

Abstrakt

Název: Vliv nošení bosé obuvi na tvar chodidel a subjektivní pocity probandů

Cíle: Cílem práce bylo zjistit, zda přechod z konvenční obuvi na bosou obuv povede k tvarovým změnám chodidla. Dále bylo zjišťováno, jak budou probandi změnu obuvi hodnotit a zda se u nich během intervence objeví bolesti. V neposlední řadě byla pozornost věnována intra-individuálním a genderovým rozdílům v reakcích na změnu.

Metody: Nerandomizovaný výzkumný soubor tvořilo 9 dobrovolníků (5 žen, 4 muži, průměrný věk 33,5 let). Tito jedinci se dobrovolně a nezávisle na výzkumném šetření rozhodli pro změnu z běžné obuvi na bosou. Výzkum trval 3 měsíce, v jejichž průběhu zkoumaní jedinci zaznamenávali své subjektivní pocity. Za použití jednoskupinového pretest-posttest designu bylo na začátku a na konci výzkumu realizováno objektivní měření tvarových charakteristik chodidel pomocí softwaru DomeScan IVB. Výsledky byly statisticky zpracovány pomocí programu Excel a převedeny do grafické podoby. Anketní šetření se skládalo z úvodního, pravidelného týdenního a závěrečného formuláře.

Výsledky: U probandů došlo k tvarovým změnám chodidel, které však nebyly statisticky výrazné. Zúčastnění hodnotili přechod z konvenční na bosou obuv pozitivně i přes bolesti, které se v průběhu šetření objevily. Bez výjimky byly zaznamenány rozdíly mezi pravou a levou nohou a mezi muži a ženami.

Klíčová slova: naboso, obuv, noha, chůze