

Abstrakt

Název diplomové práce: Aktivní stárnutí - hodnocení vybraných funkčních parametrů u osob vyššího věku

Cíle: Cílem této diplomové práce bylo vyhodnotit úroveň vybraných funkčních parametrů a dále zhodnotit, jaký byl vztah mezi úrovní fyzické aktivity, 6. minutovým testem chůze a funkční zdatností dolních končetin u zdravých starších dospělých. Získané výsledky byly porovnány s výsledky studie na partnerské univerzitě v Holandsku.

Metody: Náhodný výběr z populace zdravých seniorů v České republice ve věku 60. – 80. let rozdělený na: Skupina 1 (< 67 let) a skupina 2 (> 67 let). Byla provedená série hodnotících testů: šestiminutový test chůze, test pětinasobného vstávání a sedání na židli a zhodnocení úrovně fyzické aktivity prostřednictvím Saltin Grimby Physical Activity Level Scale.

Výsledky: Průměrná hodnota dosažené vzdálenosti 6m WT byla u této populace 574 metrů (SD 46,7). Skupina 1 (< 67 let) dosáhla průměrné vzdálenosti 602 metrů, kdežto probandi ve skupině 2 (> 67 let) ušli v průměru 546 metrů. Ve vztahu mezi PAL a 6mWT je korelační koeficient pro celou populaci $r(18) = 0,631$, $p < 0,01$, což značí středně silnou korelaci. Korelační koeficient pro celou populaci v hodnocení vztahu mezi FTSST a 6mWT je $r(18) = -0,648$, $p < 0,01$, což značí nepřímou středně silnou míru korelace na hladině významnosti 0,01. Seniori v České republice dosáhli v měřených parametrech lepších výsledků oproti seniorům ze studie partnerské univerzity v Holandsku, konkrétně jejich rychlost chůze byla 1,59 m/s (SD 0,13) oproti 1,17 m/s (SD 0,27) a zároveň byla zjištěna vyšší míra korelace mezi PAL a rychlostí chůze v celé populaci – $r(18) = 0,631$ oproti $r(38) = 0,589$.

Klíčová slova: Stárnutí, Fyzická aktivita, Zdraví