

## **Abstrakt**

### **Název:**

Referenční hodnoty síly stisku ruky u seniorů v České republice

### **Cíle:**

Cílem práce bylo vytvořit referenční hodnoty pro sílu stisku ruky a pro sílu stisku korigovanou BMI u seniorů na 50 let v České republice.

### **Metody:**

K výpočtu referenčních hodnot síly stisku ruky a síly stisku korigované BMI byla použita data získaná z mezinárodního projektu Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (SHARE). Referenční hodnoty byly založeny na percentilovém rozložení v závislosti na věku a pohlaví, kromě toho byly vytvořeny percentilové nomogramy.

### **Výsledky:**

Výzkumný soubor tvořilo celkem 1 787 mužů průměrný věk  $64,5 \pm 8,8$  a 2 207 žen průměrný věk  $64,3 \pm 8,9$  let z České republiky. Muži v obou proměnných dosahovali vyšší hodnoty než ženy. Jak u žen, tak u mužů výkony v obou proměnných kontinuálně klesaly s věkem.

### **Závěry:**

Vytvořené referenční hodnoty mohou sloužit jako základní ukazatel při hodnocení fyzické kondice u seniorů v České republice.

**Klíčová slova:** fyzická výkonost, stařecká křehkost, sarkopenie