

Přílohy:

Příloha 1: Žádost



Fakulta
tělesné výchovy
a sportu



© Etická komise UK FTVS, 2023 / Verze: **EK UK FTVS 1 dot**

Žádost pro schvalování etiky výzkumu v bakalářských a diplomových pracích vedoucí(m) práce

Pravdivou odpověď zakroužkujte – odpovíte-li pokaždé ANO, tak sběr dat schvaluje vedoucí práce. Odpovíte-li alespoň jednou NE, není možné tento dokument využít a je třeba nechat si výzkum schválit etickou komisí (EK). Tuto žádost vyplňuje student(ka) společně s vedoucí(m) práce.

Nástroj sběru dat: **Anonymní online dotazník/anketa** Měsíc a rok sběru dat: **4-6. 2024**

Název bakalářské/diplomové práce: **Nabuzení nebo hazard? Kofeinová kultura v vojenském prostředí**

Jméno řešitele(ky) práce: **Mgr. Bc. Michal Novák**

Jméno vedoucí(ho) práce/katedry: **prof. PhDr. Jan Maleček, Ph.D.; Katedra Vojenské Tělesné Výchovy**

Výzkum je plánován primárně pro publikaci v bakalářské/diplomové práci (tj. tento dokument nemusí být přijatelný pro redakce časopisů, které vyžadují schválení výzkumu etickou komisí).	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE
Dotazník/anketa bude napsán/a v českém jazyce.	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE
Respondenti budou dospělé osoby, které nejsou z vulnerabilních skupin (tj. svéprávné dospělé osoby, které nejsou: těhotné, ve výkonu trestu, členy menšin, křehkými seniory, osobami s mentálním či těžším zdravotním postižením atp.).	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE
Odkaz na dotazník/anketu bude šířen online: 1) přes sociální média, ke kterým má řešitel(ka) či vedoucí práce volný přístup; 2) přes vlastní e-mailové kontakty či přes veřejně přístupné e-mailové adresy; 3) bude-li třeba získat kontakty na respondenty od organizace/instituce/klubu či svolení s vyvěšením na jejich sociální média, bude organizaci zaslán vedoucí(m) práce schválený text vytvořený podle Předlohy 2. V každém případě řešitel(ka) e-maily od respondentů vymaže nejpozději do 1 týdne po přijetí.	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE
Data budou shromažďována a zpracovávána v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů. Dotazník/anketa bude anonymní (tj. nebudou přebírána data: jména a příjmení, adresy bydliště, data narození, rodná čísla, názvy organizací/institucí/klubů, ani jiné identifikátory osob) a veškerá data budou publikována v anonymní podobě. Řešitel(ka) rozumí, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby a bude dbát na to, aby jednotlivé osoby nebyly rozpoznatelné v textu práce. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE
Odpovědi na otázky nebudou tak specifické, aby byly přiřaditelné k určité osobě. V případě, že by respondenti zmínili svá osobní data, na základě kterých by mohli být identifikováni, tak tato data budou do 1 dne po obdržení dat smazána. Všechna převzatá data budou bezpečně uchována na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru.	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE
Dotazník/anketa bude zjišťovat běžné informace (tj. nebude zjišťovat žádné citlivé informace, např. o rasovém či etnickém původu, politických názorech, náboženském vyznání či filosofickém přesvědčení, členství v odborech, zdravotním stavu či o sexuálním životě nebo sexuální orientaci fyzické osoby, přesné informace o financích atp.).	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE
Řešitel(ka) ani vedoucí není v rámci výzkumu ve střetu zájmů – výzkum jim nepřináší žádný benefit, jsou ve výzkumu nestranní a jejich vztah k získaným datům je neutrální (tzn. nejsou zaujatí ve prospěch určitého výsledku výzkumu). Mají-li vztah k respondentům či zkoumané organizaci, tak tato skutečnost bude uvedena v práci a získaná data nebudou porovnáвана s daty získanými neporovnatelným způsobem.	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE
Výzkum představuje jen malé riziko, srovnatelné s riziky při běžné kancelářské práci.	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE
Informovaný souhlas (tj. zjednodušený IS k dotazníku/anketě) bude vytvořen podle Předlohy 1 a před použitím bude schválen vedoucí(m) práce před zahájením sběru dat. Tato vyplněná a podepsaná žádost bude vyhotovena ve 2 originálech: 1 x bude uschována u vedoucího práce v uzamčeném prostoru a 1 x bude spolu s odsouhlaseným textem informovaného souhlasu přiložena jako Příloha 1 do bakalářské/diplomové práce. Předloha 2 se nepublikuje.	<input checked="" type="radio"/> ANO <input type="radio"/> NE

