

REPUBLIKA HRVATSKA SVEUČILIŠTE U ZAGREBU MEDICINSKI FAKULTET	
Primljeno:	11.01.2017
Klasifikacijska oznaka	Ustr. jedinica
643-02/17-23/1	10104
Uredbeni broj	Prilozi: Mjedenost
380-59-10104-17-149	

UNIV.SPEC.-03 IZVJEŠTAJ POVJERENSTVA ZA OCJENU ZAVRŠNOG SPECIJALISTIČKOG RADA¹

OPĆI PODACI I KONTAKT SVEUČILIŠNOG SPECIJALISTIČKOG RADA

Ime i prezime sveučilišnog specijalista/specijalistice	Dragana Bislimovska, dr.med.
Nositelj studija	Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet; voditelj studija: Doc.dr.sc. Milan Milošević
Naziv studija	Specijalistički poslijediplomski studij MEDICINA RADA I ŠPORTA

NASLOV PREDLOŽENE TEME

Hrvatski	Motivacija za bavljenje sportom i uzimanje dodataka prehrani profesionalnih sportaša u Makedoniji
Engleski	<i>Motivation for practicing sport and food supplement use in professional athletes in Macedonia</i>
Naslov na jeziku na kojem će se pisati rad (ako nije na hrvatskom ili engleskom)	

ČLANOVI POVJERENSTVA ZA OCJENU ZAVRŠNOG SPECIJALISTIČKOG RADA

Predsjednik povjerenstva (ime i prezime, titula, ustanova)	Doc.dr.sc. Jasna Pucarín-Cvetković, docent, Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu
Član povjerenstva (ime i prezime, titula, ustanova)	Prof.dr.sc. Jagoda Doko Jelinić, redoviti profesor, Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu
Član povjerenstva (ime i prezime, titula, ustanova)	Prof.dr.sc. Jadranka Mustajbegović, redoviti profesor u mirovini, Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu
Član povjerenstva (ime i prezime, titula, ustanova)	/
Član povjerenstva (ime i prezime, titula, ustanova)	/

OBRAZLOŽENJE POVJERENSTVA O OCJENI ZAVRŠNOG SPECIJALISTIČKOG RADA

(preporučeno 2000 znakova s praznim mjestima)

Pristupnica Dragana Bislimovska, dr.med. predala je na ocjenu rad „Motivacija za bavljenje sportom i uzimanje dodataka prehrani profesionalnih sportaša u Makedoniji“ (mentor doc.dr.sc. Milan Milošević, Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet, Škola narodnog zdravlja „Andrija Štampar“, Katedra/Zavod za zdravstvenu ekologiju, medicinu rada i sporta).
Rad udovoljava svim odredbama članka 1. Pravilnika o dopuni pravilnika o poslijediplomskim specijalističkim studijima Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu.

Na sjednici Vijeća za poslijediplomske studije Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu održanoj 23. studenog 2016. godine imenovano je Povjerenstvo za ocjenu završnog specijalističkog rada u sastavu:

1. član doc.dr.sc. Jasna Pucarín-Cvetković, docent
2. član prof.dr.sc. Jagoda Doko Jelinić, redoviti profesor
3. član prof.dr.sc. Jadranka Mustajbegović, redoviti profesor u mirovini

¹ Prema čl. 31, st. 1. Pravilnika o poslijediplomskim specijalističkim studijima Sveučilišta u Zagrebu, članovi povjerenstva za ocjenu završnog specijalističkog rada podnose svoje izvješće najkasnije u roku dva mjeseca od svoga imenovanja.

I. PREGLED ZAVRŠNOG SPECIJALISTIČKOG RADA

Završni specijalistički rad napisan je na 166 stranica, s 95 literaturnih navoda, 50 slika, 45 tablica te 4 priloga. Naslovi poglavlja su sljedeći: Uvod, Hipoteza istraživanja, Cilj rada, Ispitanici i metode, Rezultati, Rasprava, Zaključak, Sažetak, Summary, Literatura, Životopis i Prilozi.

II. VREDNOVANJE POJEDINIH DIJELOVA RADA

1. Ocjena ciljeva rada.

Opći cilj rada bio je ispitati odnos motivacije bavljenja sportom i uzimanja suplemenata za podizanje uspješnosti pri bavljenju sportom. Specifični ciljevi bili su sljedeći:

1. putem Upitnika o motivaciji bavljenja sportom prikupiti mišljenja profesionalnih sportaša o motivaciji bavljenja sportom
2. upitnikom o uporabi i osobnim stavovima o korištenju sportske suplementacije ispitati razloge uzimanja i znanja o korištenju sportskih suplemenata.

Ciljevi su u radu odgovarajuće definirani i prikazani.

