

Zooterapie v domově pro seniory

Lucie Dostálová

Bakalářská práce
2025



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav zdravotnických věd

Akademický rok: 2024/2025

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: Lucie Dostálová
Osobní číslo: H220238
Studijní program: B0913P360015 Všeobecné ošetřovatelství
Forma studia: Prezenční
Téma práce: Zooterapie v domově pro seniory

Zásady pro vypracování

Rešerše literatury.

Vymezení pojmů a teoretických východisek v oblasti zooterapie v domově pro seniory.

Příprava metodiky k výběru odborných publikací k rešerši.

Formulace kritérií pro výběr k rešerši odborných publikací k dané problematice.

Realizace výzkumu formou rešerše odborné literatury, přehledu odborné literatury.

Zpracování, vyhodnocení a interpretace získaných dat.

Prezentace výsledků, shrnutí výsledků a návrh doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

BICKOVÁ, Jaroslava. *Zooterapie v kostce: minimum pro terapeutické a edukativní aktivity za pomoci zvířete*. Praha: Portál, 2020. ISBN 978-80-262-1585-1.

ČELEDOVÁ, Libuše; KALVACH, Zdeněk a ČELEVA, Rostislav. *Úvod do gerontologie*. Praha: Karolinum, 2016. ISBN 9788024634043.

CHERNIACK, E. Paul a CHERNIACK, Ariella R. The Benefit of Pets and Animal-Assisted Therapy to the Health of Older Individuals. Online. *Current Gerontology*. 2014, s. 1-9. ISSN 16877063. Dostupné z: <https://doi.org/10.1155/2014/623203>. [cit. 2024-10-20].

Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona, 2007. ISBN 978-80-7322-109-6.

MORETTI, Francesca; DE RONCHI, Diana; BERNABEI, Virginia; MARCHETTI, Lucia; FERRARI, Barbara et al. Pet therapy in elderly patients with mental illness. Online. *Psychogeriatrics*. 2011, vol. 11, no. 2, s. 125-129. ISSN 13463500. Dostupné z: <https://doi.org/10.1111/j.1479-8301.2010.00329.x>. [cit. 2024-10-20].

Vedoucí bakalářské práce: **PhDr. Michaela Schneider, Ph.D., MBA**
Ústav zdravotnických věd

Datum zadání bakalářské práce: **4. listopadu 2024**

Termín odevzdání bakalářské práce: **30. května 2025**

L.S.

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

Mgr. Věra Vránová, Ph.D.
ředitelka ústavu

Ve Zlíně dne 9. ledna 2025

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění bez ohledu na výsledek obhajoby;
- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- jedno vyhotovení bakalářské práce v listinné podobě bude ponecháno Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně k uložení;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá; neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že

- jsem na bakalářské práci pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem řádně citoval(a); v případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor;
- odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

Ve Zlíně, dne

.....

podpis autora

ABSTRAKT

V bakalářské práci se zabýváme vyhledáváním, popisem a analýzou odborných studií zaměřených na využití zooterapie v domovech pro seniory. Práce je koncipována jako přehledová studie. V teoretické části se věnujeme problematice stárání a stárnutí, přičemž analyzujeme fyziologické i psychické aspekty tohoto procesu. Poté se zaměřujeme na samotnou zooterapii, její formy (canisterapii, felinoterapii a hippoterapii) a její dopad na kvalitu života seniorů. Cílem práce je na základě analýzy dostupných odborných studií získat nové poznatky a prohloubit porozumění přínosům zooterapie v péči o seniory.

Klíčová slova: zooterapie v domově pro seniory, felinoterapie, senior, canisterapie, gerontologie, hippoterapie

ABSTRACT

In the bachelor's thesis, we focus on identifying, describing, and analyzing scholarly studies on the use of animal-assisted therapy in nursing homes for the elderly. The thesis is designed as a literature review. The theoretical part addresses the issues of aging and old age, analyzing both physiological and psychological aspects of these processes. Subsequently, attention is given to animal-assisted therapy itself, its various forms (canine-assisted therapy, feline-assisted therapy, and hippotherapy), and its impact on the quality of life of elderly individuals. The aim of this thesis is to obtain new insights and deepen the understanding of the benefits of animal-assisted therapy in elderly care based on the analysis of relevant academic studies.

Keywords: zootherapy in care home, feline therapy, senior, canine therapy, gerontology, hippotherapy

Ráda bych poděkovala PhDr. Michaele Schneider, Ph.D. MBA, za ochotu, trpělivost a cenné rady, které mi při vedení bakalářské práce poskytla. Dále chci poděkovat rodině, která mě po čas celého studia podporovala.

„Zvířata jsou neocenitelnými společníky pro lidskou duši.“

- Charles Darwin

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD.....	9
1 POPIS REŠERŠNÍ ČINNOSTI.....	11
2 NEJNOVĚJŠÍ DOHLEDANÉ POZNATKY O STÁŘÍ A STÁRNUTÍ.....	14
3 NEJNOVĚJŠÍ DOHLEDANÉ POZNATKY O ZOOTHERAPII	24
4 NEJNOVĚJŠÍ DOHLEDANÉ POZNATKY O ZOOTHERAPII V DOMOVĚ PRO SENIORY	29
5 DISKUZE	44
ZÁVĚR.....	52
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	53
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	63
SEZNAM TABULEK.....	64

ÚVOD

Pracuji v domově pro seniory, kde jsem měla možnost na vlastní oči pozorovat pozitivní účinky petterapie na obyvatele zařízení. Byla to pro mě velmi inspirující zkušenost díky, které jsem si vybrala téma propojující oblast sociální péče s alternativními terapeutickými metodami. Rozhodla jsem se proto zaměřit na účinky terapeutických intervencí za účasti zvířat a jejich potenciálu v péči o seniory. Věřím, že práce přispěje k hlubšímu porozumění přínosům zooterapie a zároveň podpoří diskusi o jejím širším využití v prostředí domovů pro seniory.

Stárnutí populace představuje jednu z nejvýznamnějších demografických změn současné doby. S přibývajícím věkem se u seniorů mohou objevovat nejen fyzické, ale i psychické a sociální změny, které ovlivňují kvalitu jejich života. Mnoho starších lidí žije v domovech pro seniory, kde se kromě základní péče hledají nové způsoby, jak podpořit jejich psychickou pohodu, sociální interakci a celkovou pohodu. Jedním z efektivních přístupů, který si v této oblasti získává stále větší pozornost, je zooterapie – terapeutická metoda využívající pozitivní interakci mezi člověkem a zvířetem.

Zooterapie se opírá o různé formy asistence zvířat při terapii a jejich přínos pro lidské zdraví a psychickou pohodu. Mezi nejrozšířenější patří canisterapie (terapie za pomoci psů), hiporehabilitace (terapie s koňmi) a felinoterapie (terapie s kočkami). Každá z těchto metod přináší řadu výhod jako snížení stresu, zlepšení nálady, podporu motorických schopností nebo pocit klidu a bezpečí.

Cílem práce je proto zmapovat nejnovější poznatky o petterapii, její metody a specifické přínosy pro seniory žijící v domově pro seniory. Nejprve zaměříme na proces stárnutí a změny, které sebou přináší. Následně bude rozebrána definice zooterapie, její terapeutický přístup, včetně historie a organizací, které hrály klíčovou roli v jejím rozvoji. Dále se práci budeme věnovat aplikaci zooterapie v domovech pro seniory, přičemž zvláštní pozornost bude věnována nejčastěji používaným a typickým metodám zooterapeutických intervencí. Zajímavostí je, že v některých ze zkoumaných studií se objevují i netradiční přístupy, jako například využití robotických zvířat – tzv. petrobotů. Jejich úkolem je nahradit přítomnost živého zvířete a mohou působit velmi pozitivně i tam, kde by klasická zooterapie nebyla možná. Závěru bude hodnocen celkový vliv zooterapeutických intervencí – jak z hlediska fyzického, tak psychického i sociálního prospěchu seniorů.

Hlavním cílem této přehledové bakalářské práce je předložit aktuální dohledané poznatky o zooterapii v domově pro seniory. Pro vypracování práce byly stanoveny dílčí cíle:

Sumarizovat aktuální dohledané poznatky o stáří a stárnutí, fyzických a psychických změnách ve stáří.

Sumarizovat aktuální publikované poznatky o zooterapii, její historii, metodách a o jejich cílech.

Sumarizovat aktuální dohledané poznatky o petterapii v domově pro seniory a jejím vlivu.

1 POPIS REŠERŠNÍ ČINNOSTI

Rešeršní činnost byla provedena v databázích EBSCO, Google Scholar, Medvik a Pubmed pomocí zadávání klíčových slov. Vyhledávací činnost je zobrazena pomocí schématu níže.

Vyhledání validních zdrojů pro zpracování bakalářské práce

ALGORISTMUS REŠERŠNÍ ČINNOSTI



VYHLEDÁVACÍ KRITÉRIA

Klíčová slova v ČJ: zooterapie v domově pro seniory, senior, canisterapie, felinoterapie, gerontologie, hippoterapie

Klíčová slova v AJ: zootherapy in care home, senior, canine therapy, feline therapy, geronontology, hippotherapy

Jazyk: čestina, slovenština, angličtina, španělština

Období: 2014–2024

Další kritéria: dostupnost ve full textu



DATABÁZE

EBSCO: 15

Google Scholar: 60

Medvik: 8

Pubmed: 29



POČET VYHLEDANÝCH ČLÁNKŮ

43



VYŘAZUJÍCÍ KRITÉRIA

Duplicitní články

Články netýkající se tématu

SUMARIZACE POUŽITELNÝCH DATABÁZÍ A DOHLEDANÝCH DOKUMENTŮ**EBSCO – 4****Google Scholar – 22****Medvik – 2****Pubmed - 15****SUMARIZACE DOHLEDANÝCH PERIODIK A DOKUMENTŮ – ČLÁNKŮ****Zdroje – 27****Psychogeriatrics – 2 články****Acta Biomedica – 1 článek****Clinical Therapeutic – 1 článek****PAAMS: Lecture Notes in Computer Science – 1 článek****Complementary Therapies in Clinical Practise – 1 článek****Frontiers in Veterinary Science – 1 článek****Frontiers in Endocrinology – 1 článek****Journal of Holistic Nursing- 1 článek****Rehabilitácia – 1 článek****Journal of Animal Science and Technology – 1 článek****Rheumatology International – 1 článek****PLoS One – 2 články****Time magazine – 1 článek****International Journal of Enviromental Research and Public Health – 1 článek****BMC Geriatrics – 1 článek****Journal of Alzheimer Disease – 1 článek****The Journal of Alternative and Complementary Medicine – 1 článek****Anthzoos – 1 článek****Ageing and Society – 1 článek****Complementary Therapies in Medicine – 1 článek****Aging and Disease – 1 článek****Curent Gerotology – 1 článek**

**PRO TVORBU TEORETICKÝCH VÝCHODISEK BYLO POUŽITO
57 DOHLEDANÝCH ČLÁNKŮ**

DÁLE BYLO VYUŽITO 13 KNIH

2 NEJNOVĚJŠÍ DOHLEDANÉ POZNATKY O STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Stárnutí je nevyhnutelnou součástí lidského života, která s sebou přináší nejen fyzické a psychické změny, ale také řadu společenských a zdravotnických výzev. Ačkoli se jedná o přirozený biologický proces, jeho průběh a dopady se mohou výrazně lišit. Otázky typu „kdy začíná stárnutí?“ či „jak odlišit běžné stárnutí od patologického?“ jsou předmětem zájmu mnoha odborných disciplín. Vzhledem k demografickému vývoji a prodlužující se délce života je téma stárnutí stále aktuálnější. Cílem následující části je přiblížit základní vymezení stárnutí, rozlišit jeho typy a poukázat na obtíže spojené s jeho přesným ohraničením.

Podle Kalvacha et al. (2004) představuje přirozený, kontinuální a nevyhnutelný biologický proces, jenž postihuje veškeré jedince. V této souvislosti je vhodné zmínit i uznávanou definici stárnutí podle Světové zdravotnické organizace, která popisuje senescenci, tedy stařecký věk, jako období života, kdy se poškození fyzických nebo psychických schopností stává zřejmým v porovnání s předchozími životními fázemi (Prudník, 2016). Stárnutí je obecně vnímáno jako finální vývojová fáze lidského života. Přesné určení jejího počátku však zůstává předmětem odborné diskuse, jelikož nástup stárnutí nelze jednoznačně vymezit na základě biologických, psychologických ani sociálních ukazatelů (Jelínková, 2011).

Podle Kopáčkové (2012) lze proces stárnutí rozdělit do dvou základních kategorií. První z nich představuje stárnutí fyziologické, které probíhá jako přirozená součást biologického vývoje jedince bez výrazného narušení funkční soběstačnosti. Druhým typem je stárnutí patologické, jež se vyznačuje předčasným nástupem degenerativních změn a zhoršením schopnosti samostatného fungování v každodenním životě. Druhým typem je stárnutí patologické, vyznačující se předčasným nástupem degenerativních změn a zhoršením schopnosti samostatného fungování v každodenním životě. Tento typ stárnutí je často spojen s chronickými onemocněními, která nejen že významně zatěžují organismus, ale zároveň mohou proces stárnutí dále urychlovat. Patologické stárnutí tak představuje odchylku od přirozeného fyziologického průběhu a vede ke snížení odolnosti organismu vůči zátěži a zhoršení schopnosti udržet vnitřní rovnováhu. Mezi typické příklady patří předčasné stárnutí v důsledku ischemické choroby srdeční, aterosklerózy nebo diabetu mellitu, u nichž jsou pozorovány urychlené degenerativní změny a vyšší riziko funkčního úpadku (Bačová, 2018). V souvislosti se stářím a stárnutím je také důležité zmínit dva vědní obory, které se zmíněným tématem dost souvisí, jedná se o gerontologii a geriatrii. Oba obory se zaměřují na podobnou věkovou skupinu, ale přistupují k ní odlišně. Gerontologie se zabývá studiem

stárnutí jako biologického, psychologického a sociálního procesu a zkoumá jeho dopad na jednotlivce a společnost. Naopak geriatric je praktická medicínská disciplína, která se soustředí na diagnostiku, léčbu a prevenci onemocnění u starších lidí. V dnešní době se stále více zdůrazňuje význam spolupráce mezi těmito obory, jelikož by prevence potíží spojených se stárnutím měla začít už v mladším věku, než je samotná péče o starší generaci. Včasné rozpoznání rizikových faktorů a efektivní intervence mohou výrazně přispět ke zlepšení kvality života seniorů a oddálit rozvoj závažných zdravotních komplikací (Baeyens, 2019).

Dochází k biologickým, psychologickým a sociálním změnám, které mohou výrazně ovlivnit psychické zdraví seniora, a proto je nezbytné zajistit podporu ze strany rodiny a blízkých osob. Důležitá je také včasná příprava na stárání, umožňující minimalizovat negativní dopady na jedince (Katzerová, 2017). Ačkoli jsou první známky stárnutí pozorovatelné již v raných fázích života, kdy tělo prochází obdobím růstu a vývoje, samotný proces se stává zřetelnější s věkem, zejména v dospělosti. Průběh stárnutí je vysoce individuální a determinován genetickými predispozicemi, životním stylem a exogenními faktory. Proto je stanovení přesné hranice přechodu do senescence komplikované. Současné orientační členění stárání:

- 65–74 let: mladí senioři
- 75–84 let: staří senioři
- 85 a více let: velmi staří senioři (Kalvach et al., 2004)

Jako maximální přirozenou délku života považujeme 120 let. Základem dlouhého života je prevence nemocí, které mohou zkrátit jeho trvání. Periodizace lidského života je nástroj, který slouží k orientaci, a to na základě určitých kritérií. Jedná se o kalendářní věk, biologické parametry a sociální status (Čeledová et al., 2016).

Kalendářní věk

Nyní jako hranici kalendářního stárání označujeme věk 65 let. Ovšem kalendářní věk neříká nic o involučních změnách, fyzické zdatnosti nebo sociálních změnách. Jedná se pouze o administrativní nástroj (Kalvach et al., 2004). Rozdělení kalendářního stárání je stejně problematické jako určení jeho počátku (Hubáčková, 2017).

