UNIVERZITA KARLOVA
1. lékařská fakulta
3. interní klinika 1. LF UK a VFN
U Nemocnice1, Praha 2, 128 00

Posudek oponenta bakalářské práce oboru Nutriční terapeut

Název bakalářské práce: Vliv výživy na růst svalů u rekreačních sportovců

Autor práce: MUDr. Jan Němeček

Vedoucí práce: doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.

Oponent práce: Mgr. Andrea Mokrejšová

Akademický rok: 2021/2022

Posudek

Bakalářská práce je logicky a přehledně členěná. Je psána srozumitelnou formou a spisovným jazykem. Celkový rozsah a struktura práce je adekvátní.

Abstrakt a klíčová slova odpovídají obsahu bakalářské práce.

Volba tématu

Téma hodnotím jako adekvátní vzhledem k oboru studia na lékařské fakultě.

Užívání proteinových suplementů je aktuálně velmi využívané, proto hodnotím celou problematiku a výzkum jako aktuální.

Výběr tématu, způsob řešení praktické části a celý rozsah práce hodnotím jako adekvátní obtížnost bakalářské práce.

Teoretická část

Autor využil více než dostatečné množství české i zahraniční literatury, citace jsou provedeny správným způsobem.

Práce je logicky seřazená a obsah kapitol v teoretické části je dostatečný vzhledem k cíli výzkumu. Rozsah a přehlednost kapitol je adekvátní.

Praktická část

Cíl práce byl adekvátně stanoven vzhledem k výběru tématu.

Výsledky byly zpracovány do grafů a slovně okomentovány. Diskuze je v dostatečném rozsahu, je srozumitelně a přehledně napsána.

Nedostatky práce vidím ve volbě sledovaného vzorku, konkrétně v genderové nevyváženosti a různých rekreačních sportech, které mohly být blíže specifikovány a ohraničeny.

Závěr práce je odpovídající.

Přílohy

Přílohy jsou zpracovány v odpovídající kvalitě.

Doplňující otázky

1. Byly provedeny/uvažovalo se o konzultacích a edukacích s nutričním terapeutem/specialistou pro optimalizaci stravování vzhledem k prováděným sportovním aktivitám a tím možnému zvýšenému efektu podávání bílkovinných preparátů?
2. Jaký je předpoklad změn při dlouhodobém sledování užívání bílkovinných preparátů, ale bez doplňující nutriční (a sportovní) intervence/edukace?
3. Vidíte přínos v příjmu bílkovinných preparátů oproti dostatečnému příjmu bílkovin a sacharidů běžnou stravou pro růst kosterní svaloviny?

Doporučení / nedoporučení k obhajobě: Doporučuji práci k obhajobě.

Práci klasifikuji stupněm: **výborně** ~~velmi dobře~~ ~~dobře~~ ~~neprospěl/a~~

V Praze dne 19. 5. 2022

Mgr. Andrea Mokrejšová