



# Petronela Forišek Paulová MSc.

Vedkyňa skúmajúca vzťahy výživy, pohybu a črevného mikrobiómu  
Nutričná terapeutka na Onkológii a v poradni NellaVita

## OSOBNÉ ÚDAJE

- ★ Národnosť slovenská
- ★ 5. 5. 1993
- ☎ 0904 180 084
- 📍 Bratislava, Slovensko
- in Petronela Forišek Paul
- petronela.paulova@gmail.com

## ODBORNOSŤ

- ✓ Publikácie vo vedeckých časopisoch
- ✓ Odborné prednášky Na kongresoch
- ✓ Doktorandka v Biomedicínskom centre Slovenskej Akadémie Vied
- ✓ Nutričná terapeutka v Národnom Onkologickom Ústave
- ✓ Zakladateľka nutričnej poradne NellaVita
- ✓ Nutričná terapeutka v ambulancii klinickej výživy v Biomedicínskom centre SAV
- ✓ Nutričná terapeutka v DnaEra
- ✓ Spoluautor lekárskej dietologickej knihy pri gastroenterologických ochoreniach
- ✓ Odborná prax z nemocníc, nutričných poradní, onkologického inštitútu a vedeckého centra

Momentálne sa venujem výskumu črevného mikrobiómu v Biomedicínskom centre Slovenskej akadémie vied na ústave experimentálnej endokrinológie, kde zároveň pôsobím v ambulancii pre klinickú výživu. Popri štúdiu sa profesne venujem nutričnej terapii vo vlastnej nutričnej poradni NellaVita a v Nutričnej ambulancii v Národnom onkologickom ústave. Som absolventkou magisterského programu v odbore Human Nutrition na vedeckej univerzite v Kodani s bakalárskym vzdelaním v odbore Nutričný terapeut. Odborné skúsenosti som v priebehu štúdia získala ako z vedeckej, tak z lekárskej oblasti, ktoré som čiastočne využila pri písaní Dietologickej knihy pre pacientov. Hlavnou motiváciou pre špecializáciu v oblasti výživy a výskumu bola pre mňa vždy pomoc ľuďom a silná túžba po skúmaní vzťahov medzi výživou, zdravím a ochoreniami.

## ODBORNÉ PRACOVNÉ SKÚSENOSTI

- **Od 2022** Vedecký pracovník, Biomedicínske Centrum SAV, Bratislava, Slovensko
- **Od 2020** Nutričná terapeutka, Národný onkologický ústav, Bratislava, Slovensko
- **Od 2018** Doktorand, Biomedicínske centrum SAV, Ústav experimentáln endokrinológie, Prírodovedecká fakulta Univerzity Komenského, Bratislava, Slovensko
- **Od 2018** Zakladateľka *NellaVita* nutričnej poradne, Bratislava, Slovensko
- Nutričné poradenstvo pre klientov s rôznymi ochoreniami súvisiacimi s výživou
- **2018** Nutričná terapeutka v klinike *Rehabilica*, Bratislava, Slovensko
- Nutričné poradenstvo pre klientov s rôznymi ochoreniami súvisiacimi s výživou
- **Od 2018** Nutričná terapeutka v *DnaEra* company, Bratislava, Slovensko
- Vypracovanie nutričných doporučení a databázy na základe genetickej analýzy
- **2018** Odborná prax na pozícii Vedeckého pracovníka, Ústav *Food Science*, University of Copenhagen, Faculty of Science, Kodaň, Dánsko
- Práca v laboratóriu (analýza a sekvencia mikrobiómu z grónskych potravín – sekvencia DNA a RNA + RNA extrakcia a reverzná transkripcia DNA z RNA)
- Extrakcia mastných kyselín s krátkym reťazcom zo vzoriek stolice myší
- Tvorba protokolov pre laboratórne postupy
- Spolupráca pri písaní manuskript k publikácii štúdií *Counterstrike* a *CALM*
- **2016-2017** Študentka magistra v *Counterstrike* štúdiu, Ústav *Food Science* a *Nutrition, Exercise and Sports*, University of Copenhagen, Faculty of Science, Kodaň, Dánsko
- Práca v laboratóriu (analýza a sekvencia ľudského črevného mikrobiómu zameraného na 16S rRNA bakteriálneho génu - DNA extrakcia, PCR reakcie, gélová elektroforéza, príprava knižnice s použitím robota, príprava roztokov na reakcie)
- Štatistická analýza rozsiahlych dát s použitím kódovacieho jazyku v R programe
- **2016** Spoluauthorka lekárskej dietologickej knihy *Diéta pri ochoreniach pažeráka, žalúdka a dvanástnika* (Doc.MUDr. Peter Minárik PhD.), vydavateľstvo Kontakt
- Autorka Dietologickej časti knihy s nutričnými odporúčeniami pri ochoreniach
- Autorka receptov pri šetriacej diéte a autorka niektorých fotografií jedál v knihe
- **2014** Práca na čiastočný úväzok na pozícii nutričného terapeuta, Všeobecná zdravotná poisťovňa, Bratislava, Slovensko
- Nutričné poradenstvo na prevenciu ochorenia srdca a ciev
- **2014** Odborná prax v Nutričnej ambulancii, IKEM (Inštitút experimentálnej a klinickej medicíny), Praha, Česká republika
- **2014** Odborná prax na Oddelení liečebnej výživy, Fakultná nemocnica Bohunice, Brno
- **2014** Odborná prax na oddelení Gastroenterológie, Fakultná nemocnica Bohunice, Brno, Česká republika
- **2014** Odborná prax v nutričnej poradni Onlife (MUDr. Minárik), Bratislava
- **2013** Odborná prax v nutričnej poradni a na Onkologickom oddelení, Masarykov Onkologický Ústav, Brno, Česká republika

