

ABSTRAKT

Úvod: Předkládaná práce se zabývá vlivem minimalistické obuvi na plosku nohy. Minimalistická obuv je trend posledních přibližně deseti let, nicméně její dlouhodobý efekt na lidské tělo v současné době je jen málo prozkoumaný.

Cíl: Zjistit, jak a zda se projeví půlroční nošení minimalistické obuvi na chodidle, respektive na plosce nohy. Předpokládali jsme rozšíření distální části chodidla a zlepšení stavu podélné klenby nohy.

Metodika: Výzkum byl proveden srovnáním hodnot dvou proměnných, před intervencí a po ní, u sledované skupiny (smíšený soubor 11 probandů) a kontrolní skupiny (smíšený soubor 7 probandů). Do sledované skupiny byly vybrány osoby bez předchozí zkušenosti s nošením minimalistické obuvi a intervenci tvořilo její půlroční nošení. Kontrolní skupina chodila ve své běžné obuvi, stejně jako před výzkumem. Hodnocené parametry (index plochonoží Chippaux-Šmirák a úhel palce) byly získané v rámci dvou měření. První měření proběhlo během října 2020 a druhé v březnu 2021. Na přístroji PodoCam 2.0 byl zaznamenán otisk chodidla a následně převeden na index plochonoží Chippaux-Šmirák, druhá hodnota – úhel palce – byla naměřena využitím goniometru.

Výsledky: Použitím Welchova t-testu jsme potvrdili hypotézu 1 ($p=0,009$), tedy že po půl roce nošení minimalistické obuvi dochází ke statisticky významnému snížení hodnoty indexu plochonoží Chippaux-Šmirák a taktéž hypotézu 2 ($p=0,03$), která předpokládá, že dojde ke snížení úhlu palce.

Závěr: Dlouhodobé nošení minimalistických bot u zdravých jedinců má vliv na snížení indexu plochonoží Chippaux-Šmirák a na snížení úhlu palce.