

UNIVERZITA KARLOVA
1. lékařská fakulta
Ústav tělovýchovného lékařství 1. LF UK a VFN
Salmovská 5, Praha 2, 120 00

Posudek vedoucího diplomové práce oboru Nutriční specialista

Název diplomové práce: Vliv placebo efektu na sportovní výkon
Autor práce: Bc. Alžběta Jarchovská
Vedoucí práce: Doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.
Oponent práce:
Akademický rok: 2021/2022

Posudek

Diplomová práce (dále jen DP) je logicky členěna a její struktura je adekvátní. Abstrakt a klíčová slova odpovídají obsahu práce.

Volba tématu

Přístup autorky k zadanému tématu i postup zvolený k řešení byl adekvátní. Téma hodnotím jako aktuální a jako středně obtížné. Originalitu vlastního tématu hodnotím kladně.

Teoretická část

Možné využití placebo efektu se v praxi uplatňuje s cílem tlumit bolest, depresi a další klinické potíže. Cílem této diplomové práce bylo zjistit, zda podání placebo má efekt na sportovní výkon. Teoretická část diplomové práce se zabývá historií placebo, placebo a nocebo efektem, jeho psychologickými aspekty a využitím placebo v klinické praxi. Dále se diplomantka zabývá účinností některých suplementů na sportovní výkon. Teoretickou část uzavírá kapitola o Borgově škále subjektivního vnímání fyzické zátěže.

Autorka čerpala z celkem 61 (!) odborných zdrojů českých i zahraničních autorů klasických i internetových, což svědčí o její snaze docílit dostatečnou hloubku poznání nejen v samotné DP, ale pro celý svůj studovaný obor. Použité literární zdroje cituje správně. Studentka velmi dobře formuluje své myšlenky a logické postupy. Jazyková výbava a způsob vyjadřování autorky beze zbytku splňují požadavky kladené na diplomovou práci.

Praktická část

Hlavním cílem předkládané diplomové práce je objasnění problematiky použití placebo a možného placebo efektu na zvýšení výkonu amatérských crossfit sportovců. K dosažení cílů diplomové práce bylo použito kvantitativních výzkumných metod – měření sportovního výkonu, Borgovy škály vnímaného úsilí (RPE) a dotazníkového šetření. V rámci realizovaného výzkumného šetření bylo hlavním zdrojem dat měření individuálního sportovního výkonu v běhu na 800 m. Pokusné osoby (10 mužů a 10 žen) také hodnotili pomocí Borgovy škály (upravené dle Čechovské), jak vnímali vynaložené úsilí podle škály od 1–10.

Metodika běžecké části byla nastavena velmi správně: Každý proband běžel dohromady 3 běhy. Každý běh se uskutečnil v jiný den a mezi běhy byly minimálně 2 dny odpočinku. Při prvním běhu byla použita kapsle s placebem (kukuřičný škrob). Při druhém běhu kapsle s

„preworkoutem“ (L-carnitin) a třetí běh byl zaběhnut bez podání látky (kontrolní běh). Autorka správně zvolila statistickou metodu pro porovnání dosažených časů, a to dvouvýběrový párový t-test na střední hodnotu. Dosažené časy se nelišily ani při porovnání placebo vs. L-carnitin, L-carnitin vs. kontrola, ani při porovnání času placebo vs. kontrola. K analogickým negativním výsledkům dospěla při statistickém srovnání subjektivního vnímání RPE dle Borga. Dotazníková část DP vhodně doplňuje studovanou problematiku, ale není pro celkový výsledek a závěr DP podstatná.

Autorka v Diskusi porovnává výsledky své studie se studii jiných autorů na stejné nebo podobné téma, což vysoce oceňuji. DP se tak přibližuje standardním vědeckým pojednáním a bude tak velmi přínosné pro samotnou studentku, pokud se bude chtít ve svém oboru věnovat i vědecké problematice. Stanovené cíle práce byly splněny. Rovněž Závěr DP je formulován logicky a přehledně.

Přílohy

V DP je zahrnuto 11 tabulek, 16 grafů a 5 obrázků ve standardní kvalitě provedení. V příloze je obsažen i použitý dotazník.

Doporučení / nedoporučení k obhajobě: Doporučuji práci k obhajobě.

Práci klasifikuji stupněm: výborně

V Praze dne 19. prosince 2021

vedoucí diplomové práce
Doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.