Biologický věk

Je hodnocen biologickými parametry. Posuzujeme zubní věk, kostní věk. Snaha o sestavení vzorce ke stanovení biologického stárání nebo délky zbývajících života byla

vyčerpána. Význam pro praxi má pouze posouzení jednotlivce pro specifickou činnost nebo lékařský zákrok (Čeledová et al., 2016).

Sociální věk

Společenské stáří se týká změn v sociálních rolích a potřebách seniorů, životního stylu i ekonomického zajištění. Za jeho počáteční fázi bývá nejčastěji považován vznik nároku na starobní důchod či samotný odchod do penze. Pojem reflektuje nejen sdílené zájmy starší populace, ale také rizika, která se s danou životní etapou pojí – například osamělost, obtížnou adaptaci na penzionování či postupnou ztrátu soběstačnosti (Kalvach et al., 2004).

Je však důležité si uvědomit, že neexistuje univerzální „typický senior“, kterému by bylo možné nabídnout jednotný druh služeb. Výrazně se liší zejména svým zdravotním stavem, funkčními schopnostmi a individuálními potřebami. Proto je nezbytné uplatňovat individuální přístup a zároveň je rozlišovat do skupin podle specifických charakteristik, aby péče mohla být co nejefektivněji přizpůsobena jejich aktuální situaci.

Typologie seniorů dle funkčního stavu:

- Elitní – kladou důraz na disciplínu
- Zdatné – jejich fyzická zdatnost se se odchodem do důchodu nemění, naopak skvěle zvládají náročné podmínky
- Nezávislé – denní aktivity zvládají, ale při výskytu stresové situace ztrácejí soběstačnost, nutná podpůrná intervence
- Křehké – pozorujeme nízkou kvalitu zdraví, špatně zvládají běžné zátěže, náchylnost ke vzniku dehydratace, dušnosti, nutná prevence pádu
- Závislé – z důvodu částečné nesoběstačnosti/nesoběstačnosti, poruch orientace průběžnou podporu, využití návštěv pečovatelské služby
- Zcela závislé – lidé zcela nesoběstační/s poruchou kognitivních funkcí vyžadují trvalou péči druhé osoby
- Umírající – uplatnění paliativní péče (mobilní, domácí hospic) (Čeledová et al., 2016)

Fyzické změny spojené se stárnutím

Senescence je doprovázena progresivními fyziologickými změnami, které mohou významně ovlivnit funkční zdatnost organismu. Biologické procesy zasahují prakticky všechny orgánové soustavy a projevují se individuálně vzhledem ke genetické predispozici, životním stylu, stravovacích návycích či celkové zátěži organismu během života. Popsané změny se nejčastěji týkají pohybového, respiračního, kardiovaskulárního a nervového systému. Následující text se zaměřuje na nejvýznamnější tělesné projevy stárnutí, které se objevují s vyšší četností a mají přímý dopad na zdravotní stav a soběstačnost jednotlivců.

Nejedná se o patologický stav. S rostoucím věkem se objevují tělesné změny, průběh a jejich míra závisí na mnoha faktorech. Mimo genetické predispozice hraje důležitou roli především životní styl a zátěž na jednotlivé orgány. Díky genové výbavě se lišíme průběhem stárnutí, ale i dobou života. Hovoříme zde o takzvaně (dále jen tzv.) genetických hodinách. Jedná se o aktivaci genů, zahajující proces stárnutí. Stav člověka nemusí být odpovídající genetické predispozici, následkem nepříznivého působení vnějších faktorů (Vágnerová, 2007 a Kolaříková, 2019). V průběhu dochází k postupnému zúžení kostí, které se stávají křehčími, což zvyšuje riziko zlomenin. Úbytek minerálních zásob má rovněž negativní vliv na držení těla a rovnováhu. Kromě toho dochází ke zkracování páteře o 1 až 5 centimetrů, zatímco objem hrudníku se zmenšuje, což vede k poklesu dýchací kapacity. Omezená funkce dýchacího systému může způsobit hypoxii neboli nedostatek kyslíku v tkáních (Hátlová, 2010). Zvýšená tuhost a rigidita hrudníku, které jsou častými důsledky, vznikají především v důsledku úbytku elastické tkáně v plicích a změny mechanických vlastností hrudní stěny. Ztráta plicní elasticity omezuje schopnost plic adekvátně se roztahovat během nádechu, což přispívá k rozvoji stařeckého emfyzému, známého jako rozedma plic. Charakterizováno akumulací vzduchu v plicní tkáni, což výrazně snižuje kapacitu pro efektivní výměnu dýchacích plynů. Během stárnutí klesá počet plicních sklípků (alveol), což vede k restrikci dýchací plochy a následnému zhoršení plicní ventilace a perfuze, projevující se jako omezená schopnost plic vyměňovat kyslík a oxid uhličitý mezi alveolárními vzduchovými prostory a krevním oběhem. V důsledku degenerativních změn dochází k poruchám ventilace, zahrnujícím zhoršený tok vzduchu v plicích, sníženou kapacitu pro eliminaci oxidu uhličitého, narušení efektivity transportu odkysličené krve k alveolám a odvádění okysličené krve zpět do systémového oběhu. Tento proces rovněž vede ke zvětšení tzv. mrtvého prostoru, oblasti v dýchacích cestách od nosu až po plicní sklípky, která obsahuje

vzduch, jenž se neúčastní výměny plynů mezi vzduchem a krví, čímž se snižuje celková efektivita plicní ventilace (Bačová, 2018).

Se změnami v kosterní a svalové soustavě souvisí i další patrné změny v tělesné stavbě, které zahrnují:

- Zvýšení náchylnosti kostí k lámání, možný vznik osteoporózy
- Výskyt atrofie svalů, snížení počtu svalových vláken
- Možné zmenšení hrudníku vede ke snížení vitální kapacity plic
- Zhoršení fyzické výdrže
- Zvýšená náchylnost ke vzniku nádorových onemocnění
- Změny v regulaci tělesné teploty
- Ztráta stálého chrupu
- Reprodukční schopnost u mužů je oslabena a postupně klesá
- V menopauze dochází k zástavě ovulace u žen

Ve vývoji života ženy dochází k řadě fyziologických změn, které úzce souvisejí se stárnutím a hormonálními výkyvy. Jedním z klíčových mezníků je menopauza, tedy přirozené ukončení reprodukčního období, jež je spojeno s poklesem produkce estrogenů. Hormonální útlum významně ovlivňuje dopad na celkový zdravotní stav ženy. Snížená hladina právě estrogenů má vliv na řadu tělesných funkcí, včetně metabolismu, rozložení tělesného tuku a rovněž na zdraví močového a pohlavního ústrojí. Nárůst tělesné hmotnosti, zejména v oblasti břicha je jeden z nejčastějších důsledků zpomaleného metabolismu (Staňková, 2017).

S přibývajícím věkem dochází u mužů k postupnému útlumu činnosti pohlavních žláz, což se odráží na snížení plodnosti. Varlata, která hrají klíčovou roli v produkci spermií a mužského pohlavního hormonu testosteronu, podléhají řadě změn. Dochází k úbytku buněk odpovědných za tvorbu spermií, jejichž počet i kvalita se s věkem snižuje. Spermie bývají méně pohyblivé, častěji mívají poruchy tvaru a mohou obsahovat více poškozené DNA, což může mít vliv nejen na schopnost oplodnění, ale také na zdraví potomstva. Mění se také samotná tkáň varlat – semenotvorné kanálky, ve kterých se spermie vyvíjejí, se zmenšují, jejich stěny se ztenčují a často se objevují známky degenerace, jako jsou dutinky

(vakuoly) nebo úbytek buněk. Klesá také počet a funkce tzv. Sertoliho buněk, které vyživují a podporují vývoj spermií. Leydigovy buňky, jež produkují testosteron, mohou postupně ztrácet svou schopnost tvorby tohoto hormonu, což může mít značný dopad na libido, erekci i celkovou vitalitu muže (Dong et al. 2022).

Proces stárnutí je spojen s oslabením kardiovaskulárního systému, přičemž jsou nejvíce postiženy cévy. Dochází ke snížení průtoku krve do jednotlivých orgánů, což může vést k rozvoji aterosklerózy a hypertenze. Jedním z klíčových ukazatelů cévní degenerace je snížená produkce oxidu dusnatého, který za normálních okolností působí jako významný vazodilatátor, tedy látka rozšiřující cévy a zajišťující dostatečné prokrvení tkání. Jeho tvorba je však ve stárnoucím organismu omezena, a to zejména v důsledku snížené biologické dostupnosti, která je způsobena zvýšenou aktivitou prozánětlivých procesů a přítomností oxidativního stresu. Ten vzniká jako důsledek nerovnováhy mezi tvorbou a odstraňováním reaktivních forem kyslíku, přičemž převažuje jejich produkce. Výsledkem této nerovnováhy je akumulace poškozených proteinů, rozvoj chronického zánětu, zvýšené riziko genetických mutací, a především dysfunkce endotelu, tedy vnitřní výstelky cév, která má zásadní význam pro regulaci cévního tonusu a krevního tlaku (Bačová, 2018). Ovlivněn je i trávicí systém, kde se mohou objevit problémy jako ztráta zubů, snížená pohyblivost trávicího traktu či zácpa. Změny postihují i imunitní systém, projevující se jeho oslabením a také zhoršenou tvorbou protilátek. Endokrinní systém zaznamenává pokles produkce růstového hormonu a možné dysfunkce štítné žlázy (Hátlová, 2010). Se stárnutím kůže ztrácí svou pevnost a pružnost, což vede k tvorbě vrásek. Vlasy a chlupy postupně řídnou, ztrácejí sílu a šediví (Ondrušová, 2017). Mimo tělesné změny ke stáří patří i změny smyslového vnímání. Stárnutí je provázeno progresivním oslabením funkcí smyslových orgánů. Proces je patrný v oblasti senzorických funkcí, především zraku a sluchu. Degenerativní změny zrakového vnímání mohou být způsobeny alteracemi nervového systému, strukturálními změnami oční tkáně či poruchami vaskulárního zásobení sítnice. Nejčastější onemocnění jsou:

- Šedý zákal (katarakta)
- Zelený zákal (glaukom), důsledkem zvyšování nitroočního tlaku dochází k poškození zrakového nervu

Ke postupnému zhoršování sluchového vnímání dochází již v dospělosti. Často dochází k postižení středního ucha, kde dochází ke ztuhnutí kůstek (kladívka, kovádlíčky a třmínku),

způsobené zvápňením, což zhoršuje přenos zvukových vln. Nejrozšířenější onemocnění jsou:

- Presbyakuze, projevující se zhoršením vnímání zvuku o vysokých frekvencí
- Tinnitus
- Ušní šelesty (Vágnerová, 2007 a Kolaříková, 2019)

Jiným klíčovým aspektem stárnutí je schopnost mozku vyrovnávat se s neuropatologickými změnami. Mozková rezerva se často hodnotí podle velikosti mozku, například pomocí měření intracerebrálního objemu, a souvisí s většími zásobami neuronů a synapsí. Výzkumy naznačují, že ztráta sluchu může ovlivnit strukturu mozku, především oblasti jako hippocampus, který hraje klíčovou roli v procesu učení a paměti, a primární sluchovou kůru. U starších lidí může sluchová ztráta vést k atrofii těchto částí mozku, což naznačuje, že stimulace sluchu, například použití naslouchadel, může pomoci udržet mozkovou rezervu a zlepšit kognitivní funkce (Uchida et al., 2022). S věkem dochází k zvýšení prahu bolesti, což může negativně ovlivnit její vnímání a tím celkovou kvalitu života jedince.

Psychické změny spojené se stárnutím

Říčan (2014) popisuje postupnou psychickou involuci jako proces „demontáže osobnosti“, kdy dochází k úpadku psychických funkcí, což přirovnává k „zjednodušování osobnosti“. Zdůrazňuje však, že negativní vývoj nepostihuje všechny jednotlivce. U některých lidí může dojít k narušení paměti, schopnosti přizpůsobit se změnám a odolnosti vůči stresu, avšak samotné jádro jejich osobnosti zůstává nepoškozené a nedotčené. Typické vlastnosti staršího člověka nelze jednoznačně definovat, neboť se jedná o velmi individuální proces. Obecně, ale platí, že bývají méně přizpůsobiví, což může vést k silnějšímu dodržování svých návyků a stereotypů. Následkem sníženého přizpůsobení mohou být náchylnější k přecitlivělosti na různé změny nebo nové podněty (Hátlová, 2010).

Emoce

Dochází k poklesu schopnosti pozitivního emočního prožívání, projevující se zvýšenou emoční labilitou a sníženou frustrační tolerancí. Obrazně u starších jedinců pozorujeme obtížné zvládání změn a adaptaci na nové situace, což je důsledkem zhoršených kognitivních funkcí. Z toho důvodu si senioři často vytvářejí užší vazby s blízkými osobami, na které spoléhají při řešení každodenních problémů. Pocit nesamostatnosti se odráží v jejich

chování, které může být ovlivněno dříve osvojenými vzorci chování. Častěji se objevují povahové rysy, jako je podezíravost či vztahovačnost. Všímáme si výrazného snížení odolnosti vůči negativním vlivům, posun hodnot od materiálních k duchovním, změnu zaměření od extroverze k introverzi (Kozáková a Müller, 2006). Proměny emočního prožívání v pozdním věku nejsou vždy snadno rozpoznatelné. Geronti vykazují tendenci k udržování stabilního emočního nastavení, a to i za cenu zkreslování některých podnětů. V období stárnutí je dominantní potřebou udržení pocitu bezpečí a psychické pohody, což vede k eliminaci negativních emocí. Na druhou stranu se snižuje tendence k analýze vlastních emočních prožitků a tolerance vůči smíšeným pocitům a nejistotě. Jednou z častých způsobů zvládání je zjednodušování a vyhýbání se komplikovaným situacím, umožňující snazší dosažení žádoucího emočního stavu a představuje tak obranný mechanismus zaměření na udržení psychické rovnováhy (Vágnerová, 2007).

Paměť

Paměť je kognitivní funkcí, která slouží k uchovávání a obnovování informací, dovedností a vzpomínek. Fyziologicky je její výkon ovlivňován faktory, jako jsou úroveň únavy, výživový stav a celkový zdravotní stav jednotlivce. Tyto faktory mohou mít přímý vliv na efektivitu procesů kódování, uchovávání a vyvolávání informací, což následně ovlivňuje schopnost jedince vykonávat kognitivní úkoly a adaptivní činnosti. Ve stáří jsou častým jevem kognitivní změny, přičemž jedna z nejvíce postižených oblastí je paměť. S věkem klesá schopnost efektivně přijímat nové informace, jejich ukládání do dlouhodobé paměti a následné vybavování. Dochází ke zhoršení zapamatovatelnosti, vybavitelnosti, vnímavosti, představivosti a také k poklesu koncentrace a zájmu o okolní dění. Starší jedinci si často velmi dobře uchovávají vzpomínky z mladších let, například na dětství, avšak mohou mít problémy s připomenutím si nedávných událostí, jako je například to, co dělali předchozí den. I přesto, že paměť bývá v některých oblastech oslabena, intelektuální schopnosti, jako je schopnost analýzy, hodnocení a syntézy informací, nebývají výrazně omezeny. Zachována bývá i slovní zásoba získaná v mladším věku, která často přetrvává až do pozdního stáří. Osoby s bohatými životními zkušenostmi bývají moudřejší, vyrovnanější a schopné efektivněji činit rozhodnutí, což se projevuje ve vyšší míře rozvážnosti a sociální inteligence (Poledníková, 2006). Na funkci paměti mohou mít vliv i tělesné faktory. Zhoršení sluchu a zraku může negativně ovlivnit procesy spojené s pamětí, jelikož snižuje schopnost efektivně vnímat a zpracovávat informace. Smyslové poruchy mohou bránit adekvátnímu uchovávání informací, což následně ovlivňuje jejich vybavování a zpracování (Kroupová, 2010).

