

## **Posudek školitele disertační práce**

**Student :** Mgr. Jan Schuster

**Název práce:** *Zdravotně sociální rizika obezity a nezdravého životního stylu ve vztahu k sebepojetí pubescentů a adolescentů*

**Školitel:** doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.

### **Aktuálnost zvolené problematiky**

Disertační práce Mgr. Jana Schustra je zaměřena na velmi aktuální problematiku současné doby, tj. problematiku obezity a nadváhy u pubescentů a adolescentů. Aktuálnost závažnosti práce spočívá jak v analýze souvislostí nadváhy a obezity v dospívání se spektrem chorob, které ve svých důsledcích mohou ohrozit zdravý vývoj populace, tak i se sociálním kontextem nadváhy a obezity v období dospívání. Období dospívání je dobou, kdy se dotvářejí správné či špatné životní návyky. Onemocnění, která byla dlouho pokládána za nemoci výhradně dospělého věku, např. ateroskleróza, hypertenze, kardiovaskulární onemocnění a další (zejména choroby metabolismu tuků, diabetes mellitus a jeho komplikace, choroby metabolismu jaterního, choroby endokrinní, zvláště týkající se steroidního a tyreoidálního metabolismu a jeho poruch) mají svůj počátek již v dětství. V průběhu dospívání se ke genetickým předpokladům přidávají vlivy prostředí a životního stylu (neuropsychická zátěž, nadměrný stres, nedostatek tělesné aktivity, nesprávné složení stravy, nevhodné návyky jako je kouření, drogy, gambling aj.). Znalost konkrétní situace u dospívajících a výzkum v naznačené problematice ve vybraném regionu je tudíž velmi důležitý pro zdravotnickou a edukační práci z hlediska efektivní prevence a nápravy.

### **Stanovené cíle doktorské disertační práce (splnění cílů)**

V doktorské disertační práci Mgr. Jana Schustera byly stanoveny čtyři základní cíle, tj. postihnout v kontextu se současným českým i zahraničním výzkumem zdravotní rizika nadváhy a obezity pubescentů a adolescentů ve věku 12-18 let u obou pohlaví, zdravým způsobem snížit tělesnou hmotnost a objem tukové tkáně u probandů vlivem intervenčního programu, dále postihnout sociální rizika obezity a nezdravého životního stylu ve vztahu k sebepojetí pubescentů a adolescentů a pozitivně ovlivnit i hodnotovou orientaci, emoční stavy a chování probandů. Cíle jsou navzájem propojeny a v průběhu jejich plnění a řešení vytvářely vysoké nároky na výzkumnou práci. S uspokojením mohu konstatovat, že cíle doktorské disertační práce pana Mgr. Schustera se podařilo splnit. Byl zaznamenán pokles

indexu u ES dívek i chlapců a došlo k poklesu hodnot obvodu pasu. Statisticky významných změn po aplikaci intervenčního pohybového programu bylo dosaženo u chlapců i dívek v parametru „Suma řas“, tj. v redukci podkožního tuku.

Výsledky psychosociální diagnostiky vypovídají o významných pozitivních změnách u faktorů únavy, tenze a úzkosti (které se patrně na stavu únavy také spolupodílely) a u faktorů zmatkovitých řešení situací. Také kontingenční tabulka výsledků techniky nedokončených vět potvrzuje podobný pozitivní posun v hodnotách a postojích. Pozitivně lze hodnotit také pokles preferencí v oblasti negativního sebeoceňování probandů po aplikaci intervenčního pohybového programu. Zvýšení sebeúcty je budoucím základem péče o vlastní zdraví v dospělosti.

#### **Nové poznatky, které byly dosaženy v doktorské disertační práci:**

Výše uvedené výsledky a skutečnosti jsou ve shodě s nejnovějšími výzkumy publikovanými v angloamerických odborných časopisech – „Obesity Research Journal“, „Journal of Pediatric Health Care“ autorů Mertens, I.L. 2007, Elsevier, B. V. 2009, Ishrani, R.K 2008 aj., které konstatují, že aerobní cvičení nejsou jedinou metodou tvarování těla a snižování nadváhy a obezity, ale naopak jako velmi účinná se prokazují jógová cvičení, metoda Pilates apod. V české odborné literatuře je podobných výzkumných zpráv zatím poskrovnu. Dalším zajímavým poznatkem je odlišný efekt intervenčního pohybového programu u jednotlivých pohlaví. Podkožní tuk byl redukován po absolvování intervenčního pohybového programu u obou pohlaví podobně, zejména v oblasti abdominální a femurální, v oblasti paží byly již určité rozdíly. Dále přes prokázanou redukci podkožního tuku je pokles hodnot BMI u mužů nižší než u žen, což je zřejmě kauzálně zapříčiněno afinitou mužů k anabolickým procesům ve svalech. Tento efekt byl zaznamenán také u experimentálních skupin probandů adolescentního, středního i seniorského věku obou pohlaví ve výzkumech Krejčí (2008). Bylo by jistě žádoucí výše uvedené efekty dále výzkumně ověřovat.

#### **Připomínky:**

Statistické zpracování dat je pečlivé, spolupráce s předním pražským pracovištěm na tomto poli výrazně zkvalitňuje celou disertační práci. Domnívám se, že výsledky této práce jsou velmi důležité a inspirativní jak pro praxi zdravotníků zabývajících se obezitou a nadváhou v dětském a mládežnickém věku, tak i pro praxi pedagogů, cvičitelů, případně i pro rodiče postižených jedinců. Doporučuji získané údaje publikovat v odborném tisku našem i zahraničním. K případnému publikování doporučuji širěji rozvinout diskusi a odvážnější postup v konkluzi výsledků.

Kladně hodnotím, že v předkládané práci je snaha postihnout i sociální pozadí celé problematiky, s čímž souvisí behaviorálně psychický rozměr edukace změny k fenoménu zdraví .

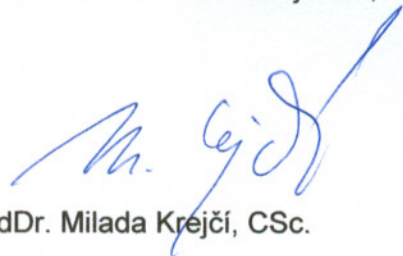
## ZÁVĚR

Výzkumný záměr byl splněn. Obsah kapitol odpovídá stanoveným cílům a úkolům. Předkládaná práce Mgr. Jana Schustera odpovídá nárokům na kladeným na doktorskou disertační práci a s radostí ji doporučuji k obhajobě. V případě úspěšné obhajoby doporučuji autorovi udělit titul PhD.

Otázky k obhajobě:

1. Jaká opatření doporučujete pro populační skupinu pubescentů z hlediska lepšího využití pohybových aktivit v denním režimu?
2. Jak si vysvětlujete vzestup preferencí v oblasti orientace na výkon po aplikaci intervenčního pohybového programu u adolescentek?

Místo vypracování a datum: České Budějovice, 7. 8. 2009



Podpis: doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.