Podpis řešitele(ky): Vyjádření vedoucí(ho) práce: 10 x ANO = není třeba podat žádost EK

Podpis vedoucí(ho) práce/katedry:

UNIVERZITA KARLOVA | Fakulta tělesné výchovy a sportu | José Martího 268/31, 162 52 Praha - Veleslavín



Příloha č. 2 Dotazník

Kofein

Vážený pane/Vážená paní,

Jmenuji se Michal Novák a studuji studijní program Vojenská tělovýchova na Fakultě tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy (UK FTVS) a tímto si dovoluji Vás požádat o zodpovězení otázek pro účel vypracování své diplomové práce s názvem: **Nabuzení nebo hazard? Kultura kofeinu v AČR**

Cílem tohoto výzkumného projektu je zjistit kofeinové návyky a informovanost o kofeinu u vojenského personálu AČR.

Dotazník je možné vyplnit nejpozději do 7.6.2024

Výzkum je určen pro vojáky z povolání.

Výzkum byl schválen vedoucí(m) práce na UK FTVS.

Získaná data budou zpracována, publikována a uchována v anonymní podobě, budou využita pro výzkum na UK FTVS a ochráněna před jiným užitím. S výsledky studie se můžete seznámit po proběhnutí výzkumu na emailové adrese: michal.novak.990@gmail.com

Vyplněním a odevzdáním dotazníku potvrzujete, že dobrovolně souhlasíte se svojí účastí v této výzkumné studii, o které jste byl/a informován/a, jakož i o právu odmítnout účast nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS. Předem děkuji za Vaši ochotu a spolupráci.

1 Věk:

2 Pohlaví

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Muž Žena

3 Nejvyšší dosažené vzdělání

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Střední bez maturity Střední s maturitou Vyšší odborné Vysokoškolské

4 Vojenská hodnost

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Mužstvo/Poddůstojník Praporčík Nižší důstojník Vyšší důstojník

5 Vojenské zařazení:

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Bojová jednotka Pracovník podpory/logistik Štábní pracovník Student vojenské školy

V následující části prosím vyplňte co nejpřesněji, jak často užíváte níže uvedené nápoje, potraviny a doplňky stravy obsahující kofein.

V případě, že užíváte vyšší dávku než je uvedena, vyplňte do tabulky jako by jste uvedenou dávku užívali častěji.

Příklad: Užívám 1x denně velký energetický nápoj (500ml)

8. Jak často pijete tyto druhy nealkoholických nápojů?*

Vyberte jednu odpověď v každém řádku

	6x a vícekrát denně	5-4x denně	2-3x denně	1x denně	5-6x týdně	3-4x týdně	1-2x týdně	méně často/vůbec
Kola (velká sklenice 500ml)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kofola (velká sklenice 500ml)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mountain Dew (velká sklenice 500ml)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Energetický nápoj (plechovka 250ml)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

V případě, že užíváte nižší dávku než je uvedena, vyplňte do tabulky, jako by jste danou dávku užívali méně často.

Příklad: Užívám 1x denně malou sklenici koly (250ml)

8. Jak často pijete tyto druhy nealkoholických nápojů?*

Vyberte jednu odpověď v každém řádku

	6x a vícekrát denně	5-4x denně	2-3x denně	1x denně	5-6x týdně	3-4x týdně	1-2x týdně	méně často/vůbec
Kola (velká sklenice 500ml)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kofola (velká sklenice 500ml)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mountain Dew (velká sklenice 500ml)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Energetický nápoj (plechovka 250ml)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6 Jak často pijete tyto druhy čaje?

Nápověda k otázce: Vyberte jednu odpověď v každém řádku

	6x a vícekrát denně	5-4x denně	2-3x denně	1x denně	5-6x týdně	3-4x týdně	1-2x týdně	méně často/vůbec
Černý čaj (hrnek 236 ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Zelený čaj (hrnek 236 ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ledový čaj (Velká sklenice 500 ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7 Jak často pijete tyto druhy kávy?