Pozornost

Pro správnou a rychlou orientaci je klíčový senzorický registr. Schopnost věnovat pozornost na důležité informace, ignorovat ty méně podstatné, přizpůsobovat pozornost aktuální situaci a koordinovat příjem informací z různých zdrojů se s věkem postupně zhoršuje. Úroveň pozornosti u seniorů závisí na konkrétní situaci a typu úkolu (Vágnerová, 2007).

Kulišťák (2003) naopak uvádí, že pozornost ve vztahu ke stárnutí zůstává jako funkce relativně stabilní, pokud je centrální nervová soustava v normálním stavu. Případné snížení výkonu souvisí spíše s vnímáním než se samotnou pozorností.

Sociální změny spojené se stárnutím

Kapitola se zabývá proměnami, které provázejí přechod do důchodového věku. Popisuje psychologické a sociální dopady ukončení profesní dráhy, jako je ztráta identity, pokles společenské prestiže či omezení sociálních kontaktů. Zároveň poukazuje na nové možnosti naplnění a osobního rozvoje ve stáří, například skrze rodinné vazby, komunitní aktivity či zájmové činnosti, které podporují duševní pohodu a pomáhají redefinovat roli seniora ve společnosti.

Přechod do důchodového věku bývá často provázen snížením pocitu společenské užitečnosti a prestiže, které byly dříve spojovány s profesní rolí jedince – obzvláště v případech, kdy šlo o profesi vnímanou jako osobně naplňující. Mnozí senioři se proto nechtějí vzdát svého pracovního místa, a i přes dosažení důchodového věku zůstávají aktivní na trhu práce. Odchod z pracovní sféry však neznamená pouze ukončení profesní činnosti, ale často také ztrátu identity, která byla s výkonem zaměstnání úzce spjata. Dochází k nutnosti přijetí nové sociální role, jež nahrazuje dosavadní postavení. Obvykle dochází i ke snížení četnosti sociálních kontaktů. Důchodce ztrácí vazby, které byly navázány v rámci pracovního prostředí. Někteří přátelé mohou být nemocní nebo již zemřeli. Důležitým mezníkem se často stává úmrtí partnera, které bývá doprovázeno pocitem osamělosti. Za účelem udržení aktivního sociálního života je nutné hledat nové příležitosti například v komunitních centrech nebo v klubech pro seniory. V oblasti rodinného života dochází rovněž k významným změnám. Řada seniorů přebírá roli prarodičů, což může významně pomoci naplnění potřeby společenské užitečnosti a současně přispět k posílení rodinných vazeb (Hubáčková, 2017). Vedle zapojení do rodinného života představuje stáří také příležitost k novému sebepoznání a rozvoji v oblastech, které byly během pracovního života

často opomíjeny. Uvolnění od každodenních pracovních povinností umožňuje seniorům věnovat se činnostem, jež přinášejí osobní uspokojení a podporují psychickou pohodu – například studiu v rámci Univerzity třetího věku, zájmovým aktivitám či péči o domácí zvířata. V tomto období dochází ke změně orientace jedince – zatímco produktivní věk je často zaměřen na budoucnost a profesní růst, ve stáří se pozornost více obrací k minulosti. Vzpomínky na osobní zážitky a životní zkušenosti se stávají důležitým prvkem identity a senioři je často sdílejí s okolím. Přestože může být stáří spojeno se ztrátou některých sociálních rolí, nabízí zároveň prostor pro jejich nové definování (Blahová, 2023).

3 NEJNOVĚJŠÍ DOHLEDANÉ POZNATKY O ZOOTHERAPII

Zooterapie představuje cílenou terapeutickou metodu, která využívá kontaktu se zvířaty jako podpůrného prostředku ke zlepšení celkového stavu člověka, a to zejména v oblasti psychické, sociální i fyzické pohody. V péči o seniorskou populaci nachází své uplatnění především v rámci pobytových zařízení sociálních služeb, kde může přispívat ke zvýšení kvality života, zmírnění pocitu izolace a posílení motivace ke každodenním činnostem. S rostoucím důrazem na holistický přístup k péči o starší osoby je tento typ intervence stále častěji reflektován hlavně v gerontologii. Následující část se věnuje terminologickému vymezení zooterapie, její historii a formám.

Pojem zooterapie, známá také jako animoterapie nebo petterapie, může být definována několika způsoby. Všechny definice se však shodují v tom, že se jedná o pozitivní vliv zvířat na člověka. Termín zahrnuje různé druhy terapií, které využívají zvířata. V závislosti na druhu zvířete, které se používá (například pes, kůň, kočka), mají jednotlivé terapie specifické názvy, jako jsou canisterapie, hipoterapie, felinoterapie a další (Hladíková, 2011).

Bicková (2020) uvádí, že existuje řada různých definic, přičemž zooterapie se chápe jako využívání zvířat v různých formách k dosažení pozitivního vlivu na člověka. Autorka považuje za vhodnější a přesnější označení hovořit o zooterapii jako o intervencích za asistence zvířat (AAI). Tkadlecová (2024) zmiňuje, že podle Tvrdé (2020) je animoterapie oblastí, která zahrnuje speciální práci se zvířaty a soubor dovedností terapeuta, jehož cílem je využít pozitivní vliv zvířat na biologické, psychické, sociální a spirituální aspekty člověka. Odendaal (2007) považuje terapii se zvířaty za inovativní a účinný terapeutický přístup, který se stále více rozšiřuje a nachází své místo i v domovech pro seniory. Podle názoru Odendaala (2007) a Tvrdé (2020) může kontakt se zvířaty a jejich začlenění do terapeutických programů pozitivně přispět k fyzické, emocionální a sociální pohodě starších lidí. Tito autoři souhlasí, že tato terapie přináší mnoho přínosů a vytváří prostředí, ve kterém se senioři cítí podporováni a obohaceni. Všimáme si pozitivního působení zvířat hlavně v ústavních zařízeních například domovy pro seniory, dětské domovy, stacionáře a jiné. Zooterapie se uplatňuje v různých vědních disciplínách, zejména v pedagogice, psychologii, sociologii, gerontologii, psychiatrii, a to jak v oblasti veterinární, tak i humánní medicíny. Chlupatý společník může být důvodem rychlejší a snazší adaptace klientů v těchto

zařízeních. Dokonce samotná přítomnost zvířete dokáže vytvořit příjemnější prostředí nejen pro klienty, ale i pro personál (Tapšíková, 2009). Na uvedené poznatky navazuje systematický přehled od Orr et al. (2023), jehož cílem bylo shrnout dostupné kvalitativní i kvantitativní důkazy o vlivu zooterapie v prostředí domovů pro seniory. Přehled zahrnoval celkem 34 studií, z nichž některé se zaměřovaly na zkušenosti a vnímání obyvatel a zaměstnanců, zatímco jiné hodnotily konkrétní účinky těchto intervencí na psychickou a sociální pohodu. Kvalitativní data poukazují na to, že přítomnost zvířat může napomáhat redukci pocitu osamění, podporovat reminiscenci, umožňovat vyjádření emocí, navazování vztahů a přispívat k udržení identity seniorů v institucionálním prostředí. Zvíře zde neplní pouze funkci „terapeutického nástroje“, ale je vnímáno jako živá bytost, se kterou si senioři mohou vytvořit smysluplný vztah. Kvantitativní studie sice vykazovaly určité metodologické nedostatky (např. malý počet účastníků), přesto však naznačují, že interakce se zvířaty mohou mít pozitivní dopad na snižování úrovně deprese, úzkosti a pocitu izolace. Zvířata navíc přispívala k vytváření domácí atmosféry v prostředí domovů a pozitivně ovlivňovala nejen samotné klienty, ale i pracovníky zařízení. Z těchto zjištění vyplývá, že zooterapie má potenciál být významnou součástí personálně orientované péče o seniory. Podporuje individualizovaný přístup, zvyšuje kvalitu života obyvatel a může být důležitým nástrojem pro podporu duševního zdraví i v dlouhodobé péči.

Historie zooterapie

Animoterapie, jejíž kořeny sahají až do období 8. a 9. století, se původně rozvinula v Belgii, kde byla zvířata využívána v léčebných zařízeních k podpoře zdravotní péče (Brožová, 2014). Výraznější rozvoj nastal během druhé světové války, kdy se zvířata využívala při rehabilitaci vojáků. V roce 1792 byla v Anglii otevřena klinika York Retreat, která jako první implementovala inovativní metody péče o duševně nemocné, a podobně v německém Bethelu byla zvířata začleněna do péče o pacienty s epilepsií.

Skutečný impuls pro další rozvoj animoterapie však přišel v 70. letech, kdy psychiatr Boris Levinson poprvé označil zvířata za „ko-terapeuty“, kteří urychlují terapeutické procesy. Tento objev položil základy pro intenzivní rozvoj animoterapie v 80. a 90. letech, kdy se začaly vypracovávat standardy pro výběr zvířat a jejich zapojení do terapií. V roce 1977 byla v USA založena organizace Pet Partners, která stanovila pravidla pro terapii se zvířaty, čímž významně přispěla k systematizaci této metody.

Důležitým mezníkem take bylo založení International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO) v roce 1992 (Bicková, 2020).

Organizace se zaměřuje na výzkum a podporu praktických aplikací interakcí mezi lidmi a zvířaty, což vedlo k větší mezinárodní spolupráci. Česká republika se stala členem IAHAIO v roce 1985 prostřednictvím národní asociace (Velemínský et al., 2007).

V roce 2018 přijala organizace strategii One Health a One Welfare, která zdůrazňuje důležitost propojení zdraví lidí, zvířat a životního prostředí (Bicková, 2020).

Metody zooterapie

V oblasti zooterapie existuje několik metod, které využívají interakce mezi zvířaty a lidmi pro dosažení terapeutických a podpůrných cílů. Jejich rozdíl je nejen v konkrétních terapeutických cílech, ale také v rozsahu využívaných zvířat a v kompetencích odborníků, kteří je provádějí. Kapitola se zaměřuje na přehled jednotlivých metod zooterapií, jejich specifika a možnosti aplikace v různých kontextech, jako jsou zdravotní péče, vzdělávání či krizová intervence.

1. **Animal-assisted interveticion** – Animal-assisted intervention (dále jen AAI) je definována podle dokumentu White Paper jako „na cíl orientovaná intervence, zahrnující a začleňující zvířata do služeb v oblasti zdravotnictví, vzdělávání a služby v oblasti pomáhajících profesí“ (Bicková, 2020). V tomto případě Tvrdá (2020) klade důraz na jak na znalost klientovi anamnézy, tak i diagnózy.
2. **Animal-assisted therapy** – Animal-assisted therapy (dále jen AAT) v překladu terapie za pomoci zvířat. Zvíře je nedílnou součástí léčebného procesu a jeho role je řízena profesionálem se znalostí terapeutických postupů. Cíle terapie jsou přesně stanoveny a propojeny s léčebným či rehabilitačním plánem klienta (Bicková, 2020). Jako primární cíl považujeme podporu léčebného procesu či rehabilitace. Mezi klasické techniky řadíme polohování, hry vedoucí k rozvoji motoriky a sociálních dovedností, hlazení a péče o zvíře, cílené zlepšování paměti a orientace (Velemínský et al., 2007).
3. **Animal-assisted education** – Animal-assisted education (dále jen AAE) přeloženo jako vzdělávání za pomoci zvířat. Jedná se o ne příliš rozšířenou metodu mezi dobrovolníky. Považujeme za důležité znalost klientovi diagnózy, avšak znalost anamnézy není příliš nutná (Tvrdá, 2020). Metoda se zaměřuje na využití zvířat ve vzdělávacím procesu, například při zvyšování motivace k učení nebo podpoře sociálních dovedností. Řídí ji kvalifikovaný či speciální pedagog. Zvýšení motivace

k učení, zážitkové učení a aktivity vedoucí k osobnímu rozvoji jsou klíčovým cílem. Posun se měří a zaznamenává (Bicková, 2020).

4. **Animal-assisted coaching** – Animal-assisted coaching (dále jen AAC) neboli koučování a poradenství za asistence zvířat. Jedná se o vedenou intervenci, která pomáhá lidem v osobním růstu, sociálním fungování nebo zvládání stresu (Bicková, 2020).
5. **Animal-assisted activities** – Animal-assisted activities (dále jen AAA) v překladu aktivity za pomoci zvířat. Jde o zapojení zvířat do aktivit se vzdělávacím, motivačním nebo rekreačním charakterem. Nemají stanovené léčebné cíle. Obvykle provádějí školení dobrovolníci. Místa konání těchto aktivit často bývají domovy pro seniory, školy nebo sociální zařízení. Jeden z cílů je zúčastněné potěšit, přinést jim radost nebo také zlepšit kvalitu života (Bicková, 2020). Další z cílů je podpořit klienta k aktivizaci. Nejčastějšími technikami jsou hlazení zvířete, hry, péče o zvíře (Velemínský et al., 2007). Zcela nevědomě dochází k pozitivnímu vlivu na psychosociální i fyziorehabilitační úrovni (Tvrdá, 2020).
6. **Animal-assisted crisis response** – Animal-assisted crisis response (dále jen AACR) neboli krizová intervence za pomoci zvířat. Metoda spočívá v cíleném kontaktu člověka a zvířete v krizových situacích, například po traumatických událostech. AACR pomáhá zmírňovat stres a stabilizovat psychický i fyzický stav zasažených osob, prostřednictvím působení speciálně cvičeného a vedeného psa (Bicková, 2020). Je velmi nutné, aby prováděl zooterapeut se znalostí psychologie a po absolvování školení v rámci integrovaného záchranného systému. Dochází k zaznamenávání dle možností zooterapeuta, po dokončení dochází k vyhodnocení společně s ostatními složkami záchranného systému (Velemínský et al., 2007).

Cíle zooterapie

Tvrdá (2020) zdůrazňuje, že cíle zooterapie se u jednotlivých uživatelů mohou značně lišit. Příklady těchto cílů zahrnují zlepšení zdravotního stavu, osvojení nových dovedností nebo dosažení celkových pozitivních změn v životě jednotlivce. Dále pak mezi konkrétní dílčí cíle řadí například zlepšení hrubé a jemné motoriky, rozvoj komunikačních schopností, podporu psychického zdraví, zvýšení fyzické aktivity, motivace, zlepšení kognitivních funkcí, stimulaci smyslových vjemů nebo snížení úrovně napětí. Bubníková (2023) upozorňuje, na odborníky, kteří při stanovování cílů zooterapie rozlišují mezi krátkodobými,

střednědobými a dlouhodobými cíli. Cíle se formují na základě informací o fyzickém a psychickém stavu jednotlivce, jeho potřebách, zájmech a schopnostech. Zdůrazňuje, že cíle se mohou vyvíjet v závislosti na změnách zdravotního stavu nebo jiných okolnostech. Podle ní by měly být cíle součástí individuálního plánu, který určuje konkrétní metody zooterapie přizpůsobené potřebám jednotlivce, přičemž tyto metody jsou vybírány na základě stanovených cílů a slouží k jejich dosažení.

Rozmanitost zvířat v animoterapii

Pro zooterapii lze využít jakékoli zvíře, včetně hmyzu (Tvrdá, 2020). Totožný názor má i Bender (2019), která uvádí širokou škálu netypických terapeutických zvířat. Podle autorky je možné využít jakékoli zvíře k terapeutickým účelům. Zooterapie může zahrnovat různé druhy zvířat, například psy, kočky, koně, delfíny a další. Dokonce pro terapeutické účely lze využívat i zvířata jako želvy, králíky nebo morčata, přičemž terapie s těmito zvířaty již nemá samostatné označení (Tapšíková, 2009). Je nezbytné klást důraz, že bez ohledu na druh zvířete, musí být každé z nich zvyklé jak na přítomnost člověka, tak i na bližší kontakt s ním.

