



UNIWERSYTET MEDYCZNY IM. PIASTÓW ŚLĄSKICH WE WROCŁAWIU

Katedra i Klinika Psychiatrii

Kierownik: prof. dr hab. n. med. Joanna Rymaszewska

Wrocław, 08.11.2019

Ocena rozprawy doktorskiej

mgr Klaudyny Wittenbeck

**pt.: "Wpływ treningu mentalnego na równowagę oraz na wybrane parametry
psychologiczne u osób starszych",**

którego promotorem jest prof. dr hab. Leszek Koczanowicz

a promotorem pomocniczym dr Dagmara Chamela-Bilińska

zlecona przez Radę Wydziału Fizjoterapii Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu

Przedstawioną rozprawę oceniono zgodnie z wymogami określonymi w art. 13 ustęp 1 ustawy o stopniach naukowych i tytule naukowym oraz o stopniach i tytule w zakresie sztuki (Dz. U. 201, poz. 1789, z późn. zm.).

Postępujący proces starzenia się społeczeństw to jedna z najbardziej charakterystycznych cech demograficznych populacji wielu krajów, w tym także Polski. Wraz ze starzeniem populacji obserwuje się zmiany występowania chorób – od dominacji schorzeń zakaźnych u dzieci, do prymatu chorób przewlekłych w starości. Schorzenia przewlekłe są główną przyczyną niepełnosprawności psychofizycznej osób w podeszłym wieku. Powoduje to wzrost poziomu ich uzależnienia od systemu ochrony zdrowia i pomocy społecznej. Przekłada się również na zasięg fizjoterapii, która coraz częściej dotyczy obszaru opieki geriatrycznej.

Prawidłowo prowadzona fizjoterapia osób starszych umożliwia zaspokojenie potrzeb tak fizycznych, jak i psychospołecznych oraz daje poczucie satysfakcji. Nawet stosunkowo krótkotrwała terapia ruchowa poprawia stan fizyczny oraz nastrój.



UNIwersytet Medyczny

IM. PIASTÓW ŚLĄSKICH WE WROCLAWIU

Badania populacyjne grup wiekowych powyżej 65 rż. wskazują, iż odpowiedni stopień odżywienia oraz aktywność fizyczna należy zaliczyć do najważniejszych czynników tzw. „pomyślnego starzenia”. Niski poziom aktywności fizycznej przekłada się na zmniejszoną sprawność funkcjonalną w zakresie podstawowych i złożonych czynności dnia codziennego, gorsze samopoczucie, skłonność do depresji, większą liczbę schorzeń współistniejących oraz zwiększoną liczbę systematycznie przyjmowanych leków. Ćwiczenia prowadzone w formie fizjoterapii prewencyjnej to jeden z istotnych czynników zapobiegających samotności i izolacji społecznej w tej grupie wiekowej.

W starszej grupie wiekowej do najczęściej zgłaszanych subiektywnych skarg należą: zmęczenie, bóle głowy i bezsenność (69,2%), bóle stawów i kręgosłupa (58,6%), dolegliwości sercowo-naczyniowe (58,6%), osłabienie widzenia (40,4%), upośledzenie lokomocji (32,5%), osłabienie słuchu (32,3%), oraz niesprawność intelektualna (25,5%) ale także zawroty głowy, zaburzenia równowagi, upadki (29,5%).

Doktorantka, mgr Klaudyna Wittenbeck, zakładając znaczenie treningu mentalnego w podtrzymywaniu prawidłowej równowagi ciała podjęła się oceny jego wpływu na równowagę oraz niektóre parametry stanu psychicznego w grupie osób starszych.

We wstępie pracy doktorskiej Doktorantka krótko przybliżyła aktualną wiedzę na temat stabilności jako zjawiska szerszego oraz równowagi. Dalej opisuje rolę równowagi w wieku podeszłym i ryzyko konsekwencji zaburzeń równowagi u osób starszych w oparciu o aktualne osiągnięcia naukowe. Podkreśla znaczenie równowagi na samopoczucie. Następnie szczegółowo opisuje wyobrażenia ruchowe i założenia treningu mentalnego cytując najnowsze wyniki badań naukowych. Z uwagi na niejednoznaczne rezultaty badań w tym zakresie doktorantka podjęła się oceny wpływu treningu mentalnego na równowagę. Uzasadnia tym samym podjęcie swoich badań stawiając sobie jasno sformułowane i spójne z celem pytania badawcze.



