

Seznam příloh

Příloha 1: Etická komise UK FTVS	2
Příloha 2: Informovaný souhlas	4
Příloha 3: Anketa vlastní konstrukce	6

Příloha 1: Etická komise UK FTVS

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Efekt aktivizačního programu na soběstačnost seniorů v pečovatelském domě

Forma projektu: výzkumná práce – bakalářská práce

Období realizace: duben 2023 – květen 2023

Výzkum bude realizován v souladu s platnými epidemiologickými opatřeními Ministerstva zdravotnictví ČR.

Předkladatel: Kateřina Sýkorová

Hlavní řešitel: Kateřina Sýkorová

Místo výzkumu (pracoviště): Pečovatelská služba – Centrum sociálních a zdravotních služeb města Příbram, Brodská 100, 261 01 Příbram

Spolurešitel(é): žádný

Vedoucí práce (v případě studentské práce): PhDr. Klára Daďová, Ph.D.

Finanční podpora: žádná

Popis projektu: Tématem práce bude sledování možnosti rozvoje zručnosti a jemné motoriky u klientů pečovatelského domu pomocí aktivizačního programu, který se bude skládat z cvičení a her. Cvičení bude probíhat jednou týdně po dobu 30 minut. Cvičení bude vždy probíhat s každým testovaným zvlášť, ať je možné individuálně přizpůsobit cvičení, přidat těžší cvičení, nebo naopak snazší. Tyto cvičení se budou aplikovat po dobu 8 týdnů, poté se zhodnotí pokroky a výsledky. Díky cvičení by mělo dojít ke zlepšení jemné motoriky, která napomůže ke snazšímu zvládnutí denních aktivit a sebeobsluhy. Metoda výzkumu bude kvaziexperiment kvalitativního charakteru. Výzkumu se bude účastnit pět členů skupina probandů z pečovatelského domu. Na počátku výzkumu skupina probandů podstoupí Moberg Pickup test, díky kterému budeme mít vstupní informace o jejich zručnosti a citlivosti, citaci uvádím níže.

Ng, C. L., Ho, D. D., & Chow, S. P. *The Moberg Pickup Test: Results of testing with a Standard Protocol. Journal of Hand Therapy*, 1999. 309-312.

Po skončení programu bude testování zopakováno a budeme tak moci výsledky porovnat. Skupina taktéž vyplní krátký vstupní dotazník. Samotný program během experimentu bude pomocí cvičení a her. Během cvičení bude zaznamenáván jejich čas a kvalita provedení, pro následné porovnání výsledků. Cvičení budou obsahovat například přesouvání a předávání předmětů, stlačování míčků apod. První lekcce bude začínat základním seznámením s klientem a společně vyplnění vstupního dotazníku. Dále účastníka seznámím s průběhem následujících lekcí a absolvuje Moberg Pickup test. Test se skládá z krabičky, ve které je umístěno 12 kovových běžných předmětů. Úkolem je všechny předměty vložit do krabičky bez jejich posouvání. Test se provádí každou rukou zvlášť. Poté se test opakuje bez zrakové kontroly a testující má za úkol ještě rozpoznat předmět v ruce. Výsledky jsou hodnoceny rychlostí provedení a úspěšností rozpoznávání předmětů. Každou lekcce započneme krátkým rozhovorem, jak se účastník po posledním cvičení cítí, a začneme jednoduchým rozvíjením. Při poslední lekcce účastník vyplní výstupní dotazník a společně zhodnotíme provedení výzkumu. Vhodnost cviků prokonzultována s vedoucím bakalářské práce.