4 NEJNOVĚJŠÍ DOHLEDANÉ POZNATKY O ZOOTHERAPII V DOMOVĚ PRO SENIORY

Péče o seniory v pobytových zařízeních, jako jsou domovy pro seniory, se nesoustředí pouze na zajištění každodenní péče, ale i na podporu psychické pohody a kvality života klientů. Jakmile se ocitnou v takových zařízeních, často čelí výzvě spojeným s adaptací na nové prostředí, osamělostí nebo ztrátou samostatnosti. V posledních letech se jako účinný nástroj pro zlepšení duševního a fyzického zdraví seniorů ukazuje zooterapie. Terapeutický přístup, zaměřený na posílení pozitivního vlivu zvířat na psychiku a jejich pohodu, se postupně ukázal jako významná součást péče v domovech pro seniory. Další část textu se bude věnovat nejen definici domova pro seniory, ale také tomu, jak co nejvíce zpříjemnit adaptaci a celkový pobyt klientům. Významnou roli v tomto ohledu hraje již zmíněná animoterapie. Součástí kapitoly bude také přehled tří nejčastějších druhů zooterapie podle použitých zvířat a závěrem se zaměříme na přínosy, které může mít pro starší osoby. Domov pro seniory představuje specifickou službu v oblasti sociální péče, určenou pro jedince, kteří z různých důvodů již nejsou schopni samostatně vykonávat každodenní činnosti (Svitáková, 2022). Pobytová zařízení tohoto typu poskytují náhradní domov po dobu jejich života, přičemž zohledňují jejich individuální potřeby a omezení a zajišťují nezbytnou podporu při vykonávání běžných životních aktivit (Malíková, 2020). Zařízení poskytující péči o seniory nesou vysokou odpovědnost – zajistit svým klientům kvalitní a důstojný život plný spokojenosti. Výrazně k tomu přispívá nejen příjemné prostředí, ale i ochotný personál, který je vždy k dispozici a na nějž se senioři mohou spolehnout (Prošková, 2011). Klient, v zařízení, není pouze pasivním účastníkem péče, ale aktivním partnerem, který se podílí na celém procesu. Cílem je podpořit nebo zachovat jeho soběstačnost, přičemž nejde o to, vykonávat úkoly za něj, ale pomoci mu je zvládnout samostatně. Díky tomu dochází ke kladnému působení a jeho sebevědomí (Soukalová, 2021). Kvalita života je ovlivněna jak objektivními faktory, tak subjektivním vnímáním jedince. Mnozí senioři kladou největší důraz na své zdraví, přičemž jeho zhoršení a omezení životních podmínek často vedou ke snížení kvality života. Negativně působí také ztráta samostatnosti a rostoucí závislost na pomoci okolí. Kromě fyzické slabosti může k závislosti přispívat i zapomnětlivost, která bez dohledu a péče může být nebezpečná. Péče o závislého seniora je velmi náročná nejen pro profesionální pracovníky, ale i pro rodinné příslušníky, kteří se snaží pečovat o své blízké doma. Naopak pozitivně k zachování kvality života přispívá sociální kontakt, účast na společenských akcích, možnost věnovat se vlastním zájmům a udržování duševní aktivity.

Avšak se stárnutím klesá schopnost adaptace na změny, a to nejen v oblasti fyzických změn, ale i při přizpůsobování se novému prostředí (Velemínský et al., 2007).

Nedostatky v přístupu k novému klientovi mohou zahrnovat podceňování jeho situace nebo její zlehčování. Další nevhodný přístup je ponechání seniora bez pomoci, což může vést k rychlému propadu do depresí a ztrátě schopnosti zvládat každodenní záležitosti. Není výjimečné, že během několika dní dojde k výraznému zhoršení zdravotního stavu, což může vést k nutnosti hospitalizace (Papulová, 2013). Přejít do domova pro seniory bývá obzvlášť náročný, protože znamená ztrátu domova, známého prostředí a blízkých lidí. Takový proces může vyvolat smutek a pocit odloučení, protože senior opouští část svého života, která pro něj měla hluboký význam. Dalším častým problémem je osamělost, která může vzniknout z přesvědčení, že byli jednotlivci do domova „odloženi“ (Velemínský et al., 2007).

Senioři a zooterapie

Základem zooterapie v zařízeních pro seniory je zjištění, že zvíře se často stává nejvěrnějším a někdy i jediným společníkem člověka, zvláště v obdobích osamění a nemoci (Velemínský et al., 2007). K realizaci zooterapie zaměřené na rehabilitaci je nutné použít zvířata, která jsou speciálně vychována a vycvičena pro terapeutické účely, a to pod vedením kvalifikovaného odborníka (Pospíšilová, 2021). Pro úspěšnou realizaci zooterapií v domovech pro seniory je kladen důraz na preventivní opatření k minimalizaci rizika infekčních komplikací. Mezi opatření patří pravidelné sledování zdravotního stavu terapeutických zvířat a jejich pečlivá hygiena, aby se zajistila způsobilost pro interakci s pacienty. Součástí tohoto procesu je i pravidelná veterinární prohlídka, která umožňuje včasné zjištění jakýchkoli potenciálních zdravotních problémů. Následovně je nutné definovat jasná pravidla pro kontakt mezi zvířaty a pacienty, čímž se minimalizuje riziko přenosu infekcí a zároveň se maximalizuje terapeutický přínos pro klienty (Dalton et al., 2020). Pro klienty umístěné v domovech pro seniory, kteří často podléhají postupné rezignaci a dlouhodobé nečinnosti, mohou zvířata naplnit jejich potřebu náklonnosti, blízkosti, péče, důvěry, lásky a radosti (Jelínková, 2011).

Bubníková (2023) je přesvědčena, že mohou zvířata do určité míry nahradit lidskou lásku. Každý živočich může seniorovi nabídnout něco zvláštního, co na něj má jedinečný vliv. Autorka se domnívá, že zvířata mají na lidi pozitivní vliv, přičemž tento vliv je zvlášť významný u seniorů, kteří pobývají v zařízeních dlouhodobé péče, kde mohou čelit

negativním emocím, jako jsou deprese či osamělost. Na zmíněném názoru se shodují Galajdová L. a Galajdová Z. (2011) zdůvodňují tím, že fyzický kontakt se zvířaty, například hlazení, může stimulovat vylučování hormonu oxytocinu, který má pozitivní vliv na fyzickou i psychickou pohodu člověka.

Vybrané terapie podle druhu zvířat

V rámci petterapie rozlišujeme několik přístupů v závislosti na druhu zapojených zvířat a konkrétním cíli terapie. Zde se zaměříme na vybrané terapie podle jejich druhu, které se v praxi nejčastěji využívají.

1. **Canisterapie** – Pojem vychází z latinského výrazu canis, což v překladu znamená pes (Bicková, 2020). Termín canisterapie vznikl v roce 1993 díky Jiřině Lacinové, která byla zároveň průkopnicí a pracovnící v této oblasti, a to ve spolupráci se sdružením Filia (Jelínková, 2011). Představuje terapii za pomoci psa, která má na člověka pozitivní vliv jak po fyzické, tak psychické stránce. Hovoříme o metodě, která prostřednictvím interakce se psem přispívá ke zlepšení emočního prožívání, snižování stresu a podporu duševní pohody. Kontakt se psem může mít uklidňující efekt, pomáhat s regulací krevního tlaku, zmírňovat úzkost a posilovat sociální vazby. Nachází uplatnění u široké škály cílových skupin, včetně dětí, seniorů, osob se zdravotním postižením či jedinců v náročných životních situacích. V současnosti se dělí na několik forem, mezi které patří asistované, edukativní a terapeutická canisterapie, přičemž každá z nich má specifické cíle a metody aplikace. Přítomnost psa v domovech pro seniory má pozitivní vliv na atmosféru i psychický stav obyvatel. Kontakt se zvířetem podporuje komunikaci, vyvolává vzpomínky a pomáhá snižovat pocity osamění. Výzkumy ukazují, že interakce se psem může mít terapeutický efekt například u pacientů s Alzheimerovou chorobou, u nichž podporuje aktivaci vzpomínek a zlepšuje jejich orientaci. Kromě psychologických přínosů má canisterapie vliv i na fyzické zdraví – což jsem zmiňovala výše. Pro mnoho seniorů je ztráta vlastního psa velmi bolestivá, jelikož je spojena s pocitem osamělosti a ztrátou smyslu života. Canisterapie dokáže chybějícího mazlíčka částečně nahradit a přinést do jejich života radost a emocionální naplnění. Důležitou roli hraje i tělesný dotyk, který je u starších lidí často opomíjený. Možnost pohladit psa, cítit jeho blízkost je pro ně zásadní a pozitivně přispívá k jejich duševnímu zdraví. Pravidelné návštěvy terapeutických psů představují významný prvek v péči

o seniory a mohou výrazně přispět ke kvalitě jejich života (Galajdová Z., Galajdová L., 2011). Činnosti prováděné se psem, jako je hlazení, česání nebo nasazování obojku, mohou přispět k procvičování jemné motoriky (Velemínský et al., 2007).

Galajdová Z. a Galajdová L. (2011) uvádí existenci dvou hlavních modelů canisterapie, které jsou využívány v institucích. Návštěvní model zahrnuje týmy tvořené psem a jeho psovodem, kteří prošli odborným výcvikem a certifikací, ale nejsou zaměstnanci zařízení. Navštěvují klienty dle předem stanoveného harmonogramu, obvykle jednou týdně nebo jednou za 14 dní. Jedna návštěva většinou trvá 1–2 hodiny. Terapie vždy probíhá za přítomnosti zaměstnance zařízení. Model umožňuje přizpůsobit četnost i délku návštěv potřebám klientům. Rezidentní model spočívá v tom, že pes patří jednomu ze zaměstnanců zařízení, který za něj plně zodpovídá. Pes provází svého majitele po většinu pracovní doby. Je považován za součást personálu. Zmíněný přístup nabízí intenzivnější zapojení psa do terapeutických aktivit. Je kladen důraz na jeho pohodu, aby nedošlo k přetížení (Galajdová Z., Galajdová L., 2011). Canisterapie není vhodná pro každého, proto je důležité stanovit případy, kdy by neměla být aplikována. Jde o situace, které označujeme jako kontraindikace, dělíme je na absolutní nebo relativní. Mezi absolutní kontraindikace patří alergie na psa nebo náboženské přesvědčení. Jednou z hlavních relativních kontraindikací je strach ze psa (Tvrdá, 2020). Thodberg et al. (2021) se zaměřila na zkoumání vlivu návštěv psů na chování obyvatel domovů pro seniory. Cílem bylo analyzovat, jak různé typy návštěv (se psem a bez aktivity, se psem a s aktivitou, nebo beze psa, ale s aktivitou) ovlivňují interakci s účastníky a jak úroveň kognitivního poškození jednotlivců může modifikovat interakci. Studie byla navržena jako stratifikovaný a randomizovaný blokový design, kde každý domov pro seniory tvořil samostatný blok a účastníci byli náhodně přiřazeni k jednomu ze tří typů návštěv. Účastníci byli seřazeni podle skóre Mini-Mental State Examination a následně přiřazeni k návštěvám na základě tohoto pořadí. Každý účastník absolvoval 12 návštěv během 6 týdnů. Návštěvy se skládaly z tří typů:

- **Pes bez aktivity** – účastníci se setkali s psem, který byl v jejich dosahu po celou dobu návštěvy. Zpočátku byl kladen důraz na fyzický kontakt s psem a následně se o něm vedl rozhovor.

- **Pes s aktivitou** – návštěvy začínaly podobně jako první typ, ale po dvou minutách byla zavedena aktivita spojená s psem, například česání psa nebo skrývání pamlsků, což účastníkům poskytlo více podnětů k interakci.
- **Aktivita bez psa** – účastníci se zapojili do různých aktivit, které nevyžadovaly přítomnost psa, jako například prohlížení historických předmětů nebo poslouchání hudby.

Každý účastník absolvoval dvě návštěvy týdně a každá návštěva trvala 10 minut. Pozorovatelé během těchto návštěv zaznamenávali interakci účastníků, včetně jejich verbální komunikace, fyzického kontaktu s psem a zapojení do aktivit. K tomu využívali tablety, které umožnily podrobné sledování frekvence a délky jednotlivých interakcí. Výsledky ukázaly, že návštěvy se psem bez aktivity měly větší vliv na interakci se psem, zejména u účastníků s mírnějším kognitivním poškozením. Naopak, návštěvy se psem a aktivitou vedly k menší interakci se psem, přičemž účastníci s těžším kognitivním poškozením se častěji nezapojovali do aktivit. V návštěvách beze psa a s aktivitami byly interakce více zaměřeny na samotnou aktivitu, a to i u účastníků s těžším poškozením. Výsledky naznačují, že pro osoby s nižším kognitivním poškozením jsou vhodné kombinace psí návštěvy a aktivit, protože stimulují více interakcí a zapojení. U osob s těžším kognitivním poškozením však může být efektivnější pouze přítomnost psa, bez složitějších aktivit. Studie potvrzuje důležitost přizpůsobení typu návštěv podle kognitivního stavu jednotlivých účastníků, což by mohlo přispět k lepšímu využití terapií se psy v domovech pro seniory. Celkově studie ukázala, že přítomnost psa může výrazně ovlivnit chování a pohodu obyvatel domovů pro seniory, a to zejména pokud jsou návštěvy správně přizpůsobeny individuálním potřebám a schopnostem účastníků (Thodberg et al., 2021).

2. **Hiporehabilitace** – Definujeme jako aktivitu spojenou s rehabilitací člověka pomocí koně. Hovoříme o nejvíce rozšířené metodě, co se týče zooterapie, která není samostatnou nebo univerzální léčbou, ale doplňuje další rehabilitační techniky. Je součástí rehabilitačního systému, jehož cílem je nejen zlepšení pohybových schopností, ale i celkově zvýšení kvality života pacientů. Rehabilitace, jak ji definuje Světová zdravotnická organizace, představuje proces obnovy nezávislého fungování člověka po úrazu, nemoci či jiném omezení. Kůň je vnímán jako prostředník mezi člověkem a okolním světem, přičemž jeho přítomnost může pozitivně ovlivnit

lidskou psychiku, zejména v oblasti sebekontroly, empatie a emocionální stability. Terapeutický vliv koně byl rozpoznán již ve starověku (Velemínský et al., 2007). Pohyb koně stimuluje centrální nervový systém, což člověka nutí k udržování rovnováhy. Dochází k aktivaci svalů a kloubů, zlepšení přenosů signálů v nervových drahách a podpoře mozku ve zpracovávání informací o poloze těla ve vztahu k prostoru a jeho následné koordinaci. Klinicky to vede ke zlepšení volní motoriky a držení těla, což přispívá k rozvoji posturální motoriky a posílení svalstva (Línková, 2012). Koně jsou zvířata s vyvinutým obranným instinktem, což znamená, že citlivě reagují na podněty, které mohou vnímat jako potencionální nebezpečí. V hiporehabilitaci hraje psychika koně klíčovou roli, protože přímo ovlivňuje jeho ochotu podílet se na terapii a intenzitu výkonu při práci s klienty. Charakter koně je částečně dán geneticky, avšak základní vliv mají i vnější podmínky, včetně prostředí a způsobu výchovy. Po terapeutické využití jsou nejvhodnější koně, kteří se snadno přizpůsobují. Velmi důležitá je trpělivost při častém střídání klientů, schopnost zvládat fyzické nesrovnalosti při nasedání či sesedání a psychická odolnost vůči různým podnětům, například hlasitým zvukům (Bicková, 2020). Zaměřuje se především na tělesné faktory, které ovlivňují účinky jízdy na koni. Klíčovým aspektem je specifický pohyb koně, který zahrnuje tři hlavní pohyby: pohyb hřbetu koně vpřed a vzad, ze strany na stranu a pohyb nahoru a dolů. Využívané pohyby vyžadují od jezdce určitou pohybovou kompenzaci. V rámci hippoterapie se rovněž využívá teplota těla koně, což má pozitivní vliv na uvolnění ztuhlého svalstva u tělesně postižených osob (Tapšíková, 2009). Specifický pohyb koně, který simuluje přirozený pohyb člověka, napomáhá k aktivaci různých svalových skupin a zlepšuje motoriku pacienta. Rytmické pohyby koně pozitivně ovlivňují posturální reflexy jezdce, čímž dochází ke zlepšení koordinace a rovnováhy, což je velmi přínosné pro pacienty trpící neurologickými a pohybovými poruchami. Hipoterapie má nejen tělesné účinky, ale také pozitivní psychologický vliv, protože stimuluje duševní pohodu a snižuje úzkost, což může přispět k celkovému zlepšení kvality života pacientů. Pozitivní terapeutické účinky jsou využívány nejen v rámci rehabilitace tělesně postižených osob, ale i u pacientů s psychickými poruchami, čímž se hipoterapie stává komplexní metodou s širokým spektrem využití (Portaro et al., 2020).

a) Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění

Zde řadíme jak jízdu na koni, tak i pouhý kontakt s koněm, přičemž oba tyto aspekty mají pozitivní vliv na psychiku jednotlivce. Terapie je obvykle doporučována odborníky, jako jsou psychologové, psychiatři nebo speciální pedagogové. Jejím hlavním cílem je zlepšení chování, zmírnění následků různých postižení, posílení sebevědomí a podpora rozvoje komunikačních schopností (Velemínský et al., 2007).

