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

Posudek oponenta diplomové práce oboru Nutriční specialista

Název diplomové práce:	Rozdíly ve výživě české reprezentace ve sportovním lezení a výkonnostních lezců
Autor práce:	Bc. Veronika Kuncířová
Vedoucí práce:	doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.
Oponent práce:	MUDr. Radka Petráková Doležalová, Ph.D.
Akademický rok:	2018/2019

Posudek

Volba tématu

Nárůst obliby lezení a horolezectví mezi širokou veřejností v posledních dekádách je zřejmý, stejně tak zvyšující se zájem o úlohu výživy ve sportu obecně. Zvolené téma proto hodnotím jak velmi aktuální. Oceňuji originalitu vlastního tématu, postup zvolený k řešení byl adekvátní.

Teoretická část

Teoretický úvod je velmi pečlivě a přehledně zpracovaný, obsahuje relevantní a zajímavé informace vztahující se ke zkoumané problematice. Podrobně je popsána morfologická a funkční charakteristika sportovního lezce a také specifické nutriční požadavky v daném sportovním odvětví. Autorka přesně a srozumitelně formuluje své myšlenky. Čerpá z monografii a článků českých i zahraničních autorů, prokazuje zkušenost s využíváním odborných textů a současně znalost lezeckého prostředí. Práce se opírá celkem o 57 citací, použité zdroje autorka cituje správně, vzhledem k rozsahu práce považuji seznam literárních zdrojů za přiměřený. Práce je logicky členěna a její struktura je adekvátní. Abstrakt a klíčová slova odpovídají obsahu práce, anglický překlad je na taktéž odpovídající úrovni.

Praktická část

Autorka se ve své diplomové práci věnuje sledování míry plnění výživových doporučení české reprezentace ve sportovním lezení a současně monitoraci rozdílů ve výživě reprezentantů a výkonnostních lezců. Zvolená metoda antropometrického měření a dotazníkového šetření je odpovídající tématu, otázky jsou pečlivě a srozumitelně formulovány. Formulace hypotéz a cílů práce jsou adekvátní. Na všechny položené otázky podává autorka v závěru odpověď, stanovené cíle práce byly splněny. Diskuze je přiměřeného rozsahu a věcná, srovnání empiricky získaných výstupů a jejich provázání s rešeršními poznatky jsou rovněž na dobré úrovni. Závěr je formulován logicky a přehledně. Za limitující faktor lze považovat, jak sama

autorka zmiňuje, malý počet sledovaných subjektů, nemožnost dodržení standardních podmínek pro měření bioimpedančním přístrojem a míru spolupráce při vyplňování dotazníků respondenty.

Přílohy

Práce obsahuje dvě přílohy, které jsou zpracovány v odpovídající kvalitě.

Formální zpracování práce

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 přesahuje požadavky diplomové práce.

Celkové hodnocení práce

Autorka se ve své práci věnuje problematice výživy u reprezentačních i výkonnostních lezců, a to po stránce kvalitativní i kvantitativní. Autorka prokázala schopnost samostatně zpracovat odborné téma na náležité úrovni. Teoretická i praktická část je vypracována přehledně. Velmi pozitivně hodnotím stylistickou a jazykovou úroveň textu, výskyt gramatických chyb je zcela minimální. Stravovací zvyklosti ve sportovním lezeni mohou značnou měrou ovlivnit efektivitu tréninku, zvyšování výkonnosti i schopnost regenerace. Z výsledků výzkumu vyplývají značné rezervy v uplatňování výživových doporučení v praxi a vhodnost pravidelné spolupráce s nutričním terapeutem či sportovním dietologem v rámci realizačního týmu české lezecké reprezentace. Celkově práce působí uceleným a přehledným dojmem a hodnotím ji jako výbornou.

Práce <u>odpovídá</u> / ~~neodpovídá~~ požadavkům kladeným na diplomovou práci.

Doporučení / nedoporučení k obhajobě: Doporučuji práci k obhajobě.

Práci klasifikuji stupněm <u>výborně</u> ~~velmi dobře~~ ~~dobře~~ ~~neprospěl/a~~

V Praze dne 28.5.2019

Oponent diplomové práce

MUDr. Radka Petráková Doležalová, Ph.D.

Otázky k diplomové práci:

1. Mohla byste blíže popsat základní rozdíly v zajištění pokrytí energetických potřeb u lezců v přípravném a závodním období?

2. Zmiňujete, že tuto práci lze považovat za pilotní studii. Jaké přesnější metody pro zjištění energetického příjmu a výdeje jedince byste tedy volila pro další výzkum v této oblasti?

3. Dokázala byste popsat, v kterých sportovních odvětvích se lze nejčastěji setkat s RED-S (relativním nedostatkem energie ve sportu)?

4. Větvené aminokyseliny (BCAA) jsou velmi populární a hojně užívané napříč všemi kategoriemi sportovců, od rekreačních po vrcholové. Ve své práci zmiňujete benefity, které může jejich užívání přinést. Australským institutem sportu jsou však tyto preparáty řazeny do kategorie C, tedy mezi doplňky výživy, které nemají ve sportu opodstatnění. Jaké je povědomí o této skutečnosti mezi sportovci i nutričními terapeuty?