



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

Posudek oponenta diplomové práce oboru Výživa dospělých a dětí

Název diplomové práce: Porovnání stravy gymnastek z různých gymnastických sportů

Autor práce: Tereza Kudláčková

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

Oponent práce: MUDr. Radka Petráková Doležalová, Ph.D.

Akademický rok: 2022/2023

Posudek

Volba tématu

Gymnastické sporty patří k nejnáročnějším sportovním odvětvím. Je u nich vyžadována flexibilita, hbitost, vytrvalost, rovnováha a přesná kontrolu pohybu. Současně je kladen značný důraz na celkový estetický dojem. Dostatečné krytí energetických potřeb po stránce kvantitativní i kvalitativní a zároveň přísné nároky na udržení štíhlé postavy jsou důvodem, proč je v tomto případě otázka výživy zcela zásadní. Téma proto hodnotím jako vhodně zvolené a aktuální.

Teoretická část

Teoretický úvod je zpracován na 40 stranách. Jsou v něm uvedeny základní informace o dvou disciplínách gymnastického sportu, kterým se věnují subjekty účastnící se studie, a to konkrétně o moderní gymnastice a gymnastickém aerobiku. Několik kapitol je zaměřeno na otázky nutriční včetně energetické bilance, pitného režimu, nutriční suplementace a poruch příjmu potravy. Formulace hypotéz a cílů práce jsou adekvátní. Jako zdroje autorka využívá monografie a články českých i zahraničních autorů. Celkový počet 57 citací literárních zdrojů považuji vzhledem k rozsahu práce za přiměřený.

Praktická část

Zvolená metoda dotazníkového šetření je odpovídající tématu. Formulace hypotéz a cílů práce jsou adekvátní. Za limitující faktor lze považovat, jak sama autorka zmiňuje, malý počet sledovaných subjektů a také ne zcela optimální spolupráci při vyplňování dotazníků respondenty. Díky tomu mohou být získaná data do značné míry zkreslená a hůře interpretovatelná.

Výsledky jsou srozumitelně komentovány v doprovodném textu a současně jsou zpracovány ve formě grafů a tabulek. Ty jsou uvedeny v poněkud nestandardním formátu a působí poněkud nepřehledně. Diskuse je přiměřeného rozsahu a věcná, srovnání empiricky získaných výstupů a jejich provázání s rešeršními poznatky jsou rovněž na odpovídající úrovni. Závěr shrnuje získaná data a je logicky formulován. Jazyková úroveň textu je odpovídající, bez gramatických chyb. Některé informace byly v textu zmiňovány opakovaně, tudíž nadbytečně. Na straně 45 chybí jednotky u hodnot BMI.

Formální zpracování

Práce odpovídá normám, zákonným ustanovením a předpisům pro psaní diplomových prací (Opatření děkana č. 10/2010). Téma práce bylo zpracováno standardním způsobem svou náplní a rozsahem splňuje požadavky diplomové práce.

Celkové hodnocení

Práce se zabývá zajímavým tématem, zpracování teoretické i empirické části je svým rozsahem i obsahem pro diplomovou práci odpovídající, ačkoli spíše hraničně. V diskuzi je patrná snaha o srovnání vlastních závěrů s výsledky relevantních studií.

Kromě výše uvedených připomínek k počtu sledovaných subjektů a drobným formálním nedostatkům bude v závěru hodnocení položeno několik doplňujících otázek k upřesnění některých nejasností.

Doporučení / nedoporučení k obhajobě: Doporučuji práci k obhajobě.

Práci klasifikuji stupněm: výborně velmi dobře dobře neprospěl/a

Otázky a připomínky k obhajobě práce

1.

Na straně 15 uvádíte na základě citace obecný odhad energetického výdeje dospívajících sportujících dívek okolo 3100 ± 720 kcal/den. Na straně 48 je potom na příkladu jedné ze sledovaných gymnastek uveden přibližný energetický výdej 2327 kcal/den, vypočítaný na základě odhadu BMR (který v tomto konkrétním případě činil 1409 kcal/den). Znamená to tedy, že gymnastky mají v průměr nižší výdej energie než průměrná sportující populace odpovídajícího věku a pohlaví?

A pokud se energetický příjem u sledované skupiny pohyboval nejčastěji mezi 1000 a 1500 kcal/den, jak je uvedeno na straně 50 a graficky znázorněno v příslušné tabulce (což je spíše pod hranicí BMR sledovaných subjektů), jak byste vysvětlila krytí energetických potřeb při provozování obou náročných sportovních disciplín?

2.

V kapitole „Pitný režim“ je na str. 33 uvedena věta:

„Denní výdej tekutin u člověka se sedavým způsobem života lze přibližně rozdělit na ztráty 0,5 – 20 l močí, 0,1 – 7 l potem, 700 ml prostřednictvím kůže...“

Takto vysoké ztráty tekutin močí jsou zcela nefyziologické, u zdravé populace prakticky nemožné. Stejně tak ztráty pocením.

Mohla byste vysvětlit tuto nesrovnalost?

3.

Na straně 82 uvádíte, že z doplňků stravy respondentky nejčastěji uváděly užívání vitamínu C. Byla zmíněná suplementace zohledněna v hodnocení celkového denního příjmu tohoto mikronutrientu?

A považujete hodnocení příjmu mikronutrientů na základě údajů získaných ze záznamu jídelníčku ze 4 dnů za relevantní?

V Praze dne 22.5.2023

Oponent diplomové práce
MUDr. Radka Petráková Doležalová, Ph.D.