2. Ocjena primjerenosti ispitivanog uzorka i primijenjenih metoda.

Istraživanje predstavlja deskriptivno-analički model epidemiološke presječne studije (engl. cross-sectional study) gdje ispitivanu skupinu predstavljaju profesionalni sportaši iz sportskih klubova u Makedoniji. Istraživanje je provedeno u razdoblju od studenog 2015. do ožujka 2016. godine. Uključeno je 115 profesionalnih sportaša iz 5 profesionalnih prvoligaških klubova u Makedoniji. Obuhvaćeni su najpopularniji kolektivni sportovi u Makedoniji: nogomet, košarka i rukomet.

Uključeni kriteriji bili su primjereni, a obuhvaćali su slijedeće uvjete:

- sportaši zaposleni u profesionalnim sportskim klubovima
- klubovi se natječu u prvoj ligi svoga sporta
- spremnost i želja za učešćem u istraživanju

Kako bi se odgovorilo zadatim ciljevima, korišteni su validirani i standardizirani upitnici. Ispitivanje je provedeno u samim klubovima, a upitnici su bili dijeljeni na kraju treninga. Ispitanici su upitnike popunjavali osobno, nakon prethodnih uputa i informacija o njihovom sadržaju dobivenih od strane odgovorne osobe. Za ispitivanje motivacije korišten je "Upitnik o motivaciji bavljenja sportom" (SMS-6) (engl. *Sports Motivation Scale- 6*), dok je u ispitivanju uporabe i osobnih stavova o sportskoj suplementaciji korišten je „Upitnik o uporabi, osobnim stavovima i znanjima o sportskoj suplementaciji“, dijelom sastavljen od kombinacije dva upitnika- engl. *Supplement questionnaire, University of Edinburgh i Supplement use survey questionnaire among athletes, Leeds Metropolitan University*). Upitnici su bili u potpunosti anonimni, te su svi ispitanici biti prethodno informirani o sadržaju Upitnika. Uz navedenu primjenu upitnika i terenskog istraživanja načinjen je i pregled dostupne literature na PubMedu koristeći ključne riječi: *motivation, sport supplements, athletes*.

Ispitivani uzorak i primijenjene metode su primjerene.

3. Bitni rezultati i primijenjene statističko-analičke metode te ocjena načina njihova prikaza.

Rezultati istraživanja su pokazali da najveći dio sportaša koristi dodatke u prehrani (79,2%), i to proteinske suplemente (72,5%) u obliku proteinskog *shakea* (75%). Iako većina ispitanika navodi da smatraju da imaju dovoljno poznavanja o suplementima, da istražuju i savjetuju se prije nego što ih počnu primjenjivati, upitna je njihova pravilna informiranost i znanje koje imaju o suplementima. U odnosu na motivaciju, istraživanje je pokazalo da je dominantna forma motivacije integrirana regulacija (srednja vrijednost= 24,27±3,98), a da je amotivacija najmanje zastupljena (srednja vrijednost= 6,56±4,07). Istraživanje je pokazalo da u odnosu na uporabu i stavove o suplementima, općenito, ne postoji razlika u podtipovima motivacije.

U radu su primijenjene metode deskriptivne statistike. Podaci su prikazani tablično i grafički, te su se koristile odgovarajuće metode statističke analize: za usporedbu kvantitativnih vrijednosti nezavisni t-test, dok su se kategorijske varijable analizirale hi-kvadrat testom.

Rezultati su prikazani u odgovarajućim tabličnim i slikovnim prikazima. Rezultati su uspoređeni s drugim dostupnim istraživanjima u raspravi.

4. Ocjena rasprave.

U raspravi je prikazana povezanost između tipa motivacije i navike uzimanja dodataka prehrani analizirana u drugim literaturnim referencama, te su rezultati provedenog istraživanja uspoređeni s trenutno dostupnom literaturom. U kompetitivnim uvjetima, na koji su najčešće izloženi, profesionalni sportaši nastoje dostići i održati vrhunsku formu sportske izvedbe, koristeći različita sredstva koja

bi im to omogućila, što može dovesti do narušavanja njihovog zdravlja i blagostanja te se u raspravi odgovarajuće objašnjava navedena problematika. Također, navedena su i ograničenja studije što govori o razrađenom i odgovornom pristupu pisanja znanstvenog rada.

Rasprava je odgovarajuće napisana te zadovoljava kriterije specijalističkog rada.

5. Navođenje važnijih zaključaka. Sukladnost zaključaka i rezultata te logično izvođenje zaključaka iz rasprave.

Rezultati istraživanja su pokazali da najveći broj sportaša koristi dodatke u prehrani, u obliku proteinskih suplemenata i da preporuka najviše utječe na njihovu odluku o odabiru suplementa. Iako većina ispitanika navodi da smatraju da imaju dovoljno saznanja o suplementima, da istražuju i savjetuju se, prije svega, sa svojim trenerima prije nego što ih počnu primjenjivati, upitna je njihova pravilna informiranost i znanje koje imaju o suplementima.

