

# UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

## 1. lékařská fakulta

---

### **Posudek vedoucího diplomové práce oboru Nutriční specialista**

**Název diplomové práce:** Změna složení těla po redukcii nadváhy a obezity metodou skupinové KBT

**Autor práce:** Bc. Jana Šuterová

**Vedoucí práce:** PhDr. Šárka Slabá, Ph.D.

**Oponent práce:** PhDr. Iva Málková

**Akademický rok:** 2016/2017

**Volba tématu:** Autorka si zvolila téma, které velmi úzce propojuje oblast změny složení těla a hubnutí (pomocí pohybové aktivity a KBT). Domnívám se, že téma je zajímavé hlavně tím, že kurzů snižování nadváhy je velké množství, jsou známé celkové úbytky váhy, ale je velmi málo podrobnějších dat o tělesných změnách u účastníků těchto kurzů. V tomto je práce aktuální.

#### **Teoretická část**

V teoretické části popisuje autorka aktuální poznatky o obezitě - příčinách vzniku, projevech, komorbiditách, prevenci a léčbě. Stejný podíl zaujímá i kapitola o Kognitivně-behaviorální psychoterapii. V této části se autorka zabývá základními rysy tohoto psychoterapeutického přístupu a také teoriemi učení, ze kterého KBT vzešla. Teoretické základy jsou předkládány jednoduše a srozumitelně. Samostatnou kapitolu autorka věnovala kognitivně-behaviorální terapii obezity. Zde zmiňuje nejen techniky, které jsou při této formě terapie užívány, ale také možnosti aplikace.

#### **Empirická část**

V praktické části si autorka vytyčila 5 základních hypotéz. Pro výzkum byl použit přístroj na měření těla InBody 230. Výzkum probíhal v kurzech snižování nadváhy STOB, sběr dat proběhl během 10 kurzů. Kurzy probíhaly na jednom místě a s jednou lektorkou, byl tedy minimalizován vliv X-faktoru. Vstupní počet respondentů byl 123 (dá se považovat za reprezentativní), nicméně autorka si správně dala poměrně přísná kritéria na zařazení do studia, aby minimalizovala možnou desinterpretaci dat. Interpretace výsledků je velmi přehledná a podrobná. Cíle a hypotézy odpovídají zpracovaným dotazům, zjištěné výsledky jsou pak smysluplně diskutovány a porovnávány se zjištěními obdobných výzkumů.

---

#### **Formální zpracování práce**

Práce je zpracována odpovědně, bez gramatických chyb a překlepů, přehledné jsou tabulky i grafy. V práci je použito adekvátní statistické zpracování dat. V práci je prokázána dobrá schopnost práce s literaturou

#### **Celkové hodnocení práce**

Autorka má aktivní zájem o danou problematiku a v této práci dokázala dobrou orientaci v tomto tématu. Autorka prokázala možnosti výzkumu na populaci hubnoucích s nadváhou či 1. stupněm obezity. Ověřila úspěšnost přístupu kombinace KBT s pohybovou aktivitou i v rámci nelékařských

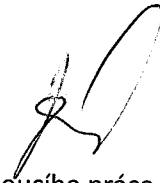
pracovišť. Vzhledem k faktu, že význam KBT spočívá v dlouhodobé udržitelnosti dosažených úbytků, bude zajímavé, pokud se autorka bude tímto souborem i nadále zabývat.

Práce odpovídá požadavkům kladeným na diplomovou práci.

Doporučuji práci k obhajobě.

Práci klasifikuji stupněm výborně

V Praze dne 4.5.2017



Podpis vedoucího práce

---