U seniorů, kteří často čelí poklesu fyzické zdatnosti, omezení mobility, psychosociální izolaci nebo i počínající kognitivní dysfunkci, nabývají aktivity s koňmi stále většího významu jako inovativní a komplexní forma podpory kvality života (Badin et al., 2022).

b) Rekreační a sportovní ježdění handicapovaných

Využívá se k podpoře zlepšení psychického a fyzického stavu osob s hendikepem. Klienti se učí jezdit na koni, přičemž trénink je přizpůsoben jejich konkrétním potřebám a schopnostem. Kromě jízdy mohou také participovat na různých závodech a soutěžích, jako jsou paravoltiž nebo paradrezura (Tapšíková, 2009).

3. **Felinoterapie** – Pojem felinoterapie vychází z latinského výrazu felis, což v překladu znamená kočka (Bubníková, 2023). Zaměřuje se na pozitivní interakci mezi člověkem a kočkou k podpoře zdraví a psychické pohody (Velemínský et al., 2007). Spadá pod mezinárodní klasifikaci AAA. Klasická forma zahrnuje fyzický kontakt klienta s kočkou, která může být umístěna na škrabadle, polštáři, lůžku či invalidním vozíku. Dále jsou možné procházky s kočkou, které probíhají v bezpečných prostorách, jako jsou zahrady nebo chráněné venkovní oblasti. Každá návštěva felinoterapeutického týmu je důkladně zaznamenávána, a to buď formou zápisu, videozáznamu nebo fotodokumentace. Záznamy slouží k analýze interakcí mezi klientem, terapeutem a kočkou. Délka jedné terapeutické návštěvy by neměla přesáhnout jednu hodinu. Pokud jsou plánovány dvě návštěvy v jeden den, měly by být rozloženy do dopoledního a odpoledního bloku, aby měla kočka dostatečný čas na odpočinek. Vzhledem k tomu, že kočkovité šelmy prospí až 20 hodin denně, je nutné respektovat jejich přirozený rytmus a zabránit přetížení. Přinášet dobrou náladu, zlepšit psychický stav a aktivizovat je nejdůležitějším cílem terapie (Bicková, 2020).

Chlupatí společníci seniorům často poskytují příjemný pocit tepla díky své srsti, která může pomoci uvolnit napětí a přinést pocit klidu a pohody (Mikuličová, 2019). Kočky, které jsou vhodné pro felinoterapii, by měly vykazovat vlastnosti jako klid, přátelskost, vyrovnanost a zájem o interakci s lidmi. Nejčastěji se v zooterapii využívají v rámci návštěvních programů. Jejich přítomnost může mít pozitivní vliv na různé faktory, jako je zlepšení hodnot krevního tlaku a srdeční frekvence, a také pomáhá snižovat úroveň stresu. Mimo to mohou stimulovat paměťové funkce a zmírňovat stres seniorů, zejména při jejich adaptaci na nové prostředí v domovech pro seniory (Bubníková, 2023).

Pavelková (2019) uvádí, že felinoterapie má největší rozšíření ve Velké Británii a v USA.

Vliv zooterapie na seniory

Vzhledem k tomu, že senioři v těchto zařízeních často čelí pocitům osamělosti, ztrátě soběstačnosti nebo nedostatku sociálních kontaktů, jak jsem již zmiňovala, může právě interakce se zvířetem hrát důležitou roli v jejich každodenním životě. Proto se následující část zaměří na konkrétní dopady zooterapie na klienty a na to, jakým způsobem může přispívat ke zlepšení jejich kvality života.

1. **Vliv na fyzické zdraví** – Pozitivní efekt interakcí se zvířaty spočívá v jejich vlivu na fyzické zdraví. U seniorů trpících vysokým krevním tlakem bylo prokázáno, že interakce se psem vedla k výraznému poklesu systolického i diastolického krevního tlaku (Cherniack E. P., Cherniack A. R., 2014). Zároveň zvířata přispívají ke zlepšení fyzické kondice, protože jejich péče vyžaduje určitou míru aktivity, což může seniory podnítit k pohybu a přispět k prevenci zdravotních problémů, jako je vysoký krevní tlak či srdeční choroby (Lupienská, 2011). Pozitivní vliv na zdraví podporují i výzkumy Oaklandera (2017) a Proškové (2011), kteří jsou také toho názoru, že zvířata mohou přispět k poklesu krevního tlaku. Prošková (2011) dokonce uvádí, že přítomnost zvířete je účinnější než užívání antihypertenziv. Zárubová (2015) potvrzuje, že canisterapie kladně působí na zmírnění bolesti, což se projevuje snížením potřeby užívání analgetik. Pacienti, kteří se pravidelně věnovali interakcím s kočkami, dosahovali lepších výsledků v rehabilitaci. Měli uvolněnější horní končetiny, jejich úchop se značně zlepšil a proces osvojování základních sebeobslužných dovedností probíhal rychleji, i u pacientů s těžšími obtížemi (Nerandžič, 2006). U pacientů po cévní mozkové příhodě bylo využití psa

jako terapeutického nástroje považováno za efektivní, zejména ve srovnání s používáním kompenzačních pomůcek, jako jsou běžecké pásy nebo chodítka. Chůze se psem se ukázala jako plynulejší, rychlejší a vedla k lepšímu vzorci chůze u pacientů. Tento pozitivní vliv se navíc udržel i po delší době a přetrval i při chůzi bez psa. Na rozdíl od běžeckých pásů je chůze se psem flexibilnější, protože pacient má možnost okamžitě reagovat na změny terénu (Gardiánová et al., 2019). Indická studie se zaměřila na vliv zvířecí animoterapie na fyzické, psychické a sociální zdraví seniorů. Autoři poukazují na to, že obzvláště canisterapie, přináší pozitivní efekty jako stabilizaci krevního tlaku, zlepšení nálady, zvýšení fyzické aktivity a zmírnění pocitu osamělosti. U starších lidí se díky tomu zlepšuje také motivace, nálada a sebevědomí. Zaznamenány byly i hormonální změny, jako zvýšení hladiny oxytocinu a snížení kortizolu, což přispívá ke snížení stresu a úzkosti (Bernhardt et al., 2024). Mezi fyziologické přínosy hipoterapie patří zlepšení funkce kardiovaskulárního systému a stimulace dýchacích svalů. Z psychických účinků můžeme vyzdvihnout podporu pocitu pohody a uvolnění (Zárubová, 2015). Kromě toho je prokázáno, že hipoterapie může zmírnit bolest v oblasti páteře a kloubů, což vede ke zlepšení pohybových funkcí a snížení omezení v každodenním životě. Terapie rovněž podporuje rozvoj větší soběstačnosti, což je klíčové pro zajištění vyšší kvality života a zlepšení sociálního začlenění v rámci domova pro seniory (Samková, 2023). Cílem další studie bylo vyhodnotit účinnost terapie se zvířaty u starších pacientů trpících chronickou bolestí kloubů a polymedikací. Výsledky naznačují pozitivní vliv na zmírnění bolesti, snížení potřeby analgetik a zlepšení celkové kvality života. Terapie se zvířaty se ukázala jako efektivní nefarmakologická metoda, která doplňuje konvenční léčebné postupy a může významně přispět ke zlepšení samostatnosti, psychického stavu a sociální interakce starších pacientů. Výzkum podtrhuje potenciál zooterapie jako inovativního přístupu k léčbě chronické bolesti, který nejenže zlepšuje zdraví, ale také podporuje celkovou pohodu pacientů ve stáří (Rodrigo – Claverol et al., 2019). Přestože není v oblasti hipoterapie u seniorů stále rozsáhlý, dosavadní výsledky naznačují významný potenciál těchto intervencí při podpoře fyzického i psychického zdraví starších dospělých. Z fyzického hlediska bylo prokázáno, že pohyb na koni příznivě ovlivňuje rovnováhu, držení těla, svalovou sílu i koordinaci pohybů, což přispívá ke zlepšení mobility a snižuje riziko pádů (Badin et al., 2022). Na problematiku navazuje také studie provedená v Brazílii, která se zaměřila na vliv jednorázové

hipoterapeutické intervence na aktivitu žvýkacích svalů u 17 seniorů (průměrný věk 66,5 let). Za použití elektromyografie bylo prokázáno, že po 30 minutách jízdy na koni dochází ke statisticky významnému snížení elektrické aktivity musculus masseter a musculus temporalis, především na levé straně. Tyto změny byly zaznamenány jak při statických úkolech (klid, laterální pohyby čelisti), tak i při žvýkání měkké i tvrdé potravy. Autoři takový efekt připisují uvolnění svalového napětí a zlepšení posturální stability, kterou trojrozměrný pohyb koně stimuluje. S ohledem na to, že narušená funkce stomatognathického systému může vést k poruchám držení těla a zvýšenému riziku pádů, je hipoterapie vhodná jako podpůrný prvek rehabilitace a prevence u seniorů. Její využití v prostředí domovů pro seniory by tak mohlo přispět nejen ke zlepšení fyzického, ale i psychického stavu klientů (de Mello et al., 2020).

2. **Vliv na psychosociální zdraví** – Nejen, že zvířata zvyšují variabilitu a zajímavost každodenního života, ale také naplňují potřebu péče o druhé, což je pro seniory velmi důležité (Lupienská, 2011). Podle názoru Hoškové (2012) lze říct, že zvíře pomáhá uspokojovat potřebu blízkosti a pocitu bezpečí. Zvíře tedy může stimulovat pozitivní emoce a podporovat optimistický pohled na svět, což přispívá k celkové psychické pohodě seniorů (Hošková, 2012). Tito jedinci, kteří mají možnost pečovat o zvíře, často zažívají vnitřní odměnu a pozitivní motivaci (Lupienská, 2011). Domácí zvířata mohou seniory motivovat k aktivnímu životnímu stylu, pravidelnému dennímu režimu a zároveň přispívají k jejich pocitu pohody a spokojenosti (Vlachová, 2010). Studie zaměřené na osoby bez kognitivních poruch žijící v domovech pro seniory ukázaly, že přítomnost kanárků přispívá k pozitivnímu vlivu na jejich psychický stav, což ukazuje na důležitost zvířat jako terapeutických pomůcek pro tuto věkovou skupinu (Cherniack E. P., Cherniack A. R., 2014). Během terapie si senioři často vybavují vzpomínky na svá vlastní zvířata, což vede k aktivaci a procvičování paměti (Šperlová, 2014). Zooterapie má prokazatelný vliv na stimulaci smyslových vjemů, přičemž kontakt se zvířetem při hlazení podporuje relaxaci a zklidnění. Péče o zvíře může vést k pocitu uspokojení z dosažení pozitivních výsledků. Rovněž napomáhá zmírnění úzkostných projevů, deprese a poruch spánkového cyklu (Jirsová, 2017). Podle Badin et al. (2022) hippoterapie ovlivňuje seniory především právě v oblasti psychického zdraví – dochází ke zlepšení nálady, redukci stresu, zmírnění úzkosti a depresivních projevů,

což má příznivé působení na duševní rovnováhu a kvalitu života ve stáří. S pozitivním vlivem hipoterapie souhlasí také zjištění Samkové (2023), která ve své práci popisuje, že díky hipoterapii dochází u klientů v domovech pro seniory k pozitivním změnám nejen ve fyzické kondici, ale především v oblasti psychického zdraví. Podle autorky přispívá pravidelný kontakt s koněm ke zlepšení nálady, redukci stresu a celkovému zklidnění, což se příznivě odráží na celkové pohodě klientů a kvalitnějším prožívání stáří. Takové výsledky potvrzují, že hipoterapie má své místo v moderním přístupu ke komplexní péči o starší populaci (Samková, 2023). Výzkumy dále naznačují, že pozitivní účinky hipoterapie se neomezují pouze na individuální prožívání, ale mají i širší sociální rozměr. Terapie často probíhá ve skupinách, čímž podporuje sociální interakce, které jsou klíčové pro duševní pohodu seniorů. Navíc samotné prostředí, ve kterém hipoterapie probíhá – obvykle v přírodě – umožňuje klientům navázat hlubší vztah s okolím a obnovit kontakt s přirozeným světem. Pravidelný pobyt venku a blízkost zvířete tak působí jako významný ochranný faktor proti sociální izolaci, pocitům osamění a psychickému vyčerpání. Z těchto důvodů se hipoterapie jeví jako smysluplná součást geriatrické péče, která nejen zlepšuje fyzickou kondici, ale zároveň výrazně přispívá k posílení psychického zdraví a celkové životní spokojenosti ve stáří (Kocyigit et al., 2023). Zárubová (2015) ve své práci zmiňuje příznivý vliv přítomnosti psa na lidskou psychiku. Výzkum, který zahrnoval rozhovory, potvrzuje, že canisterapie má skutečně pozitivní účinky na seniory. Jeden konkrétní případ popisuje muže, který původně odmítal jakoukoliv komunikaci s ostatními. Po pravidelných návštěvách canisterapeutického psa začal postupně komunikovat – nejprve se psem, poté s personálem, a nakonec i s ostatními klienty. Výzkum provedený na Novém Zélandu v domovech pro seniory zkoumal vliv zooterapie na kvalitu života seniorů. Cílem bylo zlepšit jejich pohodu a sociální interakce prostřednictvím návštěv zvířat. Účastníci terapii ocenili, ale jejich pocity naznačovaly, že zlepšení bylo spíše krátkodobé a spojené s okamžitým potěšením, než že by vedlo k dlouhodobému zlepšení jejich zdravotního stavu nebo každodenního života (Wong, Breheny 2020). Výzkum provedený u pacientů ve věku 51–95 let a jejich reakce na canisterapii ukázal, že přítomnost terapeutického psa vedla k výraznému zlepšení celkové nálady. Tyto návštěvy byly pro pacienty velmi důležité a často se na ně těšili, což jim pomohlo odvést pozornost od myšlenek na jejich zdravotní stav. Přítomnost zvířete podporuje pozitivní interakce

mezi pacienty, personálem a rodinnými příslušníky. Terapie přispívá k fyzickému a psychickému blahu (Machová et al., 2019). Podle Matušové (2012) canisterapie u seniorů výrazně podporuje zlepšení kognitivních funkcí, jako jsou vizuální percepce, paměť a pozornost. Můžeme všimnout, že zvířata, především psi a kočky, mohou zlepšit schopnost socializace u starších osob. Interakce se zvířaty často vedou k větší komunikaci s ostatními lidmi, což přispívá k zmírnění pocitu osamělosti – častého problému mezi seniory, kteří žijí v institucích nebo trpí samotou v domácím prostředí (Cherniack E. P., Cherniack A. R., 2014). Zvířata dokážou skvěle podpořit konverzaci, což umožňuje klientům příjemně zavzpomínat třeba na své mazlíčky, které měly doma (Zárubová, 2015). Tuto skutečnost potvrzuje i studie Morettiho et al. (2011), která zdůrazňuje pozitivní vliv zvířat na sociální interakce u starších osob. Studie také potvrzuje pozitivní účinky zooterapie na kognitivní funkce seniorů (Moretti et al., 2011).

