

„Stan odżywienia jako czynnik wpływający na sprawność funkcjonalną i element profilaktyki zdrowotnej”

W dniu 17.03.2026 r. w Collegium Medicum Uniwersytetu Jana Kochanowskiego w Kielcach odbyła się konferencja poświęcona problematyce osób starszych, ze szczególnym uwzględnieniem ich sprawności funkcjonalnej, jakości życia oraz zdrowia. Wydarzenie zgromadziło przedstawicieli świata nauki, administracji publicznej oraz praktyków zajmujących się wsparciem seniorów, tworząc wyjątkową platformę do wymiany wiedzy, doświadczeń i dobrych praktyk w zakresie opieki nad osobami starszymi w województwie świętokrzyskim.

Jednym z tematów konferencji była sprawność funkcjonalna osób starszych. W ramach tej sekcji referat wygłosiła dr Kamila Sobaś: „Stan odżywienia jako czynnik wpływający na sprawność funkcjonalną i element profilaktyki zdrowotnej”. Doktor przedstawiła wybrane metody oceny stanu odżywienia oraz narzędzia służące do identyfikacji zagrożeń zdrowotnych. Szczególną uwagę poświęciła ocenie ryzyka otyłości sarkopenicznej, podkreślając jej konsekwencje dla zdrowia i jakości życia. W wykładzie poruszono także problem metabolicznej otyłości z prawidłową masą ciała, wskazując na potrzebę wczesnej diagnostyki i działań profilaktycznych, nawet u osób o pozornie prawidłowych parametrach antropometrycznych.

W programie konferencji przewidziano również warsztaty praktyczne, w tym zajęcia poświęcone ocenie stanu odżywienia osób starszych prowadzone przez dr Magdalенę Pietraszkiewicz, które umożliwiły uczestnikom poznanie metod diagnostyki i monitorowania stanu odżywienia w pracy z seniorami. Dodatkowo odbyły się warsztaty z wykorzystania wirtualnej rzeczywistości w pracy z osobami starszymi, stanowiące innowacyjne narzędzie wspierające aktywność fizyczną i funkcjonalną tej grupy.

Całość konferencji podkreśliła znaczenie holistycznego podejścia do zdrowia osób starszych, integrującego aspekty fizyczne, psychiczne, społeczne i dietetyczne. Wydarzenie stało się inspirującą przestrzenią do wymiany wiedzy naukowej, doświadczeń praktycznych oraz rozwijania innowacyjnych strategii wsparcia seniorów, przyczyniając się do podnoszenia jakości życia i sprawności funkcjonalnej osób starszych w regionie.

