

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 terapeut

Název bakalářské práce:	Porovnání stravy gymnastek z různých gymnastických sportů
Autor práce:	Tereza Kudláčková
Vedoucí práce:	Doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.
Oponent práce:	
Akademický rok:	2022/2023

Posudek

Práce 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

Teoretická část DP obecně shrnuje jednotlivé makronutrienty i mikronutrienty ve zdravé výživě. V tomto smyslu jsou kapitoly věnované výživě obecně nadbytečné a poněkud uměle navyšují rozsah DP. Na jedné straně z teoretické části je zřejmé, že studentka má velmi dobré znalosti v oboru nutriční terapie, ale nebylo nutné se zabývat výživovými standardy v obecné šíři. Autorka se měla více zaměřit na poruchy příjmu potravy právě u gymnastek a příbuzných sportů tak, jak je ve vědeckých statích obvyklé. Tyto obecné poznatky jsou doplněny o současný stav poznání poruch příjmu potravy z gymnastického prostředí. Specificky poruchám příjmu potravy a nutriční suplementaci u gymnastek je v teoretické části věnováno jen asi 5 stran textu. Kvituji, že se autorka v první části teorie zabývala mimo jiné i energetickou bilancí v gymnastice a u dospívajících jedinců.

Autorka čerpala z 60 odborných publikací českých i zahraničních autorů klasických i internetových, použité práce jsou aktuální většinou z posledních 10 let.

Praktická část

Cílem DP bylo zhodnocení stravování gymnastek ze dvou gymnastických sportů, gymnastického aerobiku a moderní gymnastiky, a to z hlediska kvantity i kvality. Dalším cílem bylo zjistit, zda se tato skupina sportovkyň jeví jako riziková z hlediska výskytu poruch příjmu potravy. Autorka správně a jednoznačně formulovala celkem 8 výzkumných otázek. Pomocí speciálního jídelníčkového dotazníku zjišťovala stravovací návyky a konzumaci makro a mikronutrientů u skupiny 8 probandek gymnastického aerobiku a 8 probandek moderní gymnastiky. Správně aplikovala dotazník na 5 všedních a na 2 víkendové dny. Přestože studentka použila k vyhodnocování jídelníčků sportovkyň softwarovou aplikaci, oceňuji pracnost a náročnost získávání potřebných dat.

Není mi jasné, proč autorka DP statisticky zhodnotila rozdíly mezi skupinami u hmotnosti a BMI, ale nikoli u věku a tělesné výšky. Pozoruhodný je výsledek BMI, u gymnastického aerobiku se pohyboval v normálních mezích 16-23, zatímco u moderních gymnastek byl na dolní hranici normy nebo i hluboce pod ní: 2 moderní gymnastky měly BMI pod 17, což odpovídá již významnému stupni podvýživy. Zajímavé je rovněž zjištění, že žádná z testovaných sportovkyň nedosahovala (až na 1 výjimku) doporučeného minimálního energetického příjmu, tedy 1800 kcal/den. Autorka však správně uvažuje, že probandky účelově uváděly nižší příjem potravin než odpovídalo skutečnosti, je to pro tato sportovní odvětví podle odborné literatury příznačné. Větší příjem bílkovin a menší příjem sacharidů u skupiny gymnastického aerobiku než u moderních gymnastek se zdá být logický, protože AG je silově náročnější než MG a MG naopak mají časově a tedy i energeticky náročnější tréninky.

V Diskusi autorka odpovídá na výzkumné otázky, porovnává výsledky své studie se studii jiných autorů na stejné nebo podobné téma, což je pozitivem DP, která se v tomto ohledu přibližuje standardním vědeckým pojednáním. Stanovené cíle tak byly splněny. Za nejdůležitější resp. nejzávažnější zjištění považují nedostatečný energetický příjem u obou skupin sportujících dívek, který je objektivizován i velmi nízkými hodnotami BMI (<17,0!) spadajícími do oblasti podvýživy. Diskuse z velké části opakuje informace, které patří do kapitoly Metodika, čímž DP získává nadměrný objem. Závěr DP je formulován logicky a přehledně.

Formální stránka.

Tabulky však byly vytvářeny ve textovém programu Word namísto tabulkového procesoru Excel, což je znát v nedokonalé kvalitě tabulek, které se místy nevejdou na šířku stránky, takže zde zcela chybí okraje. Neesteticky působí zarovnání textu k levému okraji místo zarovnání do bloku.

Použité literární zdroje autorka cituje správně podle normy ISO 690. Studentka velmi dobře formuluje své myšlenky a logické postupy. Jazyková výbava a způsob vyjadřování autorky splňují požadavky kladené na diplomovou práci.

Přílohy

V DP jsou zahrnuty 23 tabulky a 41 grafů. Grafy jsou ve standardní kvalitě provedení.

Doporučení / nedoporučení k obhajobě: **Doporučuji práci k obhajobě.**

Práci klasifikuji stupněm: **výborně**

V Praze dne 11. května 2023

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