Studie se zaměřila na účinnost terapie asistované psy – dog assisted therapy (dále jen DAT) u starších pacientů. Pacienti v experimentální skupině se účastnili 10 sezení po 30 minutách každý týden, během nichž komunikovali s psem, psím cvičitelem a pozorovatelem. Cílem bylo zjistit, zda má DAT pozitivní vliv na příznaky deprese a emocionální pohodu pacientů. Výsledky ukázaly, že po 10 týdnech terapie došlo k významnému zmírnění depresivních příznaků u pacientů v experimentální skupině, měřeno pomocí škály geriatric depression scale (dále jen GDS) -15. Pacienti v experimentální skupině hodnotili svou spokojenost s terapií velmi pozitivně. Úspěchy naznačují, že DAT může být účinným nástrojem pro zlepšení emocionální pohody a snížení depresivních příznaků u starších pacientů (Ambrosi et al., 2019). Studie hodnotila účinky kombinované intervence zooterapie a herní terapie na sebeúctu a emoční zdraví starších pacientů v domovech pro seniory. Účastníci, kteří se účastnili programu, prokázali zlepšení v psychickém zdraví, zvýšení sebeúcty a snížení depresivních příznaků. Kombinovaná intervence tedy ukazuje pozitivní účinky na zlepšení kvality života starších lidí v Koreji a podporu jejich duševní pohody (Kil et al., 2019). Studie se zaměřila na hodnocení účinků zooterapie jako doplňkové intervence v rehabilitaci pacientů po cévní mozkové příhodě. Do výzkumu bylo zařazeno 15 pacientů, kteří byli rozděleni do experimentální skupiny (6 účastníků, věk 45–76 let) a kontrolní skupiny (9 účastníků, věk 43–87 let). Všichni účastníci podstoupili standardní fyzioterapii a ergoterapii, přičemž pacienti v experimentální skupině byli zároveň vystaveni canisterapii. Cílem bylo zjistit, zda zooterapie přispívá k zlepšení psychického stavu, nálady a sebeúcty

pacientů v rámci jejich rehabilitačního procesu. Pro hodnocení účinků byly použity objektivní fyziologické parametry (srdeční tep, krevní tlak) a subjektivní ukazatele (Barthelův index pro soběstačnost a Likertova škála pro hodnocení nálady). Výsledky neprokázaly statisticky významné rozdíly v hodnotách srdečního tepu a krevního tlaku mezi skupinami, avšak pacienti v experimentální skupině vykázali subjektivní zlepšení v psychickém a emocionálním stavu po zooterapii, což naznačuje pozitivní efekt této intervence na jejich pohodu. Závěr studie naznačuje, že zooterapií lze pozitivně ovlivnit psychickou kondici pacientů po cévní mozkové příhodě a přispět tak k celkovému zlepšení rehabilitačního procesu, přičemž její efekt na fyziologické parametry nebyl statisticky prokázán. Zjištění podporují potenciál zooterapií jako doplňkové intervence ve standardní rehabilitaci po cévní mozkové příhodě (Machová et al., 2019).

3. **Petroboti** – Výzkum provedený E. Paulem Cherniackem a Ariellou R. Cherniack (2014) se zaměřuje na přínosy zvířat pro zdraví a kvalitu života seniorů, přičemž zohledňuje různé druhy zvířat, včetně psů, koček, ptáků, ale také robotických simulací zvířat. Zatímco zvířata v terapii mohou přinášet značné výhody, mají i své nevýhody, jako jsou problémy s hygienou, alergiemi a potřebou stálé péče. Pet roboti tyto problémy eliminují, protože nevyžadují stejnou údržbu a nezpůsobují alergické reakce, což je činí ideálními pro uživatele, kteří by měli problémy s živými zvířaty. Důležitým faktorem, který zvyšuje účinnost těchto robotů, je jejich biologicky inspirovaný design, který napodobuje chování zvířat a umožňuje robotům působit přirozeně (Cabezaolías et al., 2024). Trend robotických zvířat je potvrzen i studií provedenou v roce 2022. Zkoumala dopad interakcí s robotickými společníky, jako jsou psi a kočky, na depresivní symptomy a pocity osamělosti u starších dospělých žijících v domovech pro seniory. Výsledky ukázaly, že pravidelný kontakt s těmito robotickými mazlíčky vedl k výraznému zlepšení v oblastech deprese a osamělosti. Účastníci výzkumu si interakce s pet roboty užívali, což ukazuje na jejich potenciál ve zlepšování kvality života starších osob, zejména v obdobích sociální izolace, jaké přinesla pandemie koronaviru (Fogelson et al., 2022). Jedna z novějších systematických recenzí a metaanalýz se zaměřila na to, zda mohou pet-robotické intervence účinně snižovat příznaky deprese u starších dospělých. Autoři studie prohledali tři vědecké databáze (PubMed, Scopus a Web of Science) a analyzovali pouze randomizované kontrolované studie, které patří mezi nejspolehlivější typy klinického výzkumu. Cílem bylo co nejpresněji zjistit,

zda pet-roboti, jako například robotická kočka nebo pes skutečně pomáhají zmírnit depresivní symptomy. Z celkového počtu nalezených studií bylo do finální analýzy zahrnuto 23 výzkumů, z toho 19 bylo použito pro samotnou metaanalýzu. Výsledky ukázaly, že pet-robotické intervence neměly statisticky významný vliv na snížení deprese u seniorů. Z toho vyplývá, že v porovnání s jinými metodami, jako je například terapie se zvířaty, se neprokázal dostatečný účinek. Výzkumníci upozorňují, že pet-roboti mají jistý potenciál – hlavně díky bezpečnosti a možnosti využití u osob, které nemohou být v kontaktu se skutečnými zvířaty kvůli alergiím, strachu nebo jiným omezením. Z toho důvodu je podle autorů vhodné v budoucnu v tomto směru pokračovat ve výzkumu (Villarreal – Zegarra et al., 2024). Důkazem efektivity pet-robotických zvířat je také studie zaměřená na robotického mazlíčka PARO, který byl testován ve Spojených státech v randomizované kontrolované studii. Účastníci, starší 65 let s mírnou až středně těžkou demencí, byli rozděleni do skupin: jedna interagovala s robotem PARO, druhá se účastnila standardních aktivizačních programů. Výsledky ukázaly, že robot PARO přispěl k významnému zlepšení v oblasti snížení úzkosti a deprese, zlepšení fyziologických ukazatelů, jako je saturace kyslíkem v krvi, a snížení potřeby medikace, jako jsou psychofarmaka a analgetika. Je potvrzeno, že pet roboti mohou být efektivní alternativou k tradiční zooterapie se skutečnými zvířaty (Peterson et al., 2017).

4. **Potencionální rizika** – Přestože zvířata mají prokázané přínosy pro zdraví starších osob, je třeba vzít v úvahu i některé rizikové faktory, které s jejich přítomností mohou být spojeny. Zvířata mohou přenášet infekce, a existuje více než 200 infekcí, které mohou být přenášeny ze zvířat na lidi. I když se výskyt těchto infekcí u účastníků terapií s domácími zvířaty nedostatečně dokumentuje, je nezbytné, aby byla opatření pro prevenci těchto infekcí součástí každé zvířecí terapie. Kromě toho mohou zvířata způsobit fyzická zranění, například kousnutím nebo škrábnutím. Přesná frekvence těchto incidentů a jejich dopady na zdraví seniorů však nejsou dostatečně zdokumentovány (Cherniack E. P., Cherniack A. R., 2014). Je důležité si uvědomit, že zooterapie není vhodná pro každého. Někteří lidé mohou mít negativní zkušenosti se zvířaty nebo mít zdravotní či praktická omezení, která jim brání v účasti. Kromě rizik spojených s infekcemi a zraněními mohou existovat i různé reakce na zvířata, od pozitivních interakcí až po fobie nebo neobvyklé vazby, které mohou ovlivnit účinnost zooterapie. Z tohoto důvodu je kladen důraz na

individuální posouzení potřeb a preferencí každého jednotlivce (Lupienská, 2011). V návaznosti na tato rizika se řada výzkumů zaměřuje na bezpečnostní aspekty zooterapie, především v souvislosti s možným přenosem zoonotických onemocnění. Jedna z amerických studií zkoumala riziko přenosu infekčních patogenů v prostředí asistovaných intervencí se zvířaty (AAI). Výzkum probíhal ve dvou částech – první část se zabývala zdravotním screeningem 22 psů a 2 koček, kteří se účastnili terapeutických návštěv, druhá část byla zaměřena na povědomí a hygienické návyky samotných psovodů. Výsledky ukázaly, že i zvířata bez viditelných příznaků mohou být nositeli zoonotických patogenů – celkem bylo zaznamenáno 17 pozitivních výsledků z 118 provedených testů, přičemž 14 z nich zahrnovalo potenciálně přenosné organismy, jako jsou *Campylobacter*, *Salmonella* nebo paraziti typu *Giardia*. Zároveň bylo zjištěno, že více než dvě třetiny psovodů nevnímají infekční rizika jako problém a hygienické standardy (např. pravidelné mytí rukou či vyhýbání se rizikovému chování při kontaktu se zvířetem) nejsou vždy důsledně dodržovány. Zjištění potvrzují význam edukace terapeutických týmů a důsledného uplatňování preventivních opatření, zejména v zařízeních, kde se nacházejí zranitelné skupiny obyvatel, jako jsou senioři či osoby s oslabenou imunitou. Zooterapie sice přináší řadu výhod, avšak jen tehdy, pokud je realizována za dodržení přísných hygienických a bezpečnostních standardů (Boyle et al., 2019).

5 DISKUZE

Bakalářská práce je zaměřena na zooterapii v domově pro seniory, která představuje efektivní nástroj pro podporu fyzického, psychického i sociálního zdraví seniorů žijících v pobytových zařízeních. Interakce mezi člověkem a zvířetem má podle řady autorů pozitivní terapeutické účinky, což potvrzuje její častější zařazování do rehabilitačních a psychosociálních programů. Pod tímto pojmem se skrývá více přístupů – canisterapie, hipoterapie či felinoterapie – které se liší použitým zvířetem i zaměřením intervence (Hladíková, 2011). Přestože různé odborné zdroje přistupují k vymezení zooterapie odlišně, panuje shoda v tom, že hlavním cílem je zlepšení kvality života prostřednictvím kontaktu se zvířaty. Bicková (2020) upřednostňuje termín „intervence za asistence zvířat“ (Animal-Assisted Interventions), protože zahrnuje jak terapii, tak aktivity, které nejsou přímo terapeutické, ale přesto přispívají k duševní pohodě klientů. Naproti tomu Tkadlecová (2024) zdůrazňuje komplexní zaměření intervence, které propojuje biologické, psychické, sociální i spirituální dimenze člověka. Její pohled považuji za obzvlášť důležitý právě v prostředí domovů pro seniory, kde často bývá narušena kontinuita mezilidských vztahů. Na základě analyzované literatury se domníváme, že zařazení zooterapeutických prvků do každodenní péče o seniory má významný potenciál. Největší přínos spatřujeme ve schopnosti zvířat navodit přirozený, nenucený kontakt a v možnosti aktivizace seniorů bez tlaku a očekávání. Vzhledem k individualitě každého člověka je ovšem nezbytné přistupovat ke zoterapii citlivě, s ohledem na osobní preference, anamnézu i psychický stav klienta.

Zjištěné informace potvrzují, že stárnutí je nevyhnutelným biologickým procesem, který postihuje každého jedince (Kalvach et al., 2004), avšak jeho průběh a dopady se výrazně liší v závislosti na řadě vnitřních i vnějších faktorů. Zatímco Světová zdravotnická organizace popisuje stáří jako období znatelného úbytku fyzických a psychických schopností, další autoři upozorňují, že průběh stárnutí je značně individuální a ovlivněn řadou faktorů. Není proto překvapující, že existují odlišné přístupy k jeho klasifikaci. Podstatný poznatek přináší Kopáčková (2012), která rozlišuje mezi dvěma základními typy stárnutí – fyziologickým a patologickým. Fyziologické stárnutí probíhá jako přirozený proces, který nevede k výraznému omezení soběstačnosti, a je tedy v souladu s běžným biologickým vývojem. Oproti tomu patologické stárnutí je charakteristické předčasným nástupem degenerativních změn, často doprovázených chronickými onemocněními, jako je diabetes mellitus nebo ischemická choroba srdeční (Bačová, 2018). Jsou to stavy vedoucí k

výraznému zhoršení funkční zdatnosti a zvýšené potřebě péče. Z porovnání uvedených přístupů vyplývá, že zatímco Světová zdravotnická organizace nahlíží stáří spíše z hlediska univerzálních fyzických a psychických změn, Kopáčková (2012) přináší pohled, který lépe vystihuje rozdíly v průběhu stárnutí mezi jednotlivci. Její diferencovaný přístup považujeme za přínosnější, protože umožňuje lépe rozlišovat mezi běžným, přirozeným stárnutím a patologickými stavy, které vyžadují specifickou intervenci. V praxi to znamená, že by péče o seniory neměla být založena na generalizaci, ale měla by respektovat individuální potřeby, zdravotní stav i možnosti každého člověka. V rámci komplexního pohledu na stárnutí, jak jej popisují Dong et al. (2022) a Staňková (2017), je důležité zohlednit nejen genetické a hormonální faktory, ale i postupné fyziologické změny. Hátlová (2010) a Bačová (2018) uvádějí jako příklady zúžení kostí, ztrátu elasticity plicní tkáně nebo zhoršenou plicní ventilaci, které mohou zásadně ovlivnit zdravotní stav starší populace. K těmto změnám se navíc přidávají i hormonální výkyvy –menopauza u žen, která je spojena s poklesem estrogeneru a negativním dopadem na metabolismus. Zhoršená funkce dýchacího systému může následně vést až k hypoxii, což má důsledky nejen pro tělesné, ale i duševní zdraví. Autoři se navíc rozcházejí v tom, jaký přístup by měl v péči o starší osoby dominovat. Ve srovnání s geriatrií, která se podle Baeyense (2019) zaměřuje především na diagnostiku a léčbu nemocí, gerontologie poskytuje širší, komplexní pohled zahrnující biologické, psychologické i sociální aspekty stáří. Propojení obou přístupů se jeví jako klíčové, má-li být péče efektivní, preventivní a současně orientovaná na kvalitu života, nikoli pouze na léčbu. Z tohoto pohledu lze zooterapii chápat jako účinný doplňkový prostředek, který odpovídá potřebě holistického přístupu ke zdraví seniorů. Jak uvádí Bicková (2020) nejde pouze o volnočasovou aktivitu sloužící ke zpestření dne, ale o cílenou formu intervence, jež může přispět ke zlepšení fyzické kondice prostřednictvím aktivizace, a zároveň podpořit psychickou pohodu skrze navozování pozitivních emocí a posilování sociálních vazeb.

Zooterapeutické intervence se jeví jako slibný doplněk tradiční péče o seniory, především v oblasti podpory psychického zdraví. Kvantitativní studie Petersen et al. (2017), realizovaná v USA, prokázala, že interakce s robotickým mazlíčkem PARO vedla ke snížení úzkosti, depresivních příznaků a potřeby podávání psychofarmak. Výsledky zdůrazňují nejen emocionální přínos, ale také možný vliv na farmakologickou zátěž seniorů. Srovnatelné závěry uvádí i Fogelson et al. (2022), kteří sledovali vliv robotických psů a koček na depresi a pocity osamělosti u klientů. Na rozdíl od Petersenovy studie však nebyl kladen důraz na snížení potřeby léků, ale spíše na posílení sociální opory a subjektivního

vnímání pohody. Obě studie tak potvrzují pozitivní přínos technologických forem animoterapie, přesto však každá zdůrazňuje jiný typ účinku. Petersen et al. (2017) poukazují především na zlepšení zdravotního stavu a snížení potřeby léků, naproti tomu Fogelson et al. (2022) kladou důraz spíše na psychickou pohodu a snížení pocitu osamělosti. Z mého pohledu porovnání ukazuje, že i robotická zvířata mohou pozitivně ovlivnit psychický stav seniorů, pokud jsou vhodně začleněna do péče. Přístup navíc reaguje na omezení spojená s využíváním živých zvířat, na která upozorňují Cherniack a Cherniacková (2014). Podle autorů může být přítomnost zvířete problematická především z hygienických důvodů, při výskytu alergií nebo kvůli náročnosti každodenní péče. Při takových situacích se robotická zvířata jeví jako vhodná alternativa. Díky biologicky inspirovanému designu, který napodobuje chování skutečných zvířat, působí na uživatele přirozeně a mohou nabídnout obdobné psychosociální přínosy (Cabezaolías et al., 2024). Výsledky studií tak naznačují, že technologie mohou v určitých podmínkách efektivně doplnit nebo dokonce částečně nahradit přímý kontakt s živým zvířetem.

