výživě.

Edukace gymnastů, trenérů i rodičů, v rámci preventivních programů, může předejít poruchám příjmu potravy v gymnastice a je proto na místě jí věnovat pozornost.