

## POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Název práce: **Vliv proteinových doplňků stravy na lidské zdraví a metabolismus**

Autor práce: **Martina Chromá**

Studijní obor: **Hodnocení a analýza potravin**

Vedoucí práce: **RNDr. Lucie Korecká, Ph.D.**

Bakalářská práce studentky **Martiny Chromé** je teoretickou rešerší, která poukazuje na možnosti zvýšení příjmu proteinů ve stravě, a to zejména formou proteinových doplňků stravy. V úvodní části práce jsou, pro uvedení do problematiky, zmíněny nejdůležitější makroživiny, dále se již studentka zabývá podrobně proteiny. V další části se zaměřuje na proteinové doplňky, je uvedeno jejich dělení a formy, které jsou nejčastěji nabízeny na trhu, a tedy konzumovány. Krátká pasáž diskutuje vhodnost a zdravotní aspekty vysokoproteinového stravování.

Práce je po formální stránce členěna v logickém sledu. Text je doplněn 4 obrázky a 5 tabulkami. V práci je citováno celkem 43 zdrojů, některé mají povahu zdrojů populárně-naučných. Ty studentka využila zejména v úvodní, obecné části. V citacích je určitá nejednotnost, u některých zdrojů (monografií) chybí počet stran, u jiných uvedený je. U odborných článků je někde uvedena jen jedna strana, jinde celý rozsah stran citované práce.

V práci se studentka nevyhnula některým překlepům nebo gramatickým nepřesnostem.

K práci mám následující připomínky a dotazy:

Tabulky nemají jednotný formát.

U konkrétních příkladů vysokoproteinových doplňků, např. u tyčinek (str. 30 a dál) studentka vybrala dva konkrétní zástupce, které porovnává z pohledu složení, poměru živin apod. **Mohla by studentka vysvětlit, co bylo kritériem pro výběr zrovna těchto dvou tyčinek?** Jistě na trhu neexistují pouze tyto dvě.

Naopak u ostatních typů výrobků jejich porovnání chybí.

U kapitol 3.4.2 a 3.4.4 by bylo vhodné také uvést konkrétní příklady nebo kapitolu víc rozpracovat, samostatná kapitola by neměla být tvořena jen jedním odstavcem.

Kapitola 3.6 zabývající se přínosy a riziky konzumace zvýšeného množství proteinů je velice stručná, přestože i název práce je o vlivu na zdraví a metabolismus. Diskuze by mohla být jistě širší, aby práce byla pro čtenáře opravdu přínosem. Studentka uvádí, že existuje nepřeborné množství studií prokazujících nezávadnost vysokoproteinové stravy, ale není konkrétně citována ani jedna.

K sepisování práce přistupovala studentka aktivně. Studentka splnila zadání, práci doporučuji k obhajobě, nicméně k výše uvedeným připomínkám, které dle mého názoru snižují kvalitu práce, zejména z pohledu odborné rešerše, hodnotím „C“.