Efektivní přínos petterapie na psychickou i fyzickou kondici seniorů potvrzuje i přehledová studie Bernhardt et al. (2024), provedená v Indii. Autoři shrnují, že díky intervenci pomocí zvířat dochází ke zlepšení nálady, snížení osamělosti, a dokonce k příznivému ovlivnění krevního tlaku. Zjištění tedy částečně navazují na závěry studie Petersen et al. (2017), která prokázala snížení úzkosti a potřeby psychofarmak při použití robotického mazlíčka. Rozdíl spočívá především v zaměření studií – Petersen et al. (2017) se věnuje technologické alternativě, naproti tomu Bernhardt et al. (2024) vychází z klasické podoby zooterapie.

Podobné závěry nabízí i francouzská řešerše Badin et al. (2022), zaměřená konkrétně na hippoterapii. Prokázala přínosy nejen v oblasti psychického zdraví, jako je redukce úzkosti a depresivních příznaků, ale také v oblasti fyzických funkcí, především v rámci rovnováhy a mobility. Uvedený aspekt představuje důležité doplnění, neboť ukazuje, že některé formy mohou působit víceúrovňově – nejen jako psychosociální podpora, ale také jako prostředek fyzické aktivizace.

Systematický přehled Orr et al. (2023) pak nabízí širší pohled na využití různých druhů zvířat v pobytových zařízeních. Zvířata zde přispívala k podpoře reminiscence, senzorické stimulace a zmírnění pocitu osamělosti. Kvantitativní data zároveň potvrdila snížení příznaků deprese a úzkosti. Na rozdíl od obecně pojaté analýzy od Orr et al. (2023) se Samková (2023) zaměřila pouze na hipoterapii. Výsledky její práce potvrzují, že pravidelný

kontakt s koněm vede u seniorů nejen ke zlepšení fyzické kondice, ale také k pozitivním změnám v oblasti psychiky, konkrétně ke zklidnění, snížení stresu a celkovému zlepšení nálady. Osobně autorčin pohled vnímáme jako důležité doplnění širších přehledových studií, protože ukazuje, jak může cílená práce s jedním zvířetem přinášet výrazné účinky v různých oblastech života seniorů.

Z porovnání studií vyplývá, že ačkoliv jednotlivé výzkumy pracují s různými druhy zvířat a odlišnými terapeutickými postupy, jejich závěry se shodují v jednom klíčovém bodě – kontakt se zvířaty, ať už živými nebo robotickými, má potenciál zlepšit duševní pohodu, snížit stres a podpořit kvalitu života seniorů v domovech pro seniory.

Na uvedená zjištění navazují i jiné studie, rozšiřující pohled na specifické přínosy zooterapie v pobytových zařízeních. Vedle pozitivních účinků na psychickou a fyzickou stránku se ukazuje, že interakce se zvířaty může přinášet i další benefity, v oblasti motoriky a sociálního začlenění seniorů. Jak uvádějí Galajdová Z. a Galajdová L. (2011), tělesný kontakt, který je u starších osob často opomíjený, zde hraje klíčovou roli. Možnost pohládit, obejmout nebo být jednoduše ve fyzické blízkosti zvířete má podle autorek pozitivní vliv na psychické zdraví i míru osamělosti. Zmíněné formy interakcí podporují i jemnou motoriku, činnosti jako česání srsti nebo nasazování obojku fungují jako nenápadná forma rehabilitace (Velemínský et al., 2007). Zooterapie však nepůsobí izolovaně pouze na jednotlivce, ale může hrát významnou roli také v oblasti mezilidských vztahů. Přítomnost zvířete často podněcuje komunikaci, čímž se stává prostředkem ke snižování sociální izolace. Jak ukazuje studie Orr et al. (2023), zvíře může sloužit jako tzv. "sociální katalyzátor", který pomáhá navazovat nové vztahy, prohlubovat vztahy mezi klienty, personálem a návštěvami. Považují skupinové terapie za velmi přínosné, protože vedou ke sdílení zážitků a posilují pocit sounáležitosti a účasti na komunitním životě. Z hlediska prostředí pak vyniká hipoterapie, která se obvykle odehrává venku, v přírodě. Podle Kocyigyt et al. (2023) kombinace kontaktu se zvířetem a pobytu na čerstvém vzduchu funguje jako ochranný faktor proti psychickému vyčerpání a sociální izolaci. Domníváme se, že právě přirozené prostředí je často opomíjeným, ale důležitým aspektem účinku zooterapeutických intervencí, neboť navozuje klid, obnovuje kontakt s okolním světem a nabízí senzorickou stimulaci, která v běžném provozu zařízení často chybí.

Je však důležité upozornit, že navzdory prokázaným přínosům není realizace intervence se zvířaty bez překážek. Velkou výzvou je dostupnost – ne všechna zařízení disponují dostatečnými finančními, materiálními nebo personálními kapacitami pro zajištění

pravidelné přítomnosti zvířat. Kromě organizačních podmínek mohou hrát roli také individuální omezení klientů, jako jsou alergie, obavy ze zvířat či osobní neochota navazovat kontakt. Hovoříme o faktorech, které považují za zásadní pro etické a bezpečné začlenění zooterapie do péče, a proto je nutné přistupovat k realizaci s ohledem na individuální potřeby každého klienta.

Neméně důležité jsou také bezpečnostní a hygienické aspekty. Jak uvádějí Cherniack a Cherniacková (2014), zvířata mohou být nositeli více než 200 druhů zoonotických onemocnění. Ačkoli výskyt těchto infekcí v rámci terapií není častý, preventivní opatření jsou zásadní. Studie Boyle et al. (2019) upozorňuje, že patogeny mohou přenášet i zvířata bez viditelných příznaků a hygienické návyky psovodů nejsou vždy dostatečné. Je potřeba důsledné vzdělávání personálu a zavedení jasných hygienických standardů.

K bezpečné realizaci patří také pečlivý výběr zvířat, která se těchto aktivit účastní. Jak upozorňuje Tvrdá (2020), pro terapeutické účely lze využít velmi široké spektrum živočichů – od běžných domácích mazlíčků až po netypické druhy, včetně hmyzu. S tím souhlasí i Bender (2019), která vyzdvihuje potenciál netradičních terapeutických zvířat. Přesto se domnívám, že klíčovým kritériem by neměl být pouze druh, ale především povaha konkrétního zvířete. Důraz je třeba klást na schopnost zvládat fyzický kontakt, hluk, změny prostředí i přítomnost většího počtu lidí. Jen za těchto podmínek může zooterapie probíhat bezpečně a zároveň skutečně přinášet očekávané přínosy pro seniory i terapeutický tým.

Jinou důležitou oblastí, kterou nelze přehlédnout, jsou zdravotní a bezpečnostní rizika spojená s přítomností zvířat v zařízení. Ačkoliv jsou infekční komplikace dokumentovány spíše výjimečně, jejich možný výskyt podtrhuje potřebu důsledné prevence a hygienických opatření. Podle Lupienské (2011) je vedle těchto rizik nutné počítat také s možností mechanických poranění, jako je kousnutí nebo škrábnutí. Význam preventivních opatření podtrhují i výsledky studie Boyle et al. (2019) jak bylo zmíněno výše. Poznatky jasně ukazují, že vedle samotného terapeutického efektu je nutné klást důraz také na vzdělávání odborníků, dodržování standardizovaných postupů a odpovědný přístup všech členů terapeutického týmu. Domníváme se, že přínosy zooterapie mohou být skutečně plně využity pouze tehdy, pokud je její realizace promyšlená, probíhá za dodržení bezpečnostních pravidel, respektuje individuální potřeby klientů a je zajištěna odborně vyškoleným personálem.

Na základě dohledaných poznatků lze zooterapii označit za přístup s širokým spektrem přínosů, jenž může cíleně obohatit péči o klienty v domově pro seniory. Přestože jednotlivé

studie pracují s různými formami a druhy zvířat, jejich závěry se shodují na tom, že zvířata, ať už reálná či robotická, pozitivně ovlivňují nejen psychické a fyzické zdraví, ale také mezilidské vztahy a celkovou pohodu seniorů.

Tabulka 1: Shrnutí studií 1

(zdroj: vlastní)

Autor	Rok, země	Název studie	Typ studie	Popis studie
Petersen S. et al.	2017, Spojené státy americké	The utilization of robotic pets in dementia care	Kvantitativní experimentální studie	Studie zkoumá vliv pet robota PARO na snížení symptomů demence. Účastnilo se 61 klientů ve věku 65+. Hlavním zjištěním bylo, že interakce s robotem vedla ke zlepšení symptomů, zejména snížení úzkosti, deprese. Také v experimentální skupině došlo ke snížení potřeby medikace (psychofarmaka, analgetika).
Bernhardt et al.	2024, Indie	Animal-assisted intervention for geriatric well-being: A	Přehledová studie	Studie shrnuje pozitivní vliv petterapie na seniory – včetně zlepšení nálady, krevního tlaku a snížení osamělosti.
Badin et al.	2022, Francie	Effects of Equine-Assisted Interventions on Physical and Mental Health in Older Adults: A Systematic	Systematická rešerše	Výzkum se týkal vlivu hippoterapie na seniory. Výsledky ukázaly zlepšení rovnováhy, mobility, zlepšení nálady, redukce úzkosti a depresivních příznaků.
Dong et al.	2022, Švýcarsko	Testicular aging, male fertility and beyond	Experimentální studie	Studie se zaměřila na zkoumání účinků genetických faktorů na stárnutí varlat a hormonální funkce mužů ve stáří. Byla provedena analýza vzorků biologických materiálů a genetických markerů spojených s funkcí varlat.

Orr et al.	2023, Velká Británie	What are the effects of animals on health and wellbeing of residents in care homes?	Systematický přehled	Studie zahrnula 34 studií a zkoumala vliv zooterapie na obyvatele domovů pro seniory. Kvalitativní data identifikovala témata jako reminiscence, péče, úleva od osamělosti a smyslové zapojení. Kvantitativní data naznačila pozitivní účinky na úzkost, depresi a osamělost.
------------	----------------------	---	----------------------	---

ZÁVĚR

Hlavním cílem bakalářské práce bylo zpracovat a zhodnotit aktuální poznatky o využití zooterapie v domovech pro seniory a posoudit její přínos pro tuto cílovou skupinu. Dílčí cíle se zaměřily na shrnutí poznatků o stárnutí a s ním souvisejících fyzických a psychických změnách, podrobné objasnění principů zooterapie, včetně jejích metod a historického vývoje, a rovněž na analýzu účinků konkrétní formy zooterapie – petterapie – v prostředí domovů pro seniory. Práce se rovněž zabývala výběrem vhodných zvířat pro terapii, podmínkami realizace zooterapie ve specifickém prostředí sociálních služeb a možnými riziky či omezeními, která mohou její efektivitu ovlivnit. Na základě analýzy odborné literatury a dostupných výzkumů lze konstatovat, že zooterapie má na většinu seniorů pozitivní vliv. Přispívá ke zlepšení jejich psychické pohody, redukcí pocitů osamělosti a podporuje fyzickou i sociální aktivitu. Kontakt se zvířaty bývá seniory vnímán jako zdroj radosti, emočního uklidnění a celkového zlepšení nálady. Zároveň byl v řadě studií zaznamenán příznivý účinek na fyzické zdraví, zejména ve formě snížení krevního tlaku, srdeční frekvence a zlepšení motorických funkcí.

Za významné lze považovat i zjištění, že v některých případech, kde není možné využít živé zvíře – například z důvodu alergií, strachu nebo zdravotních rizik – může být vhodnou alternativou tzv. petrobot. Robotičtí mazlíčci byli některými klienty přijímáni překvapivě dobře a přinášeli podobné emocionální benefity jako skutečná zvířata, i když jejich efekt nemusí být zcela totožný.

Závěry práce potvrzují, že animoterapie představuje smysluplný doplněk k tradičním formám péče o seniory. Pro praxi lze doporučit, aby domovy pro seniory zvažovaly zařazení zooterapeutických programů do svého režimu, přičemž by měly přihlížet k individuálním potřebám klientů. Vhodné by bylo také proškolení personálu v oblasti interakce se zvířaty, aby mohli lépe asistovat při těchto aktivitách a zajistit jejich bezpečný průběh.

Dle mého názoru je zooterapie velmi cenným a stále nedostatečně využívaným nástrojem péče o seniory. V době, kdy se stále více hovoří o individualizovaném přístupu a duševní pohodě klientů, by měla být větší pozornost věnována právě alternativním formám péče. Osobně mě překvapilo, jak silné a pozitivní reakce může u seniorů vyvolat i krátkodobý kontakt se zvířetem. Věřím, že širší využívání může přispět ke zvýšení kvality života v domovech pro seniory a napomoci k jejich větší spokojenosti i duševní rovnováze.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- AMBROSI, Caterina; ZAIONTZ, Charles.; PERAGINE, Giuseppe; SARCHI, Simona a BONA, Francesca, 2019. Randomized controlled study on the effectiveness of animal-assisted therapy on depression, anxiety, and illness perception in institutionalized elderly. Online. *Psychogeriatrics*. Vol. 19, s. 55–64. Dostupné z: <https://research.ebsco.com/c/ubdjpi/search/details/pcyakj2edz?db=asn%2Cllx%2Cnlebk%2Ctrh%2C8gh%2Ce001mww%2Cint&limiters=DT1%3A2015-03-31%2F2025-03-31&q=animal+assisted+therapy+in+elderly>. [cit. 2025-03-25].
- BAČOVÁ, Martina, 2018. *Fyziologické a patofyziologické aspekty stárnutí*. Hradec Králové: Univerzita Karlova, Farmaceutická fakulta v Hradci Králové. Dostupné z: <https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/98569/130229537.pdf>. Univerzita Karlova, Farmaceutická fakulta v Hradci Králové.
- BAEYENS, Jean Paul, 2019. New perspectives in Gerontology and Geriatrics. Online. *Acta Biomedica Atenei Parmensis*. Vol. 90, no. 2, s. 184-186. ISSN 1827-1829. Dostupné z: <https://doi.org/10.23750/abm.v90i2.8458>. [cit. 2025-04-13].
- BENDER, Kelli, 2019. Blind Cats, Loving Llamas and Happy Horses Prove Any Animal with a Heart Can Be a Therapy Pet. *People*. Online. Dostupné z: <https://people.com/pets/national-therapy-animal-day-pets/>. [cit. 2025-03-02].
- BERNHARDT, Laura K.; VASHE, Arjun; BERNHARDT, George V. a PINTO, Julia, 2024. Animal-assisted intervention for geriatric well-being: A comprehensive review. Online. *Clinical Therapeutics*. Vol. 175, no. 5, s. 362–369. Dostupné z: <https://doi.org/10.7417/CT.2024.5126>. [cit. 2025-04-13].
- BOYLE, Sara F.; CORRIGAN, Virginia K.; BUECHNER-MAXWELL, Virginia a PIERCE, Bess J., 2019. Evaluation of Risk of Zoonotic Pathogen Transmission in a University-Based Animal Assisted Intervention Program. Online. *Frontiers in Veterinary Science*. Vol. 6, s. 167. Dostupné z: <https://doi.org/10.3389/fvets.2019.00167> [cit. 2025-04-18].
- BICKOVÁ, Jaroslava, 2020. *Zooterapie v kostce: minimum pro terapeutické a edukativní aktivity za pomoci zvířete*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1585-1.
- BLAHOVÁ, Michaela, 2023. *Přijetí stárnutí a stáří pohledem seniorů*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Fakulta humanitních studií. Dostupné z:

https://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/52671/blahov%20a1_2023_dp.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií.

