

UNIVERZITA KARLOVA  
1. lékařská fakulta  
Ústav tělovýchovného lékařství 1. LF UK a VFN  
U Nemocnice1, Praha 2, 128 00

---

**Posudek oponenta bakalářské práce oboru Nutriční specialista**

**Název bakalářské práce:** Změna tělesné hmotnosti a tělesného složení během tréninku  
vzpírání a výživa v silovém sportu

**Autor práce:** Karolína Vašků

**Vedoucí práce:** MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.

**Oponent práce:** MUDr. Radka Petráková Doležalová, Ph.D.

**Akademický rok:** 2017/2018

**Posudek**

**Volba tématu**

Přístup autorky k zadanému tématu i postup zvolený k řešení byl adekvátní.

Téma hodnotím jako aktuální, středně obtížné, oceňuji originalitu vlastního tématu.

**Teoretická část**

Teoretický úvod je velmi pečlivě a přehledně zpracovaný, obsahuje relevantní informace vztahující se ke zkoumané problematice. Autorka čerpá z monografií a článků českých i zahraničních autorů. Použité zdroje autorka cituje správně. Vzhledem ke zvolenému tématu a rozsahu práce považuji seznam literárních zdrojů za přiměřený. Práce je logicky členěna a její struktura je adekvátní. Autorka přesně a srozumitelně formuluje své myšlenky, jazyková i stylistická úroveň práce je na vysoké úrovni. Jediná výtka směřuje k drobné nepřesnosti v abstraktu, kde je hodnota BMI 30,2 kg/m<sup>2</sup> označena jako obezita II. stupně, ačkoli odpovídá obezitě I. stupně. Podobná chyba se objevila též v diskuzi, kde je na str. 42 hodnoceno BMI 40,3 kg/m<sup>2</sup> (dle tab. 6) taktéž jako obezita II. stupně. V tomto případě měla být konstatována obezita III. stupně.

**Praktická část**

Autorka se ve své bakalářské práci věnuje monitoraci změn v tělesné hmotnosti a tělesném složení během tréninku u skupiny reprezentačních vzpěračů. Použité metody byly přiměřené tématu a rozsahu práce. Zajímavé bylo porovnání hodnot energetické potřeby u sledovaných subjektů vypočítané na základě měření impedance s hodnotami dle prediktivní rovnice Harrise-Benedicta (HBE), které poukázalo značné rozdíly. Za limitující faktor lze považovat, jak sama autorka zmiňuje, malý počet sledovaných subjektů, nehomogenost skupiny (pohlaví, BMI, stravovací návyky) a také nemožnost dodržení standardních podmínek pro měření bioimpedančním přístrojem. Diskuse je stručná a věcná, srovnání empiricky

získaných výstupů a jejich provázání s rešeršními poznatky jsou rovněž na dobré úrovni. Závěr je formulován logicky a přehledně. Překvapující je zmínka o absenci nutričního terapeuta či sportovního dietologa v realizačním týmu české vzpěračské reprezentace.

### **Přílohy**

Přílohy jsou zpracovány v odpovídající kvalitě.

### **Formální zpracování práce**

Jak 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 bakalářské práce.

### **Celkové hodnocení práce**

Autorka prokázala schopnost samostatně zpracovat odborné téma na náležité úrovni. Literární odkazy, vlastní analytická část textu, grafy i tabulky jsou zpracovány odpovídajícím způsobem, závěr komplexně a přehledně shrnuje celou práci. Velmi pozitivně hodnotím stylistickou a jazykovou úroveň textu, výskyt gramatických chyb je zcela minimální.

**Práce odpovídá / ~~neodpovídá~~ požadavkům kladeným na bakalářskou práci.**

**Doporučení / nedoporučení k obhajobě:** Doporučuji práci k obhajobě.

**Práci klasifikuji stupněm výborně      velmi dobře      dobře      ~~neprospěl/a~~**

V Praze dne 28.5.2018

Oponent bakalářské práce

MUDr. Radka Petráková Doležalová, Ph.D.

### **Otázky k bakalářské práci:**

1. Mohla byste blíže popsat základní rozdíly v zajištění pokrytí energetických potřeb u vzpěračů v přípravném, předzávodním a závodním období?
2. Je známo, že stanovení bazálního metabolismu pomocí Harris-Benedictovy rovnice není vhodné pro lidi s abnormální tělesnou stavbou, stejně tak má své limity hodnocení tohoto parametru pomocí bioimpedanční analýzy. Kterou jinou metodu byste nejlépe volila k přesnějšímu stanovení BMR ve skupině vzpěračů?