UNIwersytet Medyczny

IM. PIASTÓW ŚLĄSKICH WE WROCLAWIU

Projekt badawczy uzyskał akceptację Komisji ds. Etyki Badań Naukowych Akademii Wychowania Fizycznego. Protokół badania został poprawnie zaprojektowany a badanie przeprowadzono zgodnie z obowiązującymi standardami. Narzędzia badawcze dobrano prawidłowo. Odpowiednio zaplanowano punkty pomiarowe. Procedury rekrutacji do badania są poprawne, z jasno określonymi kryteriami włączenia do badania oraz kryteriami wykluczającymi. Podobnie – poprawnie opisano obrane metody statystyczne.

Czytelnie opisane zmienne badane pozwalają laikowi z zakresu fizjoterapii zrozumieć paradygmat badawczy tej pracy oraz śledzić krok po kroku poszukiwania odpowiedzi na pytania badawcze. Wyniki badania potwierdzają znaczenie aktywności fizycznej (ćwiczeń statycznych i dynamicznych) dla poprawy sześciu analizowanych zmiennych z wykorzystaniem platformy do oceny równowagi. Wyniki badania nie potwierdziły wpływu treningu mentalnego na zmianę parametrów równowagi w grupie eksperymentalnej stosunku do grupy kontrolnej.

Należy mieć na uwadze wyjściowo dobry poziom równowagi statycznej i dynamicznej mierzonej skalą Berga. W tej skali maksymalny i najlepszy wynik to 56 punktów. Do badania byli kwalifikowane osoby z punktacją powyżej 41 w tej skali, a zatem osoby niezależne ruchowo. W obu grupach średni wynik wyjściowy był 53,7 punktu z odchyleniem standardowym powyżej 2. Zatem trudno było osiągnąć wynik lepszy od bardzo dobrego.

Podobnie, nie stwierdzono istotnych różnic między badanymi grupami w zakresie zmian w wybranych parametrach psychologicznych.

Natomiast, co najważniejsze, obserwowano w obu grupach korzystne zmiany szczegółowych parametrów równowagi badanych platformą w czasie związane z regularną aktywnością.



UNIWERSYTET MEDYCZNY IM. PIASTÓW ŚLĄSKICH WE WROCŁAWIU

Za pewne niedociągnięcie pracy uważam brak przedstawienia danych surowych i statystyki opisowej. W rozdziale prezentującym wyniki przedstawione są jedynie zmiany w czasie na wykresach a w tabelach poziomy istotności statystycznej. Dopiero w omówieniu można znaleźć wymieniane średnie niektórych parametrów, na co tutaj nie znajduję uzasadnienia.

W dyskusji doktorantka pisze, iż platforma zastosowana w badaniu jest narzędziem wiarygodnym i obiektywnym. Nie odnosi się jednak ani w wynikach ani w omówieniu do poziomu wyjściowego badanych parametrów w obu grupach.

Zabrakło także w omówieniu nieco refleksji nad ograniczeniami badania. Niemniej, ożywiona dyskusja nad wynikami innych badań wskazuje na duże odczytanie się doktorantki w literaturze naukowej i świadczy o samodzielności oraz dociekliwości. Są to przymioty niezbędne do przeprowadzenia badania naukowego.

Wnioski sformułowane na koniec są spójne z postawionymi pytaniami badawczymi. Doktorantka zamieściła także streszczenie w wersji polsko- i anglojęzycznej oraz odpowiednio dobrane piśmiennictwo.

Ocena końcowa

Podsumowując, w mojej opinii przedstawiona Radzie Wydziału Fizjoterapii Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu dysertacja mgr Klaudyny Wittenbeck zawiera oryginalne rozwiązanie problemu naukowego a doktorantka wykazała się ciekawością poznawczą odpowiedniego stopnia oraz umiejętnością samodzielnego i poprawnego przeprowadzenia oraz opisanie eksperymentu naukowego co pozwala mi zawnioskować do Wysokiej Rady o przyjęcie rozprawy doktorskiej i dopuszczenie mgr Klaudyny Wittenbeck do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Uniw. Med. we Wrocławiu
KATEDRA PSYCHIRII
I KLIN. PSYCHIATRII
Prof. dr hab. Joanna Rymaszewska