BROŽOVÁ, Michaela, 2014. *Canisterapie a její využití*. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni. Dostupné z: [https://naos-be.zcu.cz/server/api/core/bitstreams/d495d22d-9cff-4947-8f83-](https://naos-be.zcu.cz/server/api/core/bitstreams/d495d22d-9cff-4947-8f83-3f2454de8fa1/content?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTAAR2hqfsXv9Q1gTG2Srg7SSZ6F1dtr3s-T2_DxBFULinCQ68mSMauNL31TRU_aem_6rrUAX7LC57rQPwsd6QTfQ#page42)

[3f2454de8fa1/content?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTAAR2hqfsXv9Q1gTG2Srg7SSZ6F1dtr3s-](https://naos-be.zcu.cz/server/api/core/bitstreams/d495d22d-9cff-4947-8f83-3f2454de8fa1/content?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTAAR2hqfsXv9Q1gTG2Srg7SSZ6F1dtr3s-T2_DxBFULinCQ68mSMauNL31TRU_aem_6rrUAX7LC57rQPwsd6QTfQ#page42)

[T2_DxBFULinCQ68mSMauNL31TRU_aem_6rrUAX7LC57rQPwsd6QTfQ#page42](https://naos-be.zcu.cz/server/api/core/bitstreams/d495d22d-9cff-4947-8f83-3f2454de8fa1/content?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTAAR2hqfsXv9Q1gTG2Srg7SSZ6F1dtr3s-T2_DxBFULinCQ68mSMauNL31TRU_aem_6rrUAX7LC57rQPwsd6QTfQ#page42).

Západočeská univerzita v Plzni. Fakulta pedagogická.

BUBNÍKOVÁ, Lucie, 2023. *Zooterapie při práci se seniory*. Praha: Pražská vysoká škola psychosociálních studií. Dostupné z:

https://www.pvpsps.cz/data/2023/05/26/13/bubnikova_lucie_2023.pdf. Pražská vysoká škola psychosociálních studií.

CABEZAOLIÁS, Carmen; DE LA CRUZ DIÁZ Andrea; MAROTO-GÓMEZ, Marcos; CASTILLO, José Carlos; SALICHS, Miguel Ángel et al. 2024. Prototyp domácího robota pro terapii za pomoci zvířat. Online. *PAAMS*. sv. 15157, s. 29. Dostupné z: https://doi.org/10.1007/978-3-031-70415-4_29. [cit. 2025-03-23].

ČELEDOVÁ, Libuše; KALVACH, Zdeněk a ČELEVA, Rostislav, 2016. *Úvod do gerontologie*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-3404-3.

DALTON, Kathryn R; WAITE, Kaitlin B.; RUBLE, Kathy; CARROLL, Karen C.; DeLONE, Alexandra et al., 2020. Risks associated with animal-assisted intervention programs: A literature review. Online. *Complementary Therapies in Clinical Practice*. Vol. 39, s. 101145. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101145>. [cit. 2025-04-13].

DONG, Shijue; CHEN, Chen; ZHANG, Jiali; GAO, Yuan a ZENG, Xuhui. 2022. Testicular aging, male fertility and beyond. Online. *Frontiers in Endocrinology*. Vol. 13, s. 01-15. Dostupné z: <https://doi.org/10.3389/fendo.2022.1012119>. [cit. 2025-04-13].

FOGELSON, Donna M.; RUTLEDGE, Carolyn a ZIMBRO, Kathie S., 2022. The Impact of Robotic Companion Pets on Depression and Loneliness for Older Adults with Dementia During the COVID-19 Pandemic. Online. *Journal of Holistic Nursing*. Vol. 40, no. 4, s. 397–409. Dostupné z: <https://doi.org/10.1177/08980101211064605> [cit. 2025-04-18].

GALAJDOVÁ, Lenka a GALAJDOVÁ, Zdenka, 2011. *Canisterapie - Pes lékařem lidské duše*. Praha: Portál, ISBN 978-807367-879-1.

GARDIÁNOVÁ, Ivana; ZÁJMOVÁ, Monika a SEHNALOVÁ, Klára, 2019. *Využití psa pro aktivizační postupy v rámci ucelené rehabilitace*. Online. Rehabilitácia. Vol. 56, No. 4, 329. ISSN 0375-0922. Dostupné z: <https://www.medvik.cz/bmc/view.do?gid=1502332>. [cit. 2025-04-06].

HÁTLOVÁ, Běla, 2010. *Psychologie seniorského věku*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně. Dostupné z: https://www.pf.ujep.cz/wp-content/uploads/2018/06/KPS_opora_Psychologie_seniorskeho_veku_Hatlova.pdf. Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem. Pedagogická fakulta.

HOŠKOVÁ, Jitka, 2012. *Využití zoorehabilitace v sociální oblasti*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta a Vysoká škola ekonomická v Praze, Fakulta managementu v Jindřichově Hradci. Dostupné z: https://dspace.jcu.cz/bitstream/handle/20.500.14390/28978/Bakalarska_prace.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Jihočeská univerzita, Pedagogická fakulta.

HUBÁČKOVÁ, Michaela, 2017. *Stárnutí, stáří a kvalita života seniorů v současné době*. Praha: Univerzita Karlova v Praze. Husitská teologická fakulta. Dostupné z: <http://hdl.handle.net/20.500.11956/92123>. Univerzita Karlova, Husitská teologická fakulta.

HLADÍKOVÁ, Vendula, 2011. *Zooterapie v sociální péči*. Praha: Univerzita Karlova v Praze. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/39033/BPTX_2010_1_0_203743_0_92044.pdf. Univerzita Karlova v Praze. Husitská teologická fakulta.

CHERNIACK, E. Paul a CHERNIACK, R. Ariella, 2014. The Benefit of Pets and Animal-Assisted Therapy to the Health of Older Individuals. Online. *Current Gerontology*. s. 1-9. ISSN 16877063. Dostupné z: <https://doi.org/10.1155/2014/623203>. [cit. 2024-10-20].

JELÍNKOVÁ, Dagmar, 2011. *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, Ústav speciálně pedagogických studií. Dostupné z: https://theses.cz/id/4b3uog/Diplomov_prce.pdf. Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta.

JIRSOVÁ, Hana, 2017. *Využití aktivizačních činností v domě pro seniory*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta.

Dostupné z: https://dspace.jcu.cz/bitstream/handle/20.500.14390/34862/Vyuziti_aktivizacnich_cinnosti_v_dome_pro_senior.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta.

KADLECOVÁ, Andrea, 2024. *Zooterapie v domovech pro seniory*. České Budějovice: Zdravotně sociální fakulta. Dostupné z: <https://theses.cz/id/zzze9u/Zooterapie-DP-Kadlecova.pdf>. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Zdravotně sociální fakulta.

KALVACH, Zdeněk; ZADÁK, Zdeněk; JIRÁK, Roman; ZAVÁZALOVÁ, Helena; SUCHARDA, Petr a kol., 2004. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada Publishing a.s. ISBN 978-80-247-7038-3.

Kolektiv autorů., 2007. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona. ISBN 978-80-7322-109-6.

KATZEROVÁ, Michaela, 2017. *Aktivizační programy v domovech pro seniory jako nástroj sociálního začleňování*. Praha: Univerzita Karlova, Husitská teologická fakulta. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/86950/BPTX_2015_2_11280_0_449_729_0_180295.pdf?sequence=1. Univerzita Karlova, Husitská teologická fakulta.

KIL, Taeyoung; KIM, Hak.-man a KIM, Minkyu, 2019. The effectiveness of group combined intervention using animal-assisted therapy and integrated elderly play therapy. Online. *Journal of Animal Science and Technology*. Vol. 61, no. 6, s. 371-379. Dostupné z: <https://doi.org/10.5187/jast.2019.61.6.371>. [cit. 2025-04-13].

KOLAŘÍKOVÁ, Marta, 2019. *Psychologie stárnutí a stáří*. Opava: Repozitář Slezské univerzity. Dostupné z: https://repozitar.cz/repo/37878/Psychologie_starnuti_a_stari.pdf. Slezská univerzita. [cit. 2025-04-13].

KOZÁKOVÁ, Zdenka a MÜLLER, Oldřich, 2006. *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 80-244-1552-6.

KOCYIGIT, Burhan Fatih; ADILBEKOV, Erbolat; ZHARMENOV, Samat, AKYOL, Ahmet a YESSIRKEPOV, Marlen. 2023. Evaluating the efficacy of hippotherapy: a promising intervention in rheumatology, pain medicine, and geriatrics. Online. *Rheumatology International*. Vol. 43, no. 12, s. 2185–2191. Dostupné z: 10.1007/s00296-02305451x [cit. 2025-04-18].

KOPÁČKOVÁ, Radka, 2012. *Plnohodnotný život seniorů v domově důchodců*. Brno: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií, Institut mezioborových studií. Dostupné z:

file:///C:/Users/Lucin/Downloads/kop%C3%A1%C4%8Dkov%C3%A1_2013_bp.pdf.

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Fakulta humanitních studií.

KROUPOVÁ, Jitka, 2010. *Vliv stárnutí na kognitivní funkce a paměť*. České Budějovice: Univerzita Jana Evangelisty Purkyně. Dostupné z: https://dspace.jcu.cz/bitstream/handle/20.500.14390/19389/Kroupova_Jitka.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Univerzita Jana Evangelisty Purkyně.

KULIŠŤÁK, Petr, 2003. *Neuropsychologie*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-554-7.

LÍNKOVÁ, Sandra, 2012. *Zooterapie z pohledu zdravotnických pracovníků*. Pardubice: Univerzita Pardubice, Fakulta zdravotnických studií. Dostupné z: <https://dk.upce.cz/server/api/core/bitstreams/cfba9798-f108-4269-b9a1-7611c2fa6e70/content>. Univerzita Pardubice. Fakulta zdravotnických studií.

LUPIENSKÁ, Natálie, 2011. *Neverbální chování seniorů při zooterapii*. Praha: Univerzita Karlova v Praze. Fakulta humanitních studií, Katedra Obecné antropologie. Dostupné z: <https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/32607/120007441.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Univerzita Karlova v Praze. Fakulta humanitních studií.

MALÍKOVÁ, Eva, 2020. *Péče o seniory v pobytových zařízeních sociálních služeb* (2. vyd.). Praha: Grada Publishing. ISBN: 978-80-271-2030-7.

MACHOVÁ, Kristýna; PROCHÁZKOVÁ, Radka; ERETOVÁ, Petra; SVOBODOVÁ, Ivona a KOTÍK, Ilja, 2019. Effect of Animal-Assisted Therapy on Patients in the Department of Long-Term Care: A Pilot Study. Online. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Roč. 16, č. 8. ISSN 1660-4601. Dostupné z: <https://www.medvik.cz/bmc/view.do?gid=1451269>. [cit. 2025-04-06].

MACHOVÁ, Kristýna; PROCHÁZKOVÁ, Radka; ŘÍHA, Michal a SVOBODOVÁ, Ivona, 2019. The Effect of Animal-Assisted Therapy on the State of Patients' Health After a Stroke: A Pilot Study. Online. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 16, no. 18, s. 3272. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/ijerph16183272>. [cit. 2025-04-13].

MATUŠOVÁ, Monika, 2012. *Možnosti aktivizace v pobytových zařízeních pro seniory*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií. Dostupné z: https://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/20191/matu%0c5%a1ov%0c3%a1_2012_bp.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Univerzita Tomáše Bati, Fakulta humanitních studií.

MELLO, Edneia Corrêa de; REGALO, Simone Cecílio Hallak; DINIZ, Luanna Honorato; LAGE, Janaine Brandão; RIBEIRO, Mariane Fernandes et al. 2020. Electromyographic analysis of stomatognathic muscles in elderly after hippotherapy. Online. *PLoS One*. Dostupné z: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238036>. [cit. 2025-04-18].

MIKULÍČOVÁ, Adéla, 2021. *Aktivity a terapie za asistence zvířat v kontextu sociálních služeb*. České Budějovice: Jihočeská univerzita. Dostupné z: https://dspace.jcu.cz/bitstream/handle/20.500.14390/41063/Mikulicova_BP.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Jihočeská univerzita, Fakulta zdravotních studií.

MORETTI, Francesca; DE RONCHI, Diana; BERNABEI, Virginia; MARCHETTI, Lucia; FERRARI, Barbara et al. 2011. Pet therapy in elderly patients with mental illness. Online. *Psychogeriatrics*. Vol. 11, no. 2, s. 125-129. ISSN 13463500. Dostupné z: <https://doi.org/10.1111/j.1479-8301.2010.00329.x>. [cit. 2024-10-20].

NERANDŽIČ, Zoran, 2006. *Animoterapie aneb Jak nás zvířata umí léčit*. Praha: Albatros, ISBN 80-00-01809-8.

OAKLANDER, Mandy, 2017. *The science of pet therapy is getting serious*. Online. *Time Magazine*. Vol. 189, Issue 14, s. 24-24. ISSN 0040-781X. Dostupné z: <https://research.ebsco.com/c/ubdjpij/search/details/erad2gflb?db=asn%2C1xh%2Cnlebk%2Ctrh%2C8gh%2Ce001mww%2Cint&limiters=None&q=pet%20therapy>. [cit. 2025-03-23].

ODENDAAL, Johannes, 2007. *Zvířata a naše mentální zdraví: proč, co a jak*. Brno: Brázda, ISBN 978-80-209-0356-3.

ORR, Noreen; ABBOTT, Rebecca; BETHEL, Alison; PAVIOUR, Sarah a WHEAR, Rebecca, 2023. What are the effects of animals on the health and wellbeing of residents in care homes? A systematic review of the qualitative and quantitative evidence. Online. *BMC Geriatrics*. Vol. 23, no. 1, s. 170. Dostupné z: <https://doi.org/10.1186/s12877-023-03834-0> [cit. 2025-04-18].

ONDRUŠOVÁ, Jiřina, 2017. *Sociální gerontologie a geriatrie*. Praha: Univerzita Karlova v Praze. Husitská teologická fakulta. Dostupné z: https://htf.cuni.cz/htf-103-version1-ondrusova_gerontologie_2017.pdf. Univerzita Karlova v Praze, Husitská teologická fakulta.

PAVELKOVÁ, Dominika, 2021. *Aktivizační činnosti v domovech pro seniory*. České Budějovice: Jihočeská univerzita. Dostupné z: https://dspace.jcu.cz/bitstream/handle/20.500.14390/41303/Pavelkova_BP.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Jihočeská univerzita, Fakulta sociálních věd.

PAPULOVÁ, Kateřina, 2013. *Analýza životní spokojenosti seniorů v rezidenčním prostředí*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati, Fakulta humanitních studií, Institut mezioborových studií. Dostupné z: https://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/20724/papulov%20a1_2013_dp.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Univerzita Tomáše Bati, Fakulta humanitních studií.

PETERSEN, Sandra; HOUSTON, Susan; QIN, Huanying; TAGUE, Corey a STUDLEY, Jill, 2016. The Utilization of Robotic Pets in Dementia Care. Online. *Journal of Alzheimer's Disease*. Vol. 55, no. 2, s. 569–574. ISSN 1387-2877. Dostupné z: <https://doi.org/10.3233/JAD-160703>. [cit. 2025-04-13].

POLEDNÍKOVÁ, Ľubica, 2006. *Geriatrické a gerontologické ošetrovatel'stvo*. Martin: Osveta, ISBN 80-8063-208-1.

PORTARO, Simona; MARESCA, Giuseppa; RAFFA, Antonio; GEMELLI, Gaetano a ALIBERTI, Barbara, 2020. Donkey Therapy and Hippotherapy: Two Faces of the Same Coin? Online. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. Vol. 17, no. 1–3, s. 20–21. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7239561/>. [cit. 2025-04-13].

POSPÍŠILOVÁ, Lucie, 2021. *Aktivizační činnosti v domovech pro seniory*. Praha: Vyšší odborná škola sociálně pedagogická a teologická. Dostupné z: https://is.jabok.cz/th/ii3q8/Absolventska_prace.pdf. Vyšší odborná škola sociálně pedagogická a teologická.

PRUDNÍK, Jiří, 2016. *Vliv sociálních služeb na kvalitu života seniora ve vybraném sociálním zařízení*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií, Institut mezioborových studií. Dostupné z: https://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/37048/prud%20adk_2016_dp.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Univerzita Tomáše Bati, Fakulta humanitních studií.

PROŠKOVÁ, Martina, 2011. *Využití canisterapie u seniorů v domově důchodců*. Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělovýchovy a sportu, Katedra zdravotní tělesné výchovy a sportu. Dostupné z:

https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/36170/DPