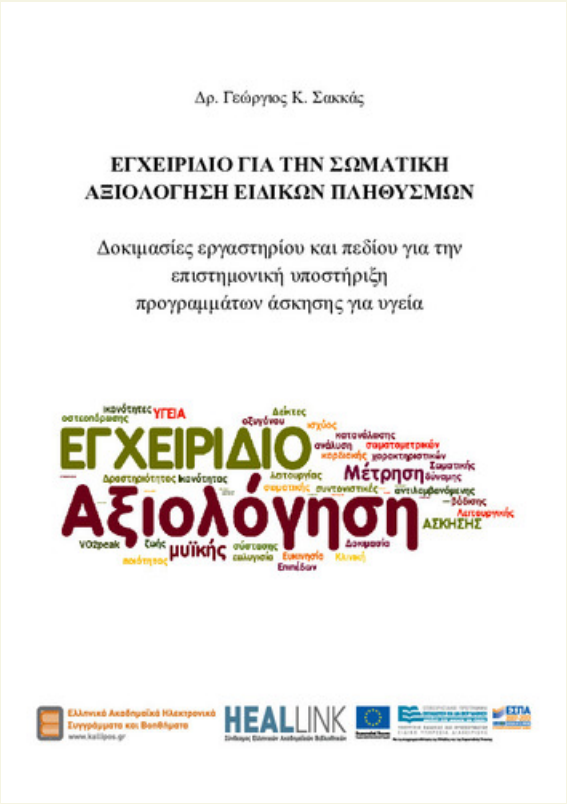

METADATA

Title: Εγχειρίδιο για την σωματική αξιολόγηση ειδικών πληθυσμών: δοκιμασίες εργαστηρίου και πεδίου για την επιστημονική υποστήριξη προγραμμάτων άσκησης για υγεία

Other Titles: ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΙΔΙΚΩΝ ΠΛΗΘΥΣΜΩΝ

Language: Greek

ISBN: 978-960-603-114-4

Subject: MEDICINE AND HEALTH SCIENCES, LIFE SCIENCES, BIOLOGICAL SCIENCES

Keywords: Physical Assessment / Special Populations / Functional Tests / Exercise Programs / Chronic Disease

Bibliographic Reference: Sakkas, G., Giakas, G., Giannaki, C., Gkiata, P., Grigoriou, S., Kaltsatou, A., Karatzaferi, C., Karyoti, A., Krase, A., Lavdas, E., Maridaki, M., Metsias, G., Mitrou, G., Pappas, A., Poulianiti, K., Roka, V., Sideris, V., Stavropoulos-Kalinoglou, A., Stefanidis, I., Terzis, G., Tzika, A., Tsaopoulos, D., Tsatalas, T., Tsiokanos, A., & Flouris, A. (2015). Εγχειρίδιο για την σωματική αξιολόγηση ειδικών πληθυσμών: δοκιμασίες εργαστηρίου και πεδίου για την επιστημονική υποστήριξη προγραμμάτων άσκησης για υγεία [Undergraduate textbook]. Kallipos, Open Academic Editions. http://hdl.handle.net/11419/4892

Abstract

Στο συγκεκριμένο εγχειρίδιο θα αναπτυχθούν διεξοδικά οι δοκιμασίες που χρησιμοποιούνται για την αξιολόγηση της σωματικής κατάστασης των ατόμων που ανήκουν στους ειδικούς πληθυσμούς. Θα γίνει αναφορά α. σε δοκιμασίες που για τη διεξαγωγή τους απαιτείται ειδικός εργαστηριακός εξοπλισμός και ειδικό προσωπικό αλλά και β. σε δοκιμασίες πεδίου οι οποίες είναι εύκολες, απλές, χωρίς ιδιαίτερο κόστος και για την πραγματοποίηση τους δεν απαιτείται ειδικός εξοπλισμός. Η διενέργεια των προτεινόμενων δοκιμασιών είναι απαραίτητη για τη σωστή δόμηση προγραμμάτων άσκησης σε ειδικούς πληθυσμούς. Παράλληλα θα αναφερθούν πιθανά σφάλματα τα οποία μπορεί να γίνουν κατά τη διεξαγωγή των δοκιμασίων και να οδηγήσουν σε λάθος εκτίμηση, τρόποι αξιολόγησης των αποτελεσμάτων, καθώς και θα προταθούν κριτήρια για την επιλογή των καταλληλότερων δοκιμασιών. Συγκεκριμένα θα αναπτυχθούν δοκιμασίες που ευρέως χρησιμοποιούνται για την αξιολόγηση των σωματομετρικών δοκιμασιών και της σωματικής σύστασης. Επίσης θα αναπτυχθούν διεξοδικά οι προτεινόμενες από τη βιβλιογραφία δοκιμασίες που χρησιμοποιούνται για την εκτίμηση της λειτουργικής ικανότητας και συγκεκριμένα της αερόβιας ικανότητας, της αξιολόγησης της μυϊκής δύναμης και ισχύος καθώς και της ευκινησίας, ευλυγισίας και των συντονιστικών ικανοτήτων. Παράλληλα, θα περιγραφεί η κλινική ανάλυση βάδισης, η δύναμη και η σπαστικότητα. Επιπλέον, θα γίνει λεπτομερής αναφορά στα ερωτηματολόγια που αξιολογούν τα επίπεδα σωματικής δραστηριότητας και αντιλαμβανόμενης ποιότητας ζωής. Ένα κεφάλαιο θα αναφερθεί στις μεθόδους αξιολόγησης της καρδιακής λειτουργίας. Εκτενής αναφορά θα γίνει και στους δείκτες οστεοπόρωσης και εκτίμησης της οστικής πυκνότητας. Με ποιον τρόπο πραγματοποιείται ο βιοχημικός έλεγχος και η αξιολόγηση των διάφορων δεικτών του θα αποτελέσει ακόμη ένα κεφάλαιο του βιβλίου. Στο τέλος κάθε κεφαλαίου του βιβλίου θα γίνεται αναφορά σε ενδεικτικές περιπτώσεις.

The Project is funded by the National Development Programme 2021-2025 of the Ministry of Education and Religious Affairs and implemented by the Special Account for Research Funds of the National Technical University of Athens.