

Abstrakt

Název: Pohybová aktivita a její vliv na depresivitu u seniorů

Cíle: Hlavním cílem této práce bylo odhadnout vliv pohybových aktivit na depresivitu u populace starší 50 let.

Metody: Práce má charakter průřezové studie. Pro analýzu dat byla využita po registraci volně dostupná mezinárodní databáze projektu Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (SHARE). Pro odhad vlivu pohybových aktivit na depresivitu byly vypočítány generalizované lineární regresní modely pro binominální proměnné.

Výsledky: Do výzkumu bylo zapojeno 58 676 respondentů s průměrným věkem $67,3 \pm 9,6$ let. 55,3 % souboru tvořily ženy a zbytek byli muži. Nejsilnější vztah mezi depresivitou byl nalezen u aktivit vyžadujících střední výdej energie OR (95 % CI) = 0,755 (0,709-0,803).

Závěr: Analýza potvrdila, že pohybová aktivita statisticky významně ovlivňuje náchylnost k depresivitě u starší populace.

Klíčová slova: pohyb, deprese, stáří, duševní zdraví.