

ABSTRAKT

Úvod: I přes moderní metody léčby obezity, jako je farmakoterapie a bariatrická chirurgie, zůstává intervence životního stylu nadále klíčovým článkem terapie. Změna pohybových a stravovacích zvyklostí vedoucí k negativní energetické bilanci je předpokladem pro redukci hmotnosti. Jedná se nepochybně o dlouhodobý proces, při kterém pacient potřebuje odborný dohled multidisciplinárního týmu zdravotníků. Nutriční terapeut poskytuje obéznímu pacientovi individualizovaná dietní doporučení s ohledem na jeho zdravotní stav a aktuální životní podmínky. Pravidelná nutriční intervence tak může přispět k vyšší úspěšnosti redukčního režimu.

Cíle: Cílem práce je zjistit, jaký vliv má nutriční intervence na vývoj tělesné hmotnosti, tělesného složení a změnu stravovacího režimu u výzkumného souboru obézních pacientů, kteří v průběhu 6 měsíců docházeli na konzultace s nutričním terapeutem. Pro porovnání změn tělesné hmotnosti byl zvolen kontrolní soubor pacientů obezitologické ambulance, kteří byli pouze v péči lékaře a neabsolvovali žádnou konzultaci s nutričním terapeutem nebo absolvovali maximálně jednu nutriční konzultaci.

Metodika: Sběr dat probíhal na III. interní klinice, klinice endokrinologie a metabolismu 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, konkrétně v ambulanci nutričních terapeutů. Do výzkumu bylo zapojeno 24 nových pacientů obezitologické ambulance s BMI > 30 kg/m², u kterých došlo v období duben – srpen 2021 k zahájení nutriční intervence. Získány byly vstupní údaje o hmotnosti, tělesném složení, energetickém příjmu a složení stravy. Stejná data byla analyzována po 6 měsících, během kterých pacienti docházeli na konzultace k nutričnímu terapeutovi v intervalu 2-3 měsíců. Údaje o hmotnosti a tělesném složení, konkrétně množství tukové a svalové tkáně, poskytlo měření na bioimpedančním přístroji InBody230. Data o energetickém příjmu a složení stravy byla získána z 7denního záznamu stravy v aplikaci „Kalorické Tabulky“. Získaná data byla následně statisticky zpracována a vyhodnocena.

Výsledky: Průměrný pokles hmotnosti po 6 měsících nutriční intervence byl u výzkumného souboru 5,9 ± 5,1 kg. Pokles tukové tkáně činil průměrně 5,2 ± 5,0 kg, zatímco průměrné množství svalové tkáně kleslo o pouhých 0,1 ± 0,9 kg. Průměrný vstupní energetický příjem byl 8 070 ± 1 598 kJ, kde bílkoviny tvořily průměrně 88 g, tuky 82 g, sacharidy 191 g a vláknina 16 g. Po 6 měsících se energetický příjem snížil průměrně o 1 309 ± 1 004 kJ na 6 760

$\pm 1\,325$ kJ. Průměrný příjem živin byl výstupně 82 g bílkovin, 63 g tuků, 168 g sacharidů a 16 g vlákniny. U kontrolního souboru došlo po 6 měsících k průměrnému poklesu tělesné hmotnosti o $0,9 \pm 4,3$ kg. U výzkumného souboru došlo ke statisticky významnému poklesu hmotnosti, na rozdíl od kontrolního souboru, kde pokles hmotnosti statisticky významný nebyl. Zároveň byla prokázána lineární závislost mezi výsledným úbytkem hmotnosti a počtem nutričních konzultací.

Závěr: Na základě výsledků tohoto výzkumu lze říct, že opakovaná nutriční intervence vede u obézních pacientů k významnějšímu poklesu tělesné hmotnosti. U výzkumného souboru došlo ke ztrátě tukové tkáně při současném zachování tkáně svalové, což představuje klíčový faktor dlouhodobé udržitelnosti redukčního režimu. Nutriční intervence vedená nutričním terapeutem by se měla stát bazální součástí léčby obezity.

Klíčová slova: nutriční intervence, nutriční terapeut, tělesná hmotnost, tělesné složení