

Abstrakt

- Název:** Sport a sexualita
- Cíle:** Cílem této bakalářské práce bylo shrnout informace o vztahu lidské sexuality a sportu, identifikovat případné mezery v současném výzkumu a navrhnout témata pro další studium v této oblasti.
- Metody:** Bakalářská práce je realizována jako narativní přehledová studie. Pro výběr vhodných vědeckých studií byly využity elektronické vědecké databáze PubMed, Scopus, Web of Science a EBSCOhost.
- Výsledky:** Sexuální aktivita během tréninkového období může pomoci uvolnění a pozitivně ovlivnit sportovní výkon. Tělesná cvičení nebo sportování mohou mít pozitivní i negativní vliv na sexuální zdraví a chování. Z negativních vlivů jsou nejčastěji zmiňovány – erektilní dysfunkce u mužů a inkontinence vedoucí ke ztrátě sexuální touhy u žen.
- Závěry:** Pozitivní působení sexuálních aktivit na sportovní výkon jsou individuální, jejich využití v rámci tréninkového procesu je nutno ještě podrobněji prozkoumat. Na druhou stranu by si trenéři měli být vědomi rizik spojených s některými vybranými sportovními aktivitami, jako jsou trampolíny u žen a cyklistika u obou pohlaví.
- Klíčová slova:** výkon, sexuální zdraví, dysfunkce, inkontinence, pohlaví