Charakteristika účastníků výzkumu: Výzkumu se bude účastnit pětičlenná skupina probandů starších 70 let – 90 let, kteří mají platnou zdravotní prohlídku. Účastník musí být schopen se udržet sám bez pomoci vsedě, ať už na židli, či na vozíku, aby mohl být u stolu. Účastníky bude vybírat vedoucí pečovatelského domu Bc. et Bc. Kateřina Brožiková, DiS. Vedoucí má přehled o klientech domu a vytipuje mi vhodné kandidáty na výzkum, popřípadě bude toto konzultovat s pečovatelkami, které jsou s nimi denně v kontaktu. Do projektu nemůže být zařazen proband, který bude mít zranění, akutní zejména infekční onemocnění nebo proband s jakýmkoliv onemocněním či omezením pohybového aparátu a v rekonvalescenci po onemocnění či úrazu.

Zajištění bezpečnosti: Jedná se o neinvazivní metodu. Cvičení budou probíhat vsedě u stolu, takže riziko pádu může hrozit jedině při přesunu ke stolu. Účastníky budu při přesunech doprovázet, pokud bude třeba jištění či podpory. Pokud by nastaly jakékoliv komplikace, budu mít telefonní číslo na stálou pečovatelku a na vrátného. Pečovatelky se střídají, ale vždy u sebe mají pracovní telefon, na který budu v případě potřeb volat. Telefon na zodpovědného vedoucího pracovníka, tedy Bc. et Bc. Kateřinu Brožikovou, DiS, budu mít taktéž u sebe, pro případ nouze. U cvičení není potřeba předchozího protažení, protože samo cvičení je na rozhýbání, citlivost a uvědomění si ruky a jejich svalů. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu. Bezpečnost bude zajištěna standardním způsobem.

Etické aspekty výzkumu: Výzkum je zaměřený na rozvoj jemné motoriky a zručnosti u seniorů v pečovatelském domě. U lidí v tomto věku jemná motorika již nikdy není tak kvalitní, jako v předchozích letech, její cvičení a rozvoj jsou proto vždy přínosné. Tím přispějeme k případně kvalitnější sebeobsluhy a zvládnutí denních aktivit.

Při výzkumu bude zohledněn vyšší věk respondentů a všechny pomůcky budou s větším textem, vysvětlování dané aktivity bude s vyšší hlasitostí a pomalým přednesem, popřípadě vysvětleno vícekrát, s trpělivostí.

Potenciální střet zájmů: Výzkum bude prováděn v Pečovatelské službě Brodská 100. Pečovatelská služba spadá pod Centrum sociálních a zdravotních služeb města Příbram. Já jakožto výzkumník ani organizace Pečovatelská služba nebudeme mít z výsledku výzkumu žádný osobní prospěch a nebude jím ohrožena integrita, kvalita ani důvěryhodnost výzkumu. Výzkum není prováděn pro žádnou instituci či organizaci. Nejsem v pracovně právním (ani rodinném) vztahu k žádnému účastníkovi výzkumu. Neexistuje žádná skutečnost, která by mohla ovlivnit objektivitu výzkumu. Nemám soukromý zájem na výsledku výzkumu a ani výzkum nevede k osobnímu prospěchu. Vedoucí práce bude dohlížet nad korektností a nestranností posuzování výsledků výzkumu mou osobou.

Ochrana osobních dat: Data budou shromažďována a zpracovávána v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje: jméno, věk, pohlaví, sportovní aktivity během života a jejich pohybové aktivity a činnosti v pečovatelském domě a další data získaná výše uvedenými metodami - které budou bezpečně uchovány v písemné či elektronické podobě v počítači pod heslem v uzamčeném prostoru. Přístup k nim budu mít pouze já. Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby – budu dbát na to, aby jednotliví účastníci nebyli rozpoznatelní v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou do 1 dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.

Požizování fotografií: Během výzkumu budou pořizovány fotografie rukou tak, aby byla viditelná kvalita provedených testů a mohlo dojít k porovnání po intervenci, případně k lepšímu popisu použité metody v bakalářské práci. Fotografie budou využity pouze pro potřeby výzkumu a po jeho dokončení budou ihned smazány, tj. nebudou nikdy publikovány.

