

ABSTRAKT

Diplomová práce se zabývá obezitou v domovech seniorů a v domovech se zvláštním režimem. Cílem práce je zjistit rozložení obézních klientů v sociálních zařízeních, zjistit přítomnost sarkopenie mezi obézními klienty, podávanou redukční dietu a edukovanost klientů o redukční dietě, obezitě a jejich následcích. Teoretická část diplomové práce popisuje problematiku stárnutí, obezity a sarkopenie. V praktické části je potvrzena přítomnost obezity u zařazených klientů na základě výpočtu BMI, poměru pas/boky a změření množství tukové hmoty. Je zjištěna četnost obezity androidní a gynoidní. Dále je zjištěna přítomnost sarkopenie u obézních klientů na základě měření síly stisku ruky dynamometrem a měření svalové a tukové tkáně přístrojem Tanita. Je zjištěna přítomnost redukční diety a edukovanost klientů o dietě a riziku obezity. Jsou zhodnoceny jídelní lístky a jejich nutriční složení. Je vyhodnocen dotazník, jehož otázky jsou zaměřeny na životní styl klientů, především snižování tělesné hmotnosti během života, jídelní zvyklosti a pohybovou aktivitu.

Na základě poznatků teorie a praxe bylo předpokládáno, že obézní klienti tvoří minoritní část seniorů v sociálních zařízeních, ale většina z nich bude trpět sarkopenií. Dále bylo předpokládáno, že nebudou dostatečně edukováni o rizicích obezity a o redukční dietě. Poslední předpoklad určoval jídelní lístky jako nevhodně poskládané. Všechny tyto předpoklady byly na základě nejnovějších poznatků potvrzeny a byla navržena režimová opatření.

KLÍČOVÁ SLOVA

Stárnutí, obezita, sarkopenie, sarkopenická obezita, redukční dieta