



SLOŽENÍ STRAVY U OBÉZNÍCH PACIENTŮ



Autor: Lucia Balogová

Školitel: Eliška Sovová, prof. MUDr. Ph.D. MBA

Prezentováno na studentské konferenci SVOČ, Teoretické ústavy LF UP v Olomouci, 23.05. 2023

Úvod

Kardiovaskulární onemocnění jsou nejčastější příčinou úmrtí ve vyspělém světě. Obezita patří k základním rizikovým faktorům. Snížení nadváhy a obezity je podle platných doporučení pro prevenci kardiovaskulárních onemocnění základní intervencí. Jedním ze způsobů, jak dosáhnout snížení hmotnosti u obézních pacientů, je kromě zvýšení energetického výdeje, také změna skladby jídelníčku (zejména zvýšení příjmu bílkovin a zeleniny/ovoce).

Cíl

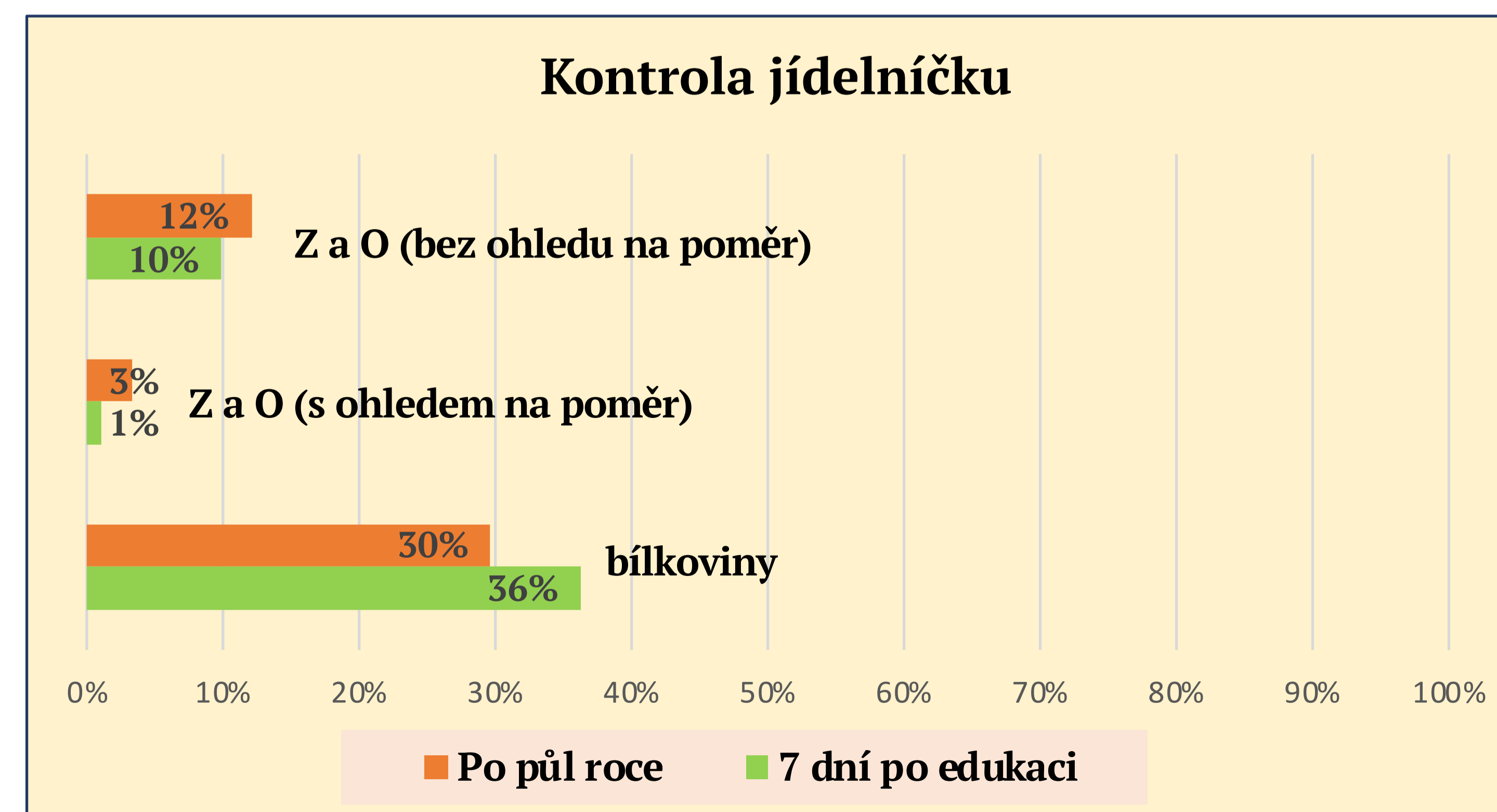
Edukace pacientů a následné kontroly stravování a antropometrických parametrů se záměrem snížení hmotnosti.

