

## Ocena zdolności do samodzielnego funkcjonowania w życiu codziennym osób starszych z uwzględnieniem zachowań żywieniowych

### *Self-assessment of capability functioning in daily life of elderly people with regard nutrition behaviors*

Ewa Błaszczyk-Bębenek, Anna Kostrz, Małgorzata Schlegel-Zawadzka

Wydział Nauk o Zdrowiu UJ CM w Krakowie, Instytut Zdrowia Publicznego, Zakład Żywienia Człowieka

#### Streszczenie

**Wstęp.** Wśród starszych osób, ze względu na charakterystyczne zmiany starzejącego się organizmu, następuje obniżenie zdolności do samodzielnego funkcjonowania, tj. samoobsługi i samoopieki. **Celem** badania była ocena umiejętności radzenia sobie w życiu codziennym ludzi po 70. roku życia, w tym zachowań żywieniowych, zamieszkujących w środowisku domowym, niewymagających stałej opieki lekarsko-pielęgniarskiej. **Materiał i metody.** Badanie zostało przeprowadzone wśród 133 pacjentów, w wieku 70-96 lat, znajdujących się pod opieką pielęgniarki środowiskowej. Wykorzystano wystandaryzowane skale do oceny badanej grupy – MNA, skalę Barthel, skalę Lawtona (IADL) oraz skrócony test Tinetti. W badaniach wzięto pod uwagę zróżnicowanie wynikające z płci badanych oraz możliwości opuszczania mieszkania. Udział w badaniu wzięło 41 mężczyzn oraz 92 kobiety w wieku  $79,80 \pm 6,20$  lat. **Wyniki.** Tylko 14% badanych mieszkało samotnie i były to istotnie częściej kobiety ( $p < 0,0129$ ). Według interpretacji BMI ponad 80% badanych ogółem miało nadwagę i otyłość. Grupy mężczyzn i kobiet nie różniły się pod względem oceny sprawności, zdolności do podstawowego funkcjonowania w życiu codziennym oraz ryzykiem upadków. Kobiety istotnie częściej przyjmowały, trzy lub więcej leków, ponad 92% w stosunku do 76% mężczyzn. Wśród niewychodzących z mieszkania, istotnie częściej występowały ograniczenia sprawności fizycznej, w wykonywaniu czynności dnia codziennego oraz istotnie większe było ryzyko upadków ( $p < 0,001$ ). Wszystkie osoby wychodzące z domu były samodzielne w zakresie spożywania posiłków niż osoby niewychodzące z mieszkania. **Wnioski.** Na podstawie uzyskanych wyników stwierdzono, że w badanej grupie możliwość opuszczania mieszkania ma istotny wpływ na stan odżywienia, sprawność fizyczną, złożone czynności dnia codziennego i ryzyko upadków. *Geriatrics 2016; 10: 231-239.*

*Słowa kluczowe: osoby starsze, samodzielność, ocena geriatryczna, ocena stanu odżywienia*

#### Abstract

**Background.** Among older people, due to the characteristic changes of ageing body, there is reduction in capacity for independent functioning, i.e. self-service and self-care. **The aim** of the study was to assess the ability to cope in everyday life people above 70. year of life, including eating behavior, living in the home environment, not requiring constant treatment and nursing care. **Material and methods.** The survey was conducted among 133 patients, aged 70-96 years, under the care of a community nurse. Standardized scales were used to examine the study group – MNA, Barthel, Lawton scale (IADL) and shortened Tinetti Test. The study took into account the diversity of the gender of respondents and the possibility of leaving the flat. The study involved 41 men and 92 women in average age  $79.80 \pm 6.20$  years. **Results.** Only 14% of respondents lived alone and were significantly more women ( $p = 0.0129$ ). According to the interpretation of BMI more than 80% of respondents were overweight and obese. A group of men and women did not differ in terms of the assessment of the efficiency, capacity to the basic functioning in everyday life and the risk of falls. Women took significantly more – 3 or more medicines, 92% compared to 76% men. Among not go out the flat were more frequent limitation of physical fitness, performing daily activities, and

was significantly higher risk of falls ( $p < 0.001$ ). All persons coming out of the house were independent in terms of eating and were significantly higher calf circumference than those not coming out. **Conclusion.** Based on the obtained results, it was found that in the test group the possibility of leaving the house has a significant impact on the nutritional status, physical fitness, everyday activities and risk of falls. *Geriatrics 2016; 10: 231-239.*

*Keywords: elderly, independence, geriatric assessment, nutritional status*