

Oponentský posudek na diplomovou práci Andrei Klimentové

Vliv dvouměsíčního redukčního pohybového programu na změnu tukové složky u dospělých jedinců

Vedoucí diplomové práce: RNDr. Blanka Vacková, CSc.

Tématem diplomové práce je stanovení množství tělesného tuku u klientů fitcentra a sledování kvantitativních změn v rámci dvouměsíčního redukčního programu ve vybraných tělesných parametrech. Práce svým tématem představuje cenný příspěvek ke komplexnímu řešení problematiky obezity, která je díky stále se zvyšující prevalenci velmi aktuální.

Hlavním cílem práce bylo zhodnocení redukčního programu jedinců s nadváhou pomocí terénních metod funkční antropologie – kaliperační metoda s využitím výpočtu procenta tělesného tuku podle Pařízkové, metody podle Deurenberga a celosvětově preferovaná metoda BIA. Diplomantka formulovala tři základní hypotézy s následujícími předpoklady:

- předpoklad úspěšnosti redukčního programu, který se projeví snížením tělesné hmotnosti, množství tělesného tuku a hodnoty BMI u všech jedinců zkoumaného souboru
- doložení možnosti využití regresních rovnic stanovení procenta tělesného tuku podle Deurenberga v podmínkách fitcentra
- předpoklad zlepšení fyzické a psychické pohody klientů a zvýšení motivace k další sportovní aktivitě

Práce má 89 číslovaných stran. Z toho 31 stran představuje teoretický úvod. V seznamu literatury je uvedeno 70 citací a 20 odkazů na internetové zdroje. Citace jsou v textu i seznamu literatury uvedeny, až na výjimky, ve správné formě. Struktura práce odpovídá běžným zvyklostem. Práce neobsahuje grafickou dokumentaci, tabulky jsou umístěny v příloze.

Teoretické zpracování problematiky je poměrně zdařilé a komplexní. Je podán přehled různých aspektů zvýšené tělesné hmotnosti a obezity. Pozornost je věnována vyšetření klienta se zvýšenými hmotnostními parametry, přehledu a charakteristice tréninkové jednotky apod. V praktické části formulovala diplomantka cíle a hypotézy práce. Třetí cíl „pozorování vztahu mezi měřenými parametry“ je však zcela nespecifický a měl být více konkretizován.

Metodologická část přináší popis testovacích podmínek, charakteristiku zkoumaného souboru probandů (klientů fitcentra) a přehled použitých vyšetřovacích metodik. Zde postrádám uvedení regresních rovnic výpočtu odhadu procenta tělesného tuku podle metody Pařízkové a dále specifikaci metody zjišťování „fyzické a psychické pohody“ probandů viz. hypotéza 3 (řízený rozhovor, dotazníková metoda apod.?). Ke statistickému zpracování dat bylo využito korelační analýzy, metody standardizace (SDS), byly testovány intersexuální difference, rozdíly od referenčních dat byly, na základě výsledků analýzy rozptylu, testovány s ohledem na populační distribuci znaku.

Výsledková část prezentuje v první řadě korelační závislosti sledovaných parametrů, odděleně na začátku a na konci redukčního režimu. Jednotlivé korelační vztahy jsou pouze konstatovány, nejsou dány do logických souvislostí. Zjištěné korelační závislosti navíc lze

předpokládat. Zde prosím diplomantku o vysvětlení významu sledování korelačních vztahů mezi sledovanými parametry na začátku a na konci redukčního režimu.

Autorka stanovila signifikaci rozdílů jednotlivých parametrů na počátku a na konci redukčního režimu od referenčních dat, exaktní zhodnocení úspěšnosti redukce hmotnostních parametrů ve smyslu změny jejich hodnot však postrádám.

Bohužel, některé formulace ve výsledkové části (a následně i v diskusi) jsou nepřesné a mnohdy i chybné:

- např. autorka uvádí (kap. 4.7, str. 53) „... došlo k nepatrnému zlepšení v distribuci tělesného tuku, index X1 u žen se zvýšil“ – tento index hodnotí poměr tloušťky kožní řasy pod lopatkou ke kožní řase na paži – pokud se zvýší, znamená to vyšší podíl tuku na trupu (oproti končetinám), tedy inklinaci k centripetální distribuci, která je z hlediska zdravotních komplikací obecně rizikovější!

- Diskuse H1, str. 59 – „... hmotnostní ztráta je velice individuální a závisí na řadě faktorů, které nelze ovlivnit – stravovací režim, ...“ – tyto faktory nebyly ovlivněny pouze v rámci dané studie. Uvedené faktory jsou při koncepci exaktních studií striktně standardizovány.

- prosím o vysvětlení interpretace hodnot v tab. 17 (str. 81)

V diskusi své výsledky diplomantka porovnává formou komentáře se závěry dalších autorů. Do této části zařadila i potvrzení či vyvrácení formulovaných hypotéz, které mohla spíše zařadit jako závěr práce. Žádám diplomantku o vysvětlení posledních dvou formulací závěru: „Výsledky stanovení % tuku podle všech tří použitých metod se liší a z tohoto důvodu nemohla být zhodnocena použitelnost rovnice % tuku podle Deurenberga v terénní praxi“? a „Nepodařilo se prokázat použitelnost rovnice % tuku Deurenberg v praxi“ – tato tvrzení zcela zpochybňují smysl práce a jsou v rozporu s uváděnými fakty v diskusi, kde je na str. 60 uvedeno, že „Na základě výsledků lze pro rychlé a snadné určení procenta tělesného tuku využít rovnici dle Deurenberga.“

Na závěr bych ještě upozornil na řadu formálních nedostatků práce:

- velmi chaotická interpunkce,
- používání „% tuku Pařízková“ atd., standardně „podle Pařízkové“ atd.
- nerozlišování „procento“ - % s odklepem a „procentní“ - % bez odklepu,
- obecně formulace, slovosled a koncovky
- nejednotnost citací časopiseckých odkazů na str. 66,
- dop. používat „metody odhadu procenta tuku“, nikoliv stanovení či predikce – toto použité metody neumožňují

Přes uvedené připomínky předložená práce splňuje podmínky kladené na diplomové práce v odborném magisterském studiu a **doporučuji ji k obhajobě.**

V Praze, dne 28. 5. 2010

RNDr. Petr Sedlak, Ph.D.
Katedra antropologie a genetiky člověka
PřF UK Praha