



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



POSUDEK VEDOUČÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE v oboru nutriční terapeut

Název práce: VLIV KOMBINACE POTRAVNÍCH SUPLEMENTŮ NA TĚLESNÉ SLOŽENÍ U JEDNOVAJEČNÝCH DVOJČAT PŘI SROVNATELNÉ SPORTOVNÍ AKTIVITĚ

Autor práce: Anna Kvízová
Vedoucí práce: Doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.
Akademický rok: 2017/2018

Volba tématu

Autorka zvolila téma, které je aktuální a pro praxi nutriční terapeutky významné.

TEORETICKÁ ČÁST

Teoretický úvod je velmi pečlivě zpracovaný a obsáhlý, což dokládá značné studijní úsilí, které studentka věnovala přípravě. **Struktura** práce je promyšlená, členění logické a přehledné. **Abstrakt** vystihuje zaměření práce i výsledky. Klíčová slova jsou výstižná.

Použitá literatura: Referencí je 34, jsou recentní a zahrnují publikace předních odborníků v oboru sportovní výživy (Wildman, Svačina, Maughan, Burkeová a další). Citace jsou po formální stránce bechybné, autorka důsledně užívá ISSN či ISBN event. Digital Object Identification.

Přesnost **formulování myšlenek**, práce s odborným jazykem: Autorka si osvojila poměrně velké množství teoretických informací. Interpretuje je správně a své myšlenky formuluje přesně. **Úroveň jazykového zpracování:** Text svým rozsahem přesahuje doporučený počet normostran. Po jazykové stránce je text srozumitelný, autorka se vyjadřuje jasně a logicky. Po stránce gramatické a pravopisné nemám výhrady. Formální úprava práce je velmi dobrá.

PRAKTICKÁ ČÁST

Autorka jasně formulovala **cíle a hypotézy**. Chtěla zjistit, jaká je účinnost vícesložkového spalovače **FAT KILLER** obsahujícího Citrus aurantium, L-karnitin, Guaranu a přírodní polyfenoly v kombinaci s přípravkem **Prom-in BCAA Synergy** (kombinace klíčových aminokyselin určena na zlepšení výkonu, ochranu svalové hmoty) na tělesné složení při dodržování srovnatelné diety a pohybové aktivity.

Použité metody byly přiměřené tématu a rozsahu práce. Pro výzkum byla využita metoda experimentu s kontrolním subjektem. Zobecnění výsledků je limitováno minimálním počtem probandů (2 jednovaječná dvojčata).

Výsledky studie jsou konzistentní. Došlo k předpokládanému nárůstu svalové hmoty, ke zvýšení bazálního metabolismu, ale nikoli ke snížení hmoty tukové tkáně. **Diskuse** je na bakalářskou práci na velmi dobré úrovni. Oceňuji zejména srovnání s výsledky zahraničních studií podobného zaměření. Studentka našla několik článků (Antonio, Campbell, Chen) o účincích glutaminu a argininu. Z uvedených prací vyplývá, že tyto dva suplementy mohou příznivě ovlivňovat nárůst svalové hmoty. **Závěry** formulovala autorka jasně. Autorka **splnila vytyčené cíle**. **Přílohy:** celkem 6 příloh ve standardní kvalitě provedené. **Grafická dokumentace** zahrnuje 17 tabulek, 3 obrázky a 5 grafů v přiměřené kvalitě provedení. **Formální zpracování** práce odpovídá normám, zákonným ustanovením a předpisům pro psaní závěrečných prací (Opatření děkana č. 10/2000) a svým rozsahem překračuje požadovaný počet stran. **Stylistická úroveň** práce je velmi dobrá, nemám k ní žádné výhrady.



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



Celkové hodnocení práce

Autorka zpracovala téma současné suplementace dvěma suplementy (1 spalovač, 1 preparát s BCAA) dvou jednovaječných dvojčat se stejným stravovacím a pohybovým režimem. Došlo k úbytku tukové tkáně, hmotnosti a indexu tělesného tuku. Zvýšil se obsah vody v těle, a i určité množství svalové tkáně. Pozitivem práce je měření prováděné na dvojici jednovaječných dvojčat. Určitým negativem je aplikace suplementů pouze na jednu dvojici jednovaječných dvojčat. Tato skutečnost nedovoluje statistické srovnání a nelze tedy prokázat příčinnou souvislost mezi aplikací doplňku stravy a změnami tělesného složení.

Práce **odpovídá** požadavkům kladeným na bakalářskou práci.

Doporučení k obhajobě: práci doporučuji k obhajobě

Práci klasifikuji stupněm výborně

Otázky a připomínky k obhajobě práce:

1. Zjišťovala autorka, jakého minimálního počtu jednovaječných dvojčat by bylo zapotřebí, aby bylo možné podat statistický důkaz účinnosti preparátů?
2. Je si autorka vědoma, že důkaz bez statistické analýzy (v tomto případě dvouvýběrový párový t-test?) není podán přesvědčivý důkaz o platnosti stanovaných hypotéz?

V Praze dne 6.5.2018

podpis vedoucího práce



Doc. MUDr. Zdeněk Valík, CSc.