

## Posudek oponenta bakalářské práce oboru Nutriční terapeut

**Název bakalářské práce:** Vliv soli na zdraví, její obsah v potravinách a příjem obyvateli ČR

**Autor práce:** Žaneta Miškovská  
**Vedoucí práce:** prof. Ing. Jana Dostálová, CSc.  
**Oponent práce:** Mgr. Alexandra Košťálová  
**Akademický rok:** 2022/2023

### Posudek

Práce je logicky členěna a její struktura je adekvátní.

Abstrakt a klíčová slova odpovídají obsahu práce.

#### Volba tématu

Konzumace soli, jako rizikový faktor vzniku řady chronických neinfekčních onemocnění, je velice aktuálním tématem s bohatými zdroji literatury a recentních dat z výzkumů. Pro nutričního terapeuta je snížení obsahu soli v jídelničních pacientů či tlak na prevenci jednou z velmi důležitých součástí případné budoucí praxe.

Téma není složité, existují jasná doporučení, zcela vypovídající statistiky.

#### Teoretická část

Úvod bakalářské práce je spíše lidovým vyprávěním, a ne odborným textem. V práci se objevují i po upozornění výrazy, které nejsou ve shodě s platnou a využívanou terminologií – např. životnost lidí. Formulační nedostatky nejsou velkou závadou, za větší pochybení považují naprostou absenci práce s výživovými dávkami EFSA či DACH a databází nutričních hodnot, které jsou pro nutričního terapeuta klíčovým nástrojem.

Z čehož pramení uvedení nesprávných hodnot doporučených dávek, například u chloru. Nebo citace obsahu NaCl v mléčné čokoládě – kde se obsah zdaleka neshoduje s daty uvedenými v české databázi potravin. Nehledě na to, že postrádám smyslu uvádění soli (potažmo sodíku přepočteného na sůl) u potravin, které nejsou zdrojem soli.

V práci jsou uvedeny některé informace, které neodpovídají soudobým zjištěním – například o chuťových pohárcích a jejich zónování na jazyku.

Některé věty v jednom odstavci si protiřečí, např. str. 14

Maximálně by měl dospělý člověk denně zkonsumovat na 500 mg sodíku.

Dospělý člověk by denně neměl konzumovat více než 2,4 g sodíku

Relativně velká část je věnována poruchám metabolismu sodíku a chloru. Což odvádí pozornost od merita tématu. Mnohem více bych věnovala pozornosti vysoce průmyslově zpracovaným potravinám, které jsou jedním z významných zdrojů soli a jsou v současné době jedním z velkých témat, stejně tak Nutri score, jako systém označování potravin na přední straně obalu. Místo tohoto označování jsou popsána ozančení jako Regionální, potravina, Bio zebra, Klasa atd., které s problematikou soli nikterak nesouvisí. V práci se obecně nevěnuje prostor správné orientaci na obalech potravin. Jelikož samotné potraviny jsou největším zdrojem příjmu soli, není na toto téma ani cíleně a správně zpracovaný dotaz v dotazníkové části.

Z práce mám dojem, že není správně rozuměno přirozeným zdrojům sodíku a soli v potravinách:

Sůl je přirozenou součástí těsta při výrobě chleba nebo pečiva. Sůl se zde nachází v mouce, tuku a droždí a samozřejmě je také přidávána sůl sama o sobě.

Relativně obsáhlá část je určena reformulaci potravin, což je počin, který je chvályhodný, bohužel v ČR nesystematický a nezávazný a potravin s těmito benefity je málo a spotřebitel je jednoduše nepozná. Oproti tomu část, která by byla jasně metodická ze strany nutričního terapeuta a která by sloužila k objasnění dobré a smysluplné orientace v informacích na obalech potravin je v práci málo. Přitom potraviny samy o sobě jsou základním zdrojem příjmu soli, nikoli kulinářská úprava. A toto je obrovský prostor jednak pro edukaci a také pro to zjistit v praktické části, co přesně lidé na obalech nechápu, jak si informace vykládají a zda se podle nich řídí.

Velké množství citací je i z PK ČR, která je financovaná potravinářským průmyslem, což se odráží v cílech jejich aktivit. Desatera a prohlášení se mnohdy v praxi neshodují s realitou. Toto je potřeba si rovněž dobře zjistit, aby mohly být závěry důvěryhodné.

Zvláště působí i to, že u řady reformulovaných výrobků uvedených v práci není dohledán počáteční obsah soli. Přinejmenším tak nelze srovnat míru úspěchu takového počinu a alespoň bych očekávala, že studentka přirovná obsah soli podobné potraviny pro srovnání.

## **Praktická část**

Praktická část má cíl:

Hlavním cílem této práce bylo zjistit, zda má široká veřejnost povědomí o množství konzumované soli a jeho vlivu na zdraví.

Srovnávány jsou však dvě skupiny, osoby s fitness center a osoby z lázní. Není to tedy reprezentativní vzorek pro splnění cíle. Pro cíl, postrádám hypotézy. Práce je statisticky velice jednoduše sestavena, bez jakýchkoli alespoň jednoduchých korelací. V diskusi je poté řada domněnek, které nejsou doloženy potvrzením či vyvrácením hypotéz.

Statistická část je nepřehledně zpracovaná, response rate se dá vyčíst pouze z grafů.

Závěr odpovídají obecně známým faktům.

## **Přílohy**

Přílohy jsou zpracovány v odpovídající kvalitě.

### Formální zpracování práce

Práce odpovídá normám, zákonným ustanovením a předpisům pro psaní bakalářských prací. Stylistická a gramatická úroveň je průměrně odpovídající.

Práce odpovídá / kladeným na bakalářskou práci.

Doporučení / nedoporučení k obhajobě: Doporučuji práci k obhajobě.

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

V Praze dne 1.12.2022



Mgr. Alexandra Košťálová

Oponent bakalářské práce