

## **Vztah mezi stravovacími vzorci a depresivními symptomy u starších dospělých**

### **Abstrakt**

**Úvod:** Deprese pozdního věku je častá duševní porucha u osob starších 65 let a nabývá na důležitosti v důsledku progresivního stárnutí populace celosvětově. Je to multietiologické onemocnění, které může být více modifikované environmentálními faktory, včetně výživy, než deprese v nižším věku.

**Cíle:** Cílem této diplomové práce bylo sumarizovat široké spektrum rizikových faktorů deprese pozdního věku, představit předpokládané mechanismy efektu zdravého stravování na depresi pozdního věku a longitudinálně posoudit vztah mezi depresivními symptomy a adherencí ke zdravému výživovému vzorci.

**Metody:** V této práci byla použita longitudinální data od 4117 českých participantů studie Health, Alcohol and Psychosocial factors In Eastern Europe. Depresivní symptomy byly měřeny pomocí CES-D škály v šesti časových bodech, nutriční data pochází z frekvenčního dotazníku sbíraného na počátku studie. Metoda modelování růstových křivek byla použita pro hlavní analýzu a následně pro analýzu stratifikovanou podle pohlaví.

**Výsledky:** Výsledky ukázaly inverzní asociaci mezi intenzitou depresivních symptomů a adherencí ke zdravému výživovému vzorci. CES-D skóre bylo nižší na počátku studie a ve všech následujících vlnách u respondentů s vysokým HDI. Vztah se dále lišil podle pohlaví, u žen byla tato asociace statisticky významná, u mužů nikoliv.

**Závěr:** Tato práce obohacuje naše porozumění nutriční psychiatrii v často přehlížené populaci starších dospělých z regionu střední a východní Evropy, a dále zdůrazňuje potřebu dalšího výzkumu.

**Klíčová slova:** deprese pozdního věku, zdravé stravovací vzorce, HDI, HAPIEE