Soubor a metodika

Pro kontrolu jídelníčku konsekutivně zařazených pacientů v programu řízené redukce hmotnosti na Klinice tělovýchovného lékařství byli hodnocené zápisy do aplikace Kalorické tabulky. Do programu bylo zařazeno 34 mužů průměrného věku 49 let a 57 žen průměrného věku 51 let. Pro potřeby práce a sledování vývoje změn byly vybrány záznamy z jídelníčku v čase 7 dní po edukaci pacienta a půl roku po edukaci, a zároveň změny antropometrických parametrů v průběhu programu.

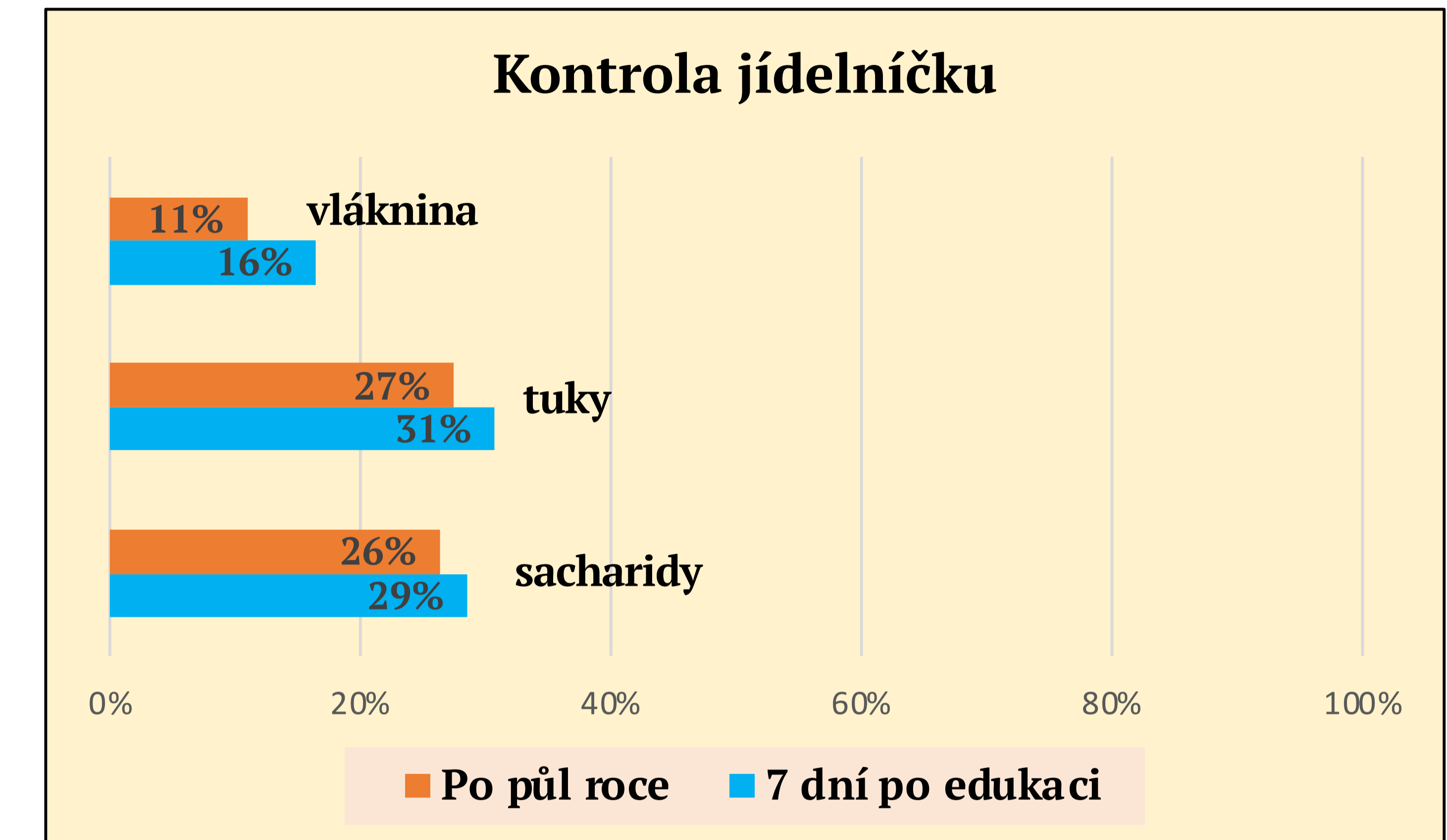
Výsledky

Příjem bílkovin v čase 7 dní po edukaci dodrželo 33 pacientů (36%), půl roku po edukaci byl počet 27 (30%). Počet pacientů, kteří dodrželi příjem zeleniny (Z) a ovoce (O) vyšší než 500g, a to v poměru 3:2 (zelenina:ovoce) 7 dní po edukaci byl 1 (1%), půl roku po edukaci byl 3 (3%). Bez ohledu na poměr, příjem vyšší než 500g dodrželo 7 dní po edukaci 9 pacientů (7%), půl roku po edukaci 11 pacientů (12%) (**Obr. 1**).



