

Bakalářská práce si klade za cíl zjištění úrovně zdravotně nutričního stavu starých lidí, rizikových faktorů pro vznik malnutrice ve vybraném vzorku populace z Domova pro seniory v Praze 10 Malešicích. Teoretická část se věnuje gerontologii a geriatrii, vědě o stáří, teoriím stárnutí, charakteristice výživy, doporučeným dávkám pro seniory, nemocem v této fázi života a také problematice malnutrice. Svou početností v populaci a změnami ve stáří tvoří senioři rizikovou skupinu z hlediska malnutrice, setkáváme se však u nich i s opačným jevem, obezita dnes nepostihuje nejen střední populaci a děti. Praktická část využívá výsledků z průzkumného šetření formou dotazníku Mini-Nutritional Assessment (MNA), zhodnocující výživový stav vybraných obyvatel, a laboratorních parametrů krve. Získané skóre z dotazníku rozdělilo soubor seniorů na 3,8% v malnutrici, 30,8% v riziku malnutrice a 65,4% v dobrém nutričním stavu. Za statisticky významný pro vznik malnutrice byl prokázán stav psychiky, úroveň mobility a soběstačnost při jídle. Dosažené skóre z dotazníku pozitivně koreluje se sérovými bílkovinami, albuminem a prealbuminem. Správná výživa, dostatek pravidelného a vhodného pohybu, kontakt s okolím výrazně zlepšuje a prodlužuje život.