Požizování fotografií/videí/audio nahrávek účastníků:

Během výzkumu nebudou pořizovány žádné audionahrávky a videozáznamy.

V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Text informovaného souhlasu (IS): přiložen zjednodušený IS ve formě úvodu k dotazníku přiložen

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebeurčení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně.

Potvrzuji, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 31.3.2023

Podpis předkladatele:

Datum a podpis odpovědného pracovníka z místa výzkumu:

Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martinková, Ph.D.

Členové: prof. MUDr. Jan Heller, CSc.

prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

Mgr. Tomáš Ruda, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: 113/2022

dne: 4. 4. 2023

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a neshledala rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnici pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise UK FTVS.

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6
razítko UK FTVS

podpis předsedkyně EK UK FTVS

Příloha 2: Informovaný souhlas

INFORMOVANÝ SOUHLAS k žádosti 213/2022

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se Všeobecnou deklarací lidských práv, nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů a dalšími obecně závaznými právními předpisy (*jakož jsou zejména Helsinská deklarace, přijatá 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964 ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013); Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zejména ustanovení § 28 odst. 1 zákona č. 372/2011 Sb.) a Úmluva o lidských právech a biomedicině č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné*), Vás žádám o souhlas s Vaší účastí ve výzkumném projektu na UK FTVS v rámci bakalářské práce s názvem Efekt aktivizačního programu na soběstačnosti seniorů v pečovatelském domě prováděné v Pečovatelské službě Centra sociálních a zdravotních služeb města Příbram, Brodská 100, 261 01 Příbram.

1. Projekt bude probíhat v období: duben 2023 – květen 2023
2. Výzkum bude realizován v souladu s platnými epidemiologickými opatřeními Ministerstva zdravotnictví ČR.
3. Projekt není financován.
4. Cílem výzkumného projektu je zlepšení zručnosti a jemné motoriky účastníka vedoucí ke snazšímu zvládnutí denních aktivit a sebeobsluhy.
5. Způsob zásahu bude neinvazivní. Budete se účastnit pohybového programu zaměřeného na rozvoj zručnosti a jemné motoriky. Program bude obsahovat několik cvičení a her, žádné cvičení není fyzicky náročné. Bude se jednat o obkreslování určitých tvarů, předávání pomůcek z ruky do ruky, cvičení na úchop apod. Program bude také obsahovat vstupní dotazník před zahájením výzkumu a po jeho dokončení.

První lekce bude začínat základním seznámením s Vámi a společným vyplněním vstupního dotazníku. Dále Vás seznámím s průběhem následujících lekcí a absolvuje Moberg Pickup test, díky kterému budeme mít vstupní informace o Vaší zručnosti a citlivosti. Test se skládá z krabičky, ve které je umístěno 12 kovových běžných předmětů. Úkolem je všechny předměty vložit do krabičky bez jejich posouvání. Test se provádí každou rukou zvlášť. Poté se test opakuje bez zrakové kontroly a testující má za úkol ještě rozpoznat předmět v ruce. Každou lekci započneme krátkým rozhovorem, jak se po posledním cvičení cítíte, a začneme jednoduchým rozcvičením. Při poslední lekci vyplníte výstupní dotazník a společně zhodnotíme provedení výzkumu a Moberg Pickup test bude zopakován a budeme tak moci výsledky porovnat.

Samotný program během experimentu bude naplněn cvičeními a hrami. Během cvičení bude zaznamenáván čas a kvalita provedení, pro následné porovnání výsledků. Cvičení budou obsahovat například přesouvání a předávání předmětů, stlačování míčků apod.