Nápověda k otázce: Vyberte jednu odpověď v každém řádku

	6x a vícekrát denně	5-4x denně	2-3x denně	1x denně	5-6x týdně	3-4x týdně	1-2x týdně	méně často/vůbec
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Instantní káva (1 lžička)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Překapávaná/ filtrovaná káva (hrnek 236 ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Espresso (šálek 44 ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Káva bez kofeinu (hrnek 236 ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8 Jak často pijete tyto druhy nealkoholických nápojů?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď v každém řádku*

	6x a vícekrát denně	5-4x denně	2-3x denně	1x denně	5-6x týdně	3-4x týdně	1-2x týdně	méně často/vůbec
Kola (velká sklenice 500ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kofola (velká sklenice 500ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mountain Dew (velká sklenice 500ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Energetický nápoj (plechovka 250ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9 Jak často užíváte následující produkty?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď v každém řádku*

	6x a vícekrát denně	5-4x denně	2-3x denně	1x denně	5-6x týdně	3-4x týdně	1-2x týdně	méně často/vůbec
Čokoláda tmavá (fádek 16g)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Čokoláda mléčná (fádek 16g)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Horká čokoláda (hrnek 125ml)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kakao (velká lžice)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kofeinové žvýkačky (1 žvýkačka)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kofeinové tablety (1 tableta = 200mg)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Předtréninkový doplněk stravy
obsahující kofein (1 dávka)

10 Pokud užíváte nějaký jiný doplněk stravy nebo potravinu obsahující kofein uveďte jí:

Nápověda k otázce: Zadejte druh, množství a frekvenci užívání. Pokud žádný další výrobek obsahující kofein neužíváte, nebo si nejste jistí, zda kofein obsahuje otázku přeskočte.

11 Seřadte následující produkty podle množství obsaženého kofeinu.

Nápověda k otázce: Změřte pořadí položek dle obsahu kofeinu (1 - nejvíce kofeinu, 7 - nejméně kofeinu)

Espresso (šálek = 44ml)	<input type="text"/>
Instantní káva (lžička = 2g)	<input type="text"/>
Kola (velká sklenice = 500 ml)	<input type="text"/>
Mléčná čokoláda (tabulka = 100g)	<input type="text"/>
Filtrovaná káva (hrnek = 236ml)	<input type="text"/>
Energetický nápoj (plechovka = 250ml)	<input type="text"/>
Čaj (hrnek = 236 ml)	<input type="text"/>

12 Jaké množství kofeinu podle vás obsahuje espresso (šálek 44 ml)?

Nápověda k otázce: Vyberte jednu odpověď

- 20-39 mg 40-59 mg 60-79 mg 80-99 mg 100-119 mg 120-139 mg

13 Jaké množství kofeinu podle vás obsahuje energetický nápoj (plechovka 250 ml)?

Nápověda k otázce: Vyberte jednu odpověď

- 20-39 mg 40-59 mg 60-79 mg 80-99 mg 100-119 mg 120-139 mg

19 Krátce popište vlastní zkušenost s kofeinem v průběhu služby v AČR.

20 Setkali jste v rámci služby v AČR s osvětou ohledně kofeinu?

Nápověda k otázce: Případně uveďte jakou formou a v jakém rozsahu.

Příloha č. 3 Klíč k dotazníku

Druh potraviny/nápoje:	Množství kofeinu:	Zdroj:
Černý čaj (hrnek 236 ml)	42 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Zelený čaj (hrnek 236 ml)	18 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Ledový čaj (sklenice 500 ml)	23 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Instantní káva (1 lžička)	57 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Překapávaná/ filtrovaná káva (hrnek 236 ml)	163 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Espresso (šálek 44 ml)	77 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Káva bez kofeinu (hrnek 236 ml)	6 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Kola (velká sklenice 500 ml)	47,6 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Kofola (velká sklenice 500 ml)	30,5 mg	AkcniCeny.cz, (2024)
Mountain Dew (velká sklenice 500 ml)	76,5mg	Caffeine Informer. (2024a)

Energetický nápoj (plechovka 250 ml)	80 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Čokoláda tmavá (řádek 16 g)	12,8 mg	Caffeine Informer. (2024b)
Čokoláda mléčná (řádek 16 g)	3,2 mg	Caffeine Informer. (2024b)
Horká čokoláda (hrnek 125 ml)	5 mg	Caffeine Informer. (2024b)
Kakao (velká lžice)	5 mg	Caffeine Informer. (2024b)
Kofeinové žvýkačky (1 žvýkačka)	100 mg	Nutrition-shop. (2024)
Kofeinové tablety (1 tableta = 200 mg)	200 mg	Namaximum. (2024)
Předtréninkový doplněk stravy obsahující kofein (1 dávka)	275 mg	Extrifit. (2024)
Turecká káva	105 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Yerba mate	40 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Scho-ka-kola	200 mg	Candy-store. (2024)
Guarana	47 mg	Caffeine Informer. (2024b)
Tackera	175 mg	Tackera Company. (2024)
Karak	47,4 mg	Eat This Much. (2024)

Matcha	64 mg	Caffeine Informer. (2024a)
Grids/ kofeinové sáčky	50 mg	Grinds Coffee Pouches, (2024)