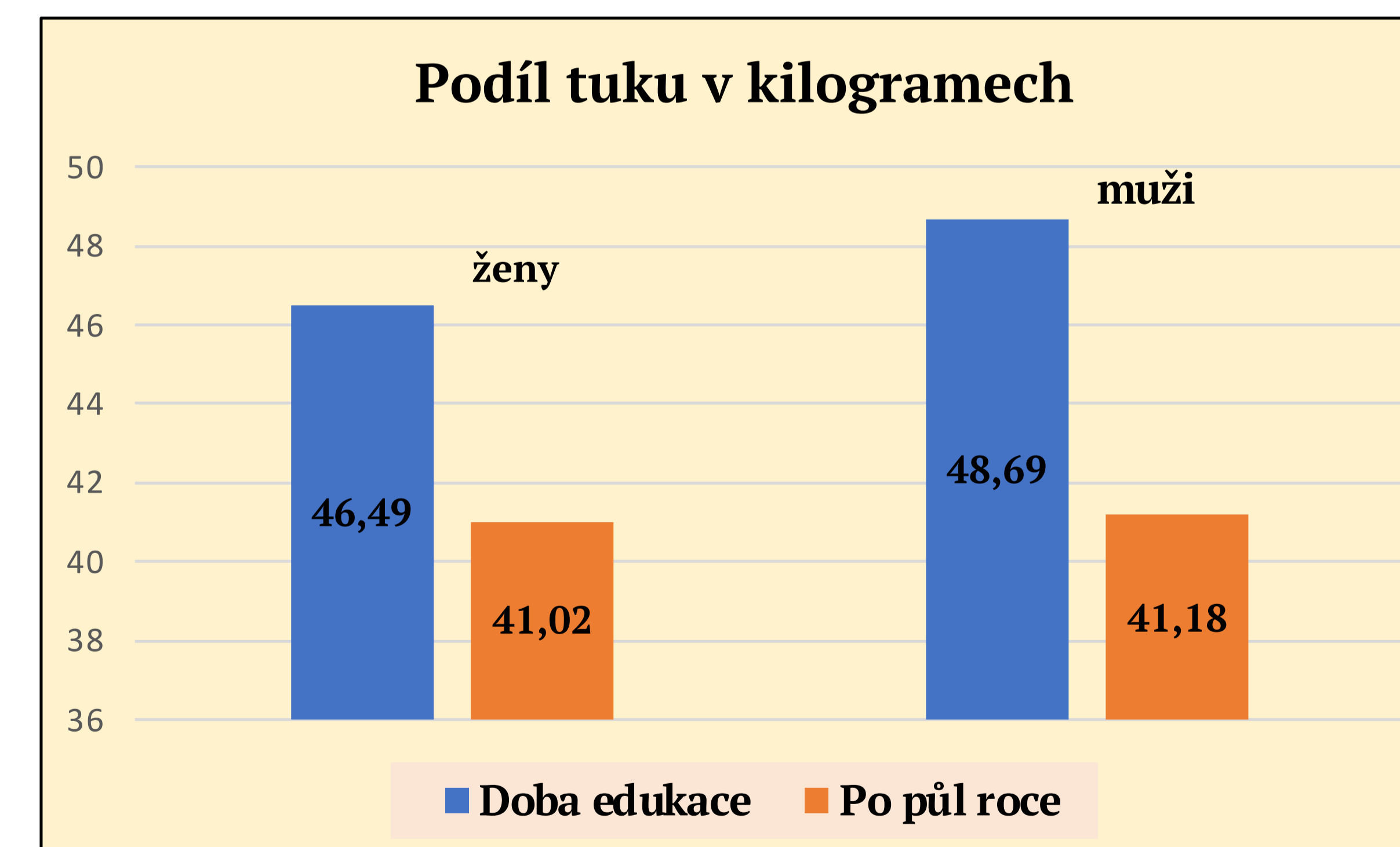
Obrázek 1

Doporučený příjem sacharidů 7 dní po edukaci dodrželo 26 pacientů (29%), půl roku po edukaci 24 osob (26%). Počet pacientů, kteří dodrželi příjem tuků byl 28 (31%), po půl roce klesl o 3 (27%). Dodržení doporučeného příjmu vlákniny bylo zaznamenáno u 15 pacientů (16%) týden po edukaci a 10 pacientů (11%) půl roku po edukaci (**Obr. 2**).

