

Abstrakt

Název diplomové práce: Kvalita života a tělesné sebepojetí seniorské populace

Cíle: Hlavním cílem práce je analýza kvality života seniorů s ohledem na místo, kde žijí a míru pohybových aktivit vykonávaných v minulosti a současnosti. Respondenty rozdělujeme na jedince žijící v domovech pro seniory a jedince bydlící ve svém přirozeném prostředí. Chceme tak především zjistit, zda se tyto dvě skupiny liší v daných oblastech života či nikoli. Dalším kritériem, podle kterého rozdělujeme a porovnáváme je množství pohybové aktivity v minulosti a současnosti. Cílem tohoto rozdělení je zjistit vliv pohybové aktivity na současnou kvalitu života seniora.

Metody: Prostředkem pro získání informací do naší práce byl dotazník v papírové podobě. Po analýze několika dotazníků zaměřených na kvalitu života byl vybrán dotazník SQUALA. K vyhodnocení výsledků jsme použili statistické metody pro neparametrická data.

Výsledky: Výsledky potvrdily vztah mezi pohybovou aktivitou a vyšší mírou kvality života. Naopak jsme vyvrátili očekávání lepší kvality života v dimenzi zdraví u seniorů žijících doma. Dále jsme zjistili, že senioři žijící v domovech pro seniory hodnotí kvalitu života v celkovém součtu lépe, než jedinci žijící ve svých domovech. Výsledky také ukázaly, že u našeho souboru nemělo místo, kde senioři žijí, vliv na množství vykonávané pohybové aktivity.

Klíčová slova: stáří, stárnutí, zdraví, pohybová aktivita, soběstačnost, domovy pro seniory, přirozené prostředí, spojenost, SQUALA