



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



POSUDEK VEDOUcíHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE v oboru nutriční terapeut

Název práce: HODNOCENÍ STRAVOVACÍCH NÁVYKŮ A POHYBOVÉ AKTIVITY U DĚTÍ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU

Autor práce: Hana Vařejková

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

Akademický rok: 2017/2018

Volba tématu

Autorka zvolila téma, které je neustále aktuální a pro klinickou praxi významné. Téma vzhledem k cílové skupině populace spíše obtížnější a zcela odpovídá studijnímu oboru autorky. Rozsah a hloubka dotazníkového průzkumu je přiměřený.

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, i když obsahuje některé nadbytečné informace, které se v souhrnu vědecké práce neuvádějí, protože jsou samozřejmé. Klíčová slova jsou výstižná.

Použitá literatura: Referencí je 42, jsou recentní a zahrnují publikace předních odborníků v oboru výživy, sportovní medicíny a pediatrie (Frühaufer, Svačina, Švejcár, Pastucha 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 práce**. Chtěla zjistit, jaké jsou stravovací návyky v porovnání se současnými doporučeními, jaká je jejich pohybová aktivita v porovnání se zahraničními zkušenostmi.

Použité metody byly přiměřené tématu a rozsahu práce. Pro výzkum byla využita metoda dotazníkového šetření v kombinaci s propočtem nutričního příjmu s pomocí softwarové aplikace Nutriservis. Pohybová aktivita byla monitorována rodiči dítěte a vyhodnocena podle dotazníku. Zobecnění výsledků na celou českou populaci je limitováno poměrně malým souborem probandů (15 dětí), dále pak i ne zcela spolehlivou metodikou, jakou je vyplňování jídelníčku dětí rodiči nebo kvantifikace pohybové aktivity rodiči v dotaznících. Poněkud iluzorní je hovořit u předškolních dětí o atletice, golfu, lyžování, gymnastice či tanci. Takovéto technicky náročné pohybové aktivity v provedení předškolních dětí se zcela jistě danému sportu příliš nepodobají, i když v názvu kroužku je sport inzerován.

K použité metodice lze mít výhrady, nutno si však uvědomit, že lepší metodika neexistuje. Není možné děti zcela izolovat, abychom mohli přesně změřit jejich nutriční hodnoty. Není to možné z ani hlediska sociálního, ale ani z hlediska vědeckého. Tím by byl zcela eliminován jejich běžný a přirozený způsob života. Zkoumaný soubor byl pro bakalářskou práci přiměřeně rozsáhlý, dotazníky dobře koncipované.



Výsledky studie působí konzistentně. V příjmu makroživin dosahovaly děti zhruba průměru náležitých hodnot. Nepatrně nižší příjem tuků a sacharidů by se patrně vešel do standardní chyby měření stejně jako nepatrně vyšší příjem vlákniny. Tyto velmi příznivé výsledky byly patrně způsobeny specifikem mateřské školy v Chrudimi, kterou děti navštěvovaly a která se významně zabývá kvalitou poskytované stravy.

Diskuse je na bakalářskou práci na velmi vysoké úrovni. Oceňuji zejména srovnání s výsledky zahraničních studií podobného zaměření. Studentka našla několik článků typu review (Mikelsen, Huye, Ward) a provedla srovnání. Z uvedených prací vyplývá, že kvalitnější výživa a větší pohybové aktivity dosahují děti v mateřské škole než v domácím prostředí. **Závěry** formulovala jasně. Autorka **splnila vytčené cíle**. **Přílohy**: Dotazník, návod na zapisování jídelníčku, tabulka na zapisování jídelníčku ve standardní kvalitě. **Grafická dokumentace** zahrnuje 3 tabulky, 1 obrázek a 19 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.

Celkové hodnocení práce

Autorka poměrně rozsáhle zpracovala důležitou problematiku výživy a pohybové aktivity u dětí předškolního věku. Studií zabývajících se danou problematikou není v ČR mnoho, o to je stávající studie cennější. Autorka zjistila u sledovaných dětí oproti normám jen mírně snížený příjem tuků a sacharidů. To však nemusí znamenat negativum. Pokud by se tento deficit týkal nasycených tuků, trans nenasycených mastných kyselin či jednoduchých sacharidů, bylo by to naopak plus. Optima pohybové aktivity dle Pastuchy (6 hodin) dosáhla u třetina dětí sledovaného souboru. Zbytek dětí dosáhl 5 resp. 4 hodin pohybové aktivity denně, což nelze hodnotit negativně. Podle mého názoru se pohybová aktivita těchto dětí výrazně zhorší jakmile dosáhnou „televizního“ či „počítačového“ věku.

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. Domnívá se autorka, že zjištěná úroveň pohybové aktivity u sledovaného souboru předškolních dětí byla nízká, byť ze 2/3 nedosahovala optima dle Pastuchy?
2. Jídelníčkový software Nutriservis zřejmě neumožňoval rozlišení přijímaných tuků na nasycené či nenasycené resp. mastných kyselin na trans a cis.?
3. Domníváte se, že pohybová aktivita dětí v atletickém či gymnastickém kroužku skutečně odpovídá pohybové aktivitě atleta či gymnasty?

V Praze dne 6.5.2018

podpis vedoucího práce


Doc. MUDr. Zdeněk Váňkus, CSc.