

POSUDEK VEDOUCÍHO DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název: Efekt cvičení pilates na stabilitu a chůzi u pacientů s roztroušenou sklerózou

Autor: Bc. Anna Gabrielová

Studijní obor: Fyzioterapie-magisterské

Vedoucí práce: Mgr. Klára Novotná

Oponent práce: MUDr. Martina Kůváří

Rok obhajoby: 2018

Cílem této diplomové práce bylo zhodnotit možnosti efekt cvičení Pilates u skupiny pacientů s roztroušenou sklerózou (RS). V teoretické části je charakterizováno onemocnění RS a stručně nastíněny možnosti léčby (zejména léčby rehabilitační). Další část teoretické části představuje popis cvičebního systému Pilates včetně shrnutí výsledků aktuálních studií sledující možnosti využití tohoto cvičení u různých populací pacientů. Poslední sekci teoretické části představuje kapitola shrnující dosavadní zkušenosti se cvičením Pilates u osob s RS. Praktickou část-tedy vlastní výzkum realizovaný studentkou představuje sledování 10 týdenního efektu cvičení Pilates u skupiny 32 osob s RS (21 pacientů v experimentální a 11 v kontrolní skupině). Výsledky objektivního a subjektivního vyšetření jsou statisticky zpracovány a prezentovány přehlednou formou tabulek a grafů. V diskusi pak studentka porovnává své výsledky se závěry obdobných zahraničních studií. Cíl práce objektivizovat efekt krátkodobého cvičení Pilates na chůzi a stabilitu u osob s RS byl splněn.

Zvolené téma je aktuální, efekt cvičení Pilates (stejně jako jiných cvičebních přístupů) je u osob s RS stále více sledován, protože se jedná o mezi pacienty populární metodu cvičení. V českém prostředí však dosud žádné studie prováděna nebyla. Realizace této pilotní (nerandomizované) studie je tedy jistě přínosná pro klinickou praxi.

Přínos práce spočívá také v přehledném a kvalitním zpracování této problematiky, studentka využila všechny dostupné zahraniční literární zdroje k tématu práce a výborně tak osvědčila schopnost práce s informačními zdroji. Studentka prokázala také velmi dobré praktické dovednosti při vedení vyšetřování pacientů a vedení vlastních skupinových hodin cvičení.

Z formálních náležitostí má práce včetně všech náležitostí 72 stran. Předepsaná struktura a proporcionalita teoretické a praktické část práce byla splněna. Práce obsahuje 7 tabulek zobrazujících výsledky včetně statistického vyhodnocení. Počet citací přesahuje doporučené množství s výrazným

množstvím zahraniční literatury (z celkem 66 referencí, pouze 16 českých). Grafická úprava a jazyková úroveň práce je kvalitní.

Při zpracování práce prokázala studentka samostatnost, na konzultace vždy přišla dostatečně připravena. Také její přístup k pacientům byl velmi profesionální.

Vzhledem k uvedeným skutečnostem doporučuji práci k obhajobě.

Navrhuji hodnocení: výborně

Otázky k obhajobě:

1. Proč si myslíte, že nedošlo po cvičení Pilates u osob s RS ke zlepšení chůze?
2. Ve Vaší skupině byly především pacienti s mírnějším neurologickým deficitem, myslíte si, že je cvičení Pilates vhodné i pro pacienty s větším pohybovým omezením?
3. Narazila jste při přípravě cvičebních hodin na některé cviky (nebo pomůcky) ze systému Pilates, které jsou podle Vás nevhodné pro osoby s RS?

V Praze 30.5.2018

Mgr. Novotná Klára

Handwritten signature of Klára Novotná in black ink on a light background.