Istraživanje je pokazalo da je dominantna forma motivacije integrirana regulacija, i u cjeloj skupini i gledano po sportovima, a da kod mlađih i manje iskusnijih sportaša vanjska regulacija je manje zastupljena. Međutim, studija je pokazala da u odnosu na uporabu i stavove o suplementima, općenito, ne postoji razlika u podtipovima motivacije.

Uporaba suplemenata nikada ne smije biti zamjena za obroke i narušiti normalnu i pravilnu prehranu. Odluka o korištenju i odabiru određenih sportskih suplemenata se mora temeljiti na znanstvenim dokazima, uvijek uzimajući u obzir ostale načine s kojima se može utjecati i poboljšati sportska izvedba, mogući rizik od dopinga, zdravstveno stanje sportaša i to da svaki sportaš može različito reagovati na neke supstance.

Ovo istraživanje ukazuje na potrebu usmjeravanja motivacije sportaša prema zdravim i ispravnim sportskim ciljevima, pravilnom informiranju i edukaciji o suplementima, osobito mladih sportaša, ali i njihovih trenera i najbliže obitelji, kako bi, ubuduće, dobili istinske profesionalne sportaše, s očuvanim zdravljem, koji bi mogli dostići vrhunске sportske uspjehe.

Zaključci daju odgovore na postavljene ciljeve, napisani su sukladno rezultatima i logično izvedeni iz rasprave.

6. Pravilno navođenje literature

Literaturne reference su pravilno navedene.

7. Sažetak (vjerno odražava rad)

Sažetci na hrvatskom i na engleskom jeziku vjerno prikazuju rad.

III. KONAČNA OCJENA RADA

Rad je napisan tako da sadrži sve bitne elemente na temelju kojih bi se mogao ponoviti. Doprinos struci (Medicina rada i športa) je značajan, pri čemu izdvajamo slijedeće:

- dominantan oblik motivacije je integrirana regulacija dok je amotivacija najmanje zastupljena
- nužna je bolja informiranost i edukacija sportaša te će prikupljeni podaci biti osnova za izradu preporuka i edukativnih programa o pravilnoj uporabi sportskih suplemenata koja će se temeljiti na motivacijskim obrascima profesionalnih sportaša
- najveći dio sportaša koristi dodatke u prehrani (79,2%), i to proteinske suplemente (72,5%). Iako većina ispitanika navodi da imaju dovoljno poznavanja o suplementima, da istražuju i savjetuju se prije nego što ih počnu primjenjivati, upitna je njihova pravilna informiranost i znanje koje imaju o suplementima.
- u odnosu na uporabu i stavove o suplementima, općenito, ne postoji razlika u podtipovima motivacije

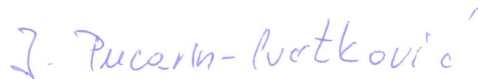
IV. PRIJEDLOG

Na temelju vrednovanja pojedinih dijelova predlaže se da se završni specijalistički **rad prihvati**.

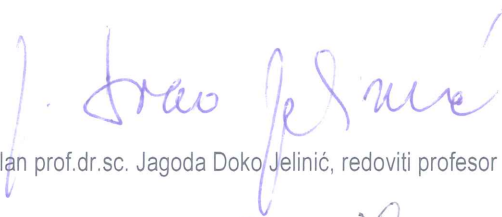
ZAKLJUČNA PREPORUKA POVJERENSTVA ZA OCJENU ZAVRŠNOG SPECIJALISTIČKOG RADA

- Povjerenstvo za ocjenu završnog specijalističkog rada predlaže prihvatanje završnog specijalističkog rada.
- Povjerenstvo za ocjenu završnog specijalističkog rada predlaže doradu završnog specijalističkog rada i ponovnu ocjenu rada.
- Povjerenstvo za ocjenu završnog specijalističkog rada predlaže odbijanje završnog specijalističkog rada.

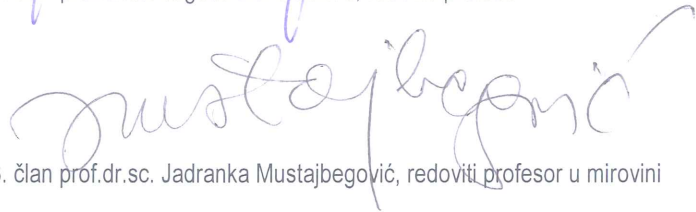
Potpis (titula, ime i prezime)



1. član doc.dr.sc. Jasna Pucarín-Cvetković, docent



2. član prof.dr.sc. Jagoda Doko Jelinić, redoviti profesor



3. član prof.dr.sc. Jadranka Mustajbegović, redoviti profesor u mirovini

U Zagrebu, 20. prosinca 2016.