## DOPLŇUJÚCE AKTIVITY

✓ Host vo Vedeckom  
Podcaste – téma  
„Genetika a Výživa“

✓ Host v Generali  
Podcaste – „Výživa,  
mikrobióm a stravovanie“

✓ Host v Relácii Dobré  
noviny – „Výživa,  
mikrobióm a onkológia“

✓ Host v Podcaste Čo  
chutí zdraviu – „Výživa  
v prevencii onkologických  
ochorení“

✓ Rozhovor pre  
Hospodárske noviny –  
„Výživa, výskum  
a stravovanie“

✓ Rozhovor pre Plus 7 dní  
„Výživa, mikrobióm,  
onkológia“

✓ Rozhovor pre Madam  
Eva „Výživa, mikrobióm,  
stravovanie“

## VZDELANIE

### BIOMEDICÍNSKE CENTRUM, SLOVENSKÁ AKADÉMIA VIED

Ústav experimentálnej endokrinológie

2018-2022 (Bratislava, Slovensko)

#### PhD kandidát

Téma dizertačnej práce: „Vplyv 3-mesačného tréningu na ľudský črevný mikrobióm, metabolóm, energetický metabolizmus a kognitívne funkcie u seniorov s miernym kognitívnym deficitom a kognitívne normálnych jedincov“

### UNIVERSITY OF COPENHAGEN, FACULTY OF SCIENCE

2015-2017 (Kodaň, Dánsko)

#### Master of Science in Human Nutrition (Cand. Scient.)

Téma magisterskej práce: "Does dietary omega-3 PUFA intake modulate human gut microbiota and thereby lipid and lipoprotein sub-fraction profile?"  
(*Counterstrike* štúdia, práca v laboratóriu a štatistická analýza výsledkov)

### MASARYKOVA UNIVERZITA, LEKÁRSKA FAKULTA

2012-2015 (Brno, Česká republika)

#### Bakalár z odboru Nutričný terapeut

Téma bakalárskej práce: "Nutričné špecifiká onkologických pacientov"  
(*Masarykov onkologický ústav*, nutričná intervencia u onkologických pacientov)

## PUBLIKÁCIE

- Paulová F.P. „Gut Microbiome and Its Cofactors Are Linked to Lipoprotein Distribution Profiles, *Microorganisms*, 2022 (spoluautor)
- Paulová F.P. „Food preferences and thyroid hormones in children and adolescents with obesity“ *Frontiers in Psychology*, 2022 (spoluautor)
- Paulová F.P. „Suplementácia mikronutrientov v onkológii“, *Onkológia*, 2021
- Paulová P. „Microbiota in foods from Inuit traditional hunting“ *Plos ONE*, 2020
- Paulová P. „The microbial composition of dried fish prepared according to Greenlandic Inuit traditions and industrial counterparts“, *Food Microbiology*, 2020
- Paulová P. „Špecifiká vo výžive onkologického pacienta“ *Nutrition News*, 2019
- Paulová P., Minárik P., "Diéta pri ochoreniach pažeráka, žalúdka a dvanástnika" Vydavateľstvo Kontakt 2016; (Lekárska kniha s dietologickými doporučeniami pri ochoreniach gastrointestinálneho traktu so 100 receptami šetriacej diéty)

## ODBORNÉ PREDNÁŠKY

- Paulová F.P. „Prevencia onkologických ochorení úpravou stravovania“ Dni praktickej obezitologie a metabolickeho syndromu, 2022
- Paulová F.P. „The association between intestinal microbiome, obesity and cognitive functions in the elderly: the effect of regular exercise“ Congress on Obesity, 2022
- Paulová F.P. „Vzťahy medzi črevným mikrobiómom, obezitou a kognitívnymi funkciami u seniorov: účinky pravidelného cvičenia“ Diabetologické Dni, 2022
- Paulová F.P. „Vzťahy medzi črevným mikrobiómom, obezitou a kognitívnymi funkciami u seniorov: účinky pravidelného cvičenia“ Obezitologické Dni, 2019
- Paulová F.P. „Podvýživa onkologického pacienta“ *Nutricia*, 2021, SVLP kongres
- Paulová F.P. „Výživa a obezita v kontexte Covid-19“ BMC SAV, Lek. Dni, 2021
- Paulová F.P. „Výživa vylicených onkologických pacientov a špecifiká u TGCT survivors“ BMC SAV, Bratislavské Onkologické Dni, 2020
- Paulová F.P. „How does the three-month intensive supervised exercise training modulate gut microbiome and cognitive functions in seniors“ Ob. Dni, 2020
- Paulová P. „How does the three-month intensive supervised exercise training modulate gut microbiome and cognitive functions in seniors, Denmark, 2020

## DOPLŇUJÚCE VZDELANIE

- 2022 EASO Summer School – Management of Obesity, France
- 2015 TOEFL Anglická skúška, level C2
- 2012 FCE English Cambridge Certifikát, level B2
- 2012 Anglický letný kurz, Embassy, Anglicko