Všechna cvičení budou probíhat vsedě u stolu, takže riziko pádu může hrozit jedině při přesunu ke stolu. Dle potřeby budu probandy při přesunech doprovázet, pokud bude třeba jištění či podpory. Pokud by nastaly jakékoliv komplikace, budu mít telefonní číslo na stálou pečovatelku a na vrátného. Pečovatelky se střídají, ale vždy u sebe mají pracovní telefon, na který budu v případě potřeb volat. Telefon na zodpovědného vedoucího pracovníka, tedy Bc. et Bc. Kateřinu Brožíkovou, DiS, budu mít taktéž u sebe, pro případ nouze. U cvičení není potřeba předchozího protažení, protože samo cvičení je na rozhýbání, citlivost a uvědomění si ruky a jejich svalů. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu. Bezpečnost bude zajištěna standardním způsobem.

6. Časová náročnost projektu: cvičení bude probíhat jednou týdně po dobu 30 minut. Cvičení budou probíhat po dobu 8 týdnů. Počet opakování jednotlivých cviků se bude odvíjet od kvality provedení cviku a jeho rychlosti.

Projektu se může účastnit osoba, pokud nebude odpovídat zmíněným požadavkům pro zapojení do výzkumu. Do projektu nemůžete být zařazen/a, jestliže bude mít zranění, akutní (zejména infekční) onemocnění nebo jakémkoliv onemocnění či omezení pohybového aparátu a bude v rekonvalescenci po onemocnění či úrazu.

7. Přínosem tohoto výzkumného projektu bude procvičení jemné motoriky, možné zlepšení, socializace a vyplnění volného času.
8. Účast v projektu je dobrovolná a nebude finančně ohodnocena.
9. Data budou shromažďována a zpracovávána v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje: jméno, věk, pohlaví, sportovní aktivity během života a jejich pohybové aktivity a činnosti v dšpm domě a další data získaná výše uvedenými metodami, které budou bezpečně uchovány v písemné či elektronické podobě v počítači pod heslem v uzamčeném prostoru. Přístup k nim budu mít pouze já. Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby – budu dbát na to, aby jednotliví účastníci nebyli rozpoznatelní v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou do 1 dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.
10. Během výzkumu nebudou pořizovány žádné audionahrávky a videozáznamy, ale pouze **fotografie** rukou tak, aby byla viditelná kvalita provedených testů a mohlo dojít k porovnání po intervenci, případně k lepšímu popisu použité metody v bakalářské práci. Fotografie budou využity pouze pro potřeby výzkumu a po jeho dokončení budou ihned smazány, tj. nebudou publikovány.
11. S celkovými výsledky a závěry výzkumného projektu se může proband seznámit na telefonním čísle 774 924 804.
12. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele projektu: Kateřina Sýkorová

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení: Kateřina Sýkorová Podpis:.....

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl(a) možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal(a) jasné a rozumitelné odpovědi na své dotazy. **Potvrzuji, že mám platnou zdravotní prohlídku.** Byl(a) jsem poučen(a) o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS, která bude následně informovat předkladatele projektu. Dále potvrzuji, že mi byl předán jeden originál vyhotovení tohoto informovaného souhlasu.

Místo, datum

Jméno a příjmení účastníka Podpis:

Příloha 3: Anketa vlastní konstrukce

1. Pohlaví – žena, muž
2. Jaký je váš věk?
3. Jak dlouho žijete v Domě s pečovatelskou službou?
4. Máte nějaké zdravotní problémy? Jaké?
5. Myslíte si, že jste aktivní senior?

Na škále od 1 do 10 zhodnoťte (1 nejméně – 10 nejvíce)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

6. Věnujete se nějaké pohybové aktivitě? Jaké? Jak často?
7. Věnoval/a jste se v mládí nějaké pohybové aktivitě?
8. Je pro Vás nějaká ze všedních činností náročná? Jaká?
9. Máte problém se sebeobsluhou?

Na škále od 1 do 10 zhodnoťte (1 nejméně – 10 nejvíce)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

10. Máte zdravotní problém s horními končetinami (nízká citlivost, třes, špatná koordinace pohybů,...)? Jaký?

Na škále od 1 do 10 zhodnoťte (1 nejméně – 10 nejvíce)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

11. Jakého cíle chcete dosáhnout pomocí aktivizačního programu?