

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

Posudek oponenta bakalářské práce oboru Nutriční terapeut

Název bakalářské práce:

POMĚR OMEGA-6:3 MASTNÝCH KYSELIN VE STRAVĚ, JEHO ÚČINKY A VLIV NA ZDRAVÍ

Autor práce: Markéta Mužíková

Vedoucí práce: MUDr. Jaroslav Macášek, Ph.D.

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

Akademický rok: 2022/2023

Posudek

Teoretická část bakalářské práce	Excelentně splnila	Splnila s drobnými nedostatky	Splnila s velkými nedostatky	Nesplnila
Autor v úvodu zdůvodnil volbu tématu, osobní vztah k problému, aktuálnost řešení, případně uvedl očekávaný přínos pro praxi.	x			
V rámci daného tématu zformulován problém, který bude v práci řešen a vymezen cíl, ke kterému toto řešení směřuje.	x			
Je zpracována stručná a přehledná informace o tom, jak je daný problém řešen v odborné literatuře.	x			
Použité prameny jsou kriticky zhodnoceny.	x			
Jsou zpracována teoretická východiska a vymezeny základní pojmy.	x			

Praktická část (pokud je realizován vý- zkum/projekt)	Excelentně splnila	Splnila s drobnými nedostatky	Splnila s velkými nedostatky	Nesplnila
Autor popsal design šetření/projektu (problém, cíl, úkoly, otázky, metody, vzorek).	x			
Použité metody jsou vzhledem k tématu, problému a cíli, ale i vzhledem k možnostem autora optimální.	x			
Autor shromáždil na základě vybraných metod všechna dostupná fakta a informace potřebné k řešení problému.	x			
Získaná fakta popsal, charakterizoval a přehledně uspořádal podle zvolených kritérií.	x			
Výsledky šetření jsou přehledně zpracovány formou tabulek a grafů/Projekt je přehledně popsán.	x			
V práci je zpracována diskuse, tj. porovnání vlastních výsledků s výsledky uvedenými v literatuře/u projektu je zpracována diskuse s odborníkem, uživatelem.	x			
Jsou zformulovány závěry, popřípadě i návrhy na konkrétní opatření ve vybrané oblasti.	x			
Práce rozsahem odpovídá požadavkům kladeným na bakalářskou práci (40 - 50 s.).	x			
Je psána odpovídajícím písmem (písmo velikosti 12 bodů, řádkování 1,5).	x			
Členění odpovídá logické struktuře práce, je přehledné a umožňuje rychlou orientaci v textu (v obsahu jsou uvedeny str.).	x			
Myšlenky jsou vyjádřeny přesným a srozumitelným jazykem.	x			
V práci nejsou překlepy ani pravopisné chyby.	x			
Bibliografické údaje jsou uváděny podle platné normy APA.	x			
Souhrn práce obsahuje cíle, úkoly, výsledky a závěry práce.	x			
Míra procentuální shody s jinými zdroji	Do 10%			

Teoretická část

Autorka si zvolila náročné téma. Práce je originální a velmi dobře vypracovaná a celkově se dá říci výborná. Hloubka a šíře poznatků o metabolismu nenasycených mastných kyselin svědčí o velmi dobrých znalostech studentky v oblasti biochemie, patofyziologie i medicíny obecně.

Vzhledem k tomu, že nepříznivý poměr omega-6 a omega-3 je celosvětový problém moderní doby, má bakalářská práce i celospolečenský přesah.

Velmi často hovoříme o nepříznivém poměru omega-6 a omega-3 a o jeho možných souvislostech s civilizačními chorobami, ale tím to většinou končí. Autorka BP rozvedla tuto problematiku velmi detailně a ukázala nepochybnou souvislost této novodobé stravovací diskrepance s chronickým zánětem jako zásadním patofyziologickým mechanismem pro vznik dyslipidemií, aterosklerózy, kardiovaskulárních, onkologických i psychiatrických onemocnění. Za velmi závažnou lze považovat skutečnost, že jde o nepoměr, který lze poměrně těžko korigovat příjmem omega-3 PUFA ve formě doplňků stravy a že není mezi odbornými nutričními institucemi shoda na doporučených denních dávkách těchto suplementů.

Praktická část

Cílem BP bylo zjistit, jaké jsou rozdíly v poměru omega-6 a omega-3 mezi skupinou 20 probandů kteří neužívali žádný omega-3 doplněk a skupinou 20 probandů druhé skupiny užívali pravidelně omega-3 doplněk po dobu minimálně 4 měsíců. Výsledky byly prezentovány formou individuálních tabulek s poměrem omega-6/omega-3, omega-3 indexem a procentem kyseliny arachidonové. Z výsledků je zřejmé, že skupina užívající doplňky omega-3 měla příznivější ukazatele. **Na tomto místě jsem postrádal srovnání nějakou vhodnou statistickou metodou, aby autorka měla pro svá tvrzení nezpochybnitelný důkaz.**

BP obsahuje 1 obrázek, 6 grafů a 40 tabulek ve velmi dobré kvalitě provedení.

V Diskusi studentka erudovaně zhodnotila jednotlivé hypotézy a porovnávala své výsledky s odbornými pracemi jiných autorů tak, jak je to v Diskusi vědeckých prací obvyklé.

Studentka velmi dobře pracovala s použitou literaturou a citovala 45 prací renomovaných autorů z odborných časopisů.

Poznámky:

Oponovaná BP má tak dobrou úroveň, že bych rád jako člen redakční rady časopisu *Medicina Sportiva Bohemica et Slovaca*, nabídl autorce možnost publikovat zkrácenou verzi této studie v našem odborném časopise.

Práci klasifikuji stupněm: výborně

Doporučuji práci k obhajobě.

V Praze dne 6.5.2023

oponent bakalářské práce
doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.