

OPONENTNÍ POSUDEK

na bakalářskou práci

„Stravovací návyky a přístup ke zdravé výživě obyvatel jihlavského regionu“

autorky **Martiny Chmelařové**

Práce obsahuje 119 stran textu, 26 tabulek, 25 grafů a 6 příloh.

Téma je voleno velmi aktuálně, je zaměřeno na oblast, která není v našich podmínkách dobře prozkoumána a má význam nejen jako výzkumná práce, ale též jako velmi důležitý podklad pro další praktické použití.

Teoretická část je velmi dobře promyšlená a vychází z rozsáhlého písemnictví a solidního přehledu problematiky.

Vlastní výzkumná část vychází z dobře promyšleného protokolu a detailních dotazníků. Použité metody jsou obvyklé pro dotazníkové studie nutričních otázek a tomu odpovídá i výběr statistického aparátu. Výsledky jsou prezentovány přehledně, struktura tabulek je jasná, diskuse výsledků je logická, odpovídá současným vědeckým poznatkům.

Souhrn vystihuje obsah práce, hlavní přínos práce tkví v podrobnějším poznání změn výživových zvyklostí naší populace, ze kterých je možno vycházet k účelné preventivní intervenci. Dále hodnota práce a její přínos je v získání znalostí o zdravotním uvědomění naší populace týkající se zdravé výživy a způsobů vhodného stravování.

K práci mám některé věcné i formální připomínky:

Strana 12, strana 27 a další – je používán termín uhlohydráty, který je velmi zastaralý a vyplývá z opuštěných představ, že sacharidy jsou sloučeniny uhlíku s vodou. Tento termín by měl již být jednou provždy z terminologie vyloučen i když se ještě relativně často vyskytuje v anglosaské literatuře, ze které je pak otrocky převeden do češtiny.

Strana 12, bod 2 – údaj o 10% bílkovin v potravě je sice relevantní, ale vyjádření, tak jak je v textu není exaktní.

Strana 13 – je zde směřován v kapitole 1.3.2 pojem cholesterol, jakoby patřil mezi tuky. Jde o terminologickou nebo stylistickou nepřesnost.

Strana 16 – z metabolického ani nutričního hlediska nelze jednoznačně formulovat, že strava bohatá na bílkoviny nebo slaná zvyšuje kyselost krve. To bychom museli najít po větší konzumaci živočišné bílkoviny acidózu, což neodpovídá skutečnosti. Jde o nesprávnou formulaci problému. Je zde směřován pojem aktuální acidózy a nárazníkové kapacity systému acidobazie.

Strana 25 – autorka opomíjí, že obiloviny mají povětšinou nedostatek lysinu, který je právě limitující aminokyselinou v biologické hodnotě rostlinné bílkoviny. Lysin je důležitý nejen pro dospělého, ale jako esenciální kyselina je důležitým růstovým faktorem vyvíjejícího se dětského organismu. Tam je též úzký profil veganství v dětském věku.

Strana 29 – „odolný škrob“ je pouze otrocký a ne úplně správný překlad z anglosaské literatury.

Strana 32 – jako zdravý způsob přijímání jódu je opominuta konzumace mořských ryb. Mimoto některé poslední studie z České republiky ukazují, že určité oblasti, např. Jižní Čechy, jsou chudé na jód i selen a prokazují deficit obou prvků, které se navzájem doprovázejí, jak v masu dobytka, tak v mléce a tím i mléčných produktech.

Strana 46 – je překlep. Místo společného vývodu je napsáno společného výhodu. Drobné chyby toho druhu jsou i na jiných místech textu.

Výhrady mám ke slohu. Je neobvyklé prezentovat výsledky v první osobě (např. Jak jsem získala respondenty ...; Jak jsem dělala to či ono ...; Jak jsem já použila tu či onu metodu...). Je obecným zvykem, že je používána pasivní forma (Nemocní byli vybráni na základě... místo Vybrala jsem pacienty...). Vyjadřování v neosobní formě dává práci punc jisté objektivity a navíc na práci jistě i v pomocných, ale i ostatních aktivitách se podíleli další pracovníci, přinejmenším školitelé a konzultanti. Na určitých místech práce sice nebylo možné se vyjádření v první osobě vyhnout, ale přece proti obvyklému odbornému stylu psaní je způsob vyjádření v této práci mnohdy nadbytečný. Typické příklady nesprávného odborného stylu jsou na straně 48 a 52 a na mnohých dalších místech.

K práci mám následující tři otázky:

1. Který druh rostlinné bílkoviny bohatší na lysin doporučíte jedincům, kteří inklinují k vegetariánské dietě nebo jsou vegani?
2. Pokud jde o konzumaci ryb, jaké jsou Vaše zkušenosti s distribucí mořských a sladkovodních ryb v české výživě?
3. Jak se do provedené nutriční analýzy promítá spotřeba vláknin (hrubé vlákniny a rozpustné vlákniny)? Vaše zkušenosti v tomto smyslu i mimo prezentované výsledky?

ZÁVĚR

Práce je napsána velmi pečlivě, má dobře promyšlený metodický přístup i způsob statistického hodnocení a interpretaci. Rovněž grafické vyjádření výsledků, jejich přehlednost a technické provedení jsou na vynikající úrovni. Celá práce svědčí o mimořádné pracovitosti i talentu autorky práce Martiny Chmelařové. V mnoha směrech může být práce vzorem pro bakalářské práce jiných oborů a snese velmi dobře i mezinárodní srovnání.

Vzhledem k vynikajícím výsledkům i zpracování bakalářské práce, doporučuji práci přijmout a klasifikovat výborně.

Prof. MUDr. Zdeněk Zadák, CSc.

V Hradci Králové 4. června 2007