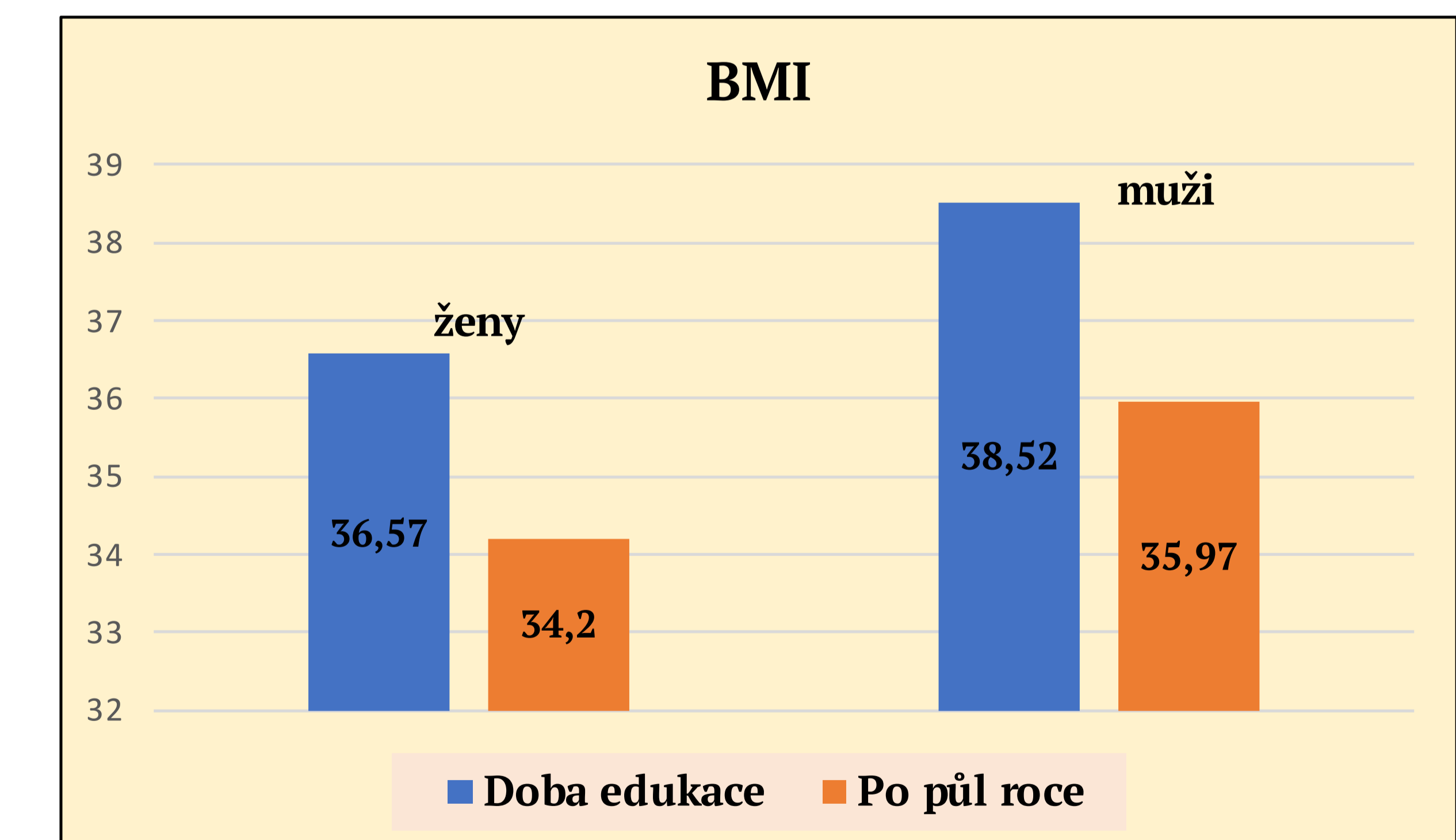


Obrázek 2

Z antropometrických parametrů byli zaznamenány údaje: BMI, hmotnost, absolutní podíl tuku v kilogramech a procentuální podíl tuku, a to v době edukace a následně po půl roce od edukace. Během půl roku průměrný pokles množství tuku v kilogramech (**Obr. 3**) byl u žen rovný 5,47kg, což představuje procentuální pokles o 2,53%, u mužů 7,51kg rovnající se rozdílu 3,94%, a související pokles BMI, u žen o hodnotu 2,37, rovnající se poklesu o 6% oproti původní hodnotě, u mužů o hodnotu 2,55, představující pokles o 7% původní hodnoty BMI. (**Obr.4**).



Obrázek 3



Obrázek 4

Závěr

I přes edukaci značné množství pacientů nedodržuje doporučené složení stravy s negativním dopadem na výsledný pokles BMI a zejména celkové zastoupení tuků. Do budoucna je potřeba cílit na zlepšení compliance pacientů a jejich dostatečné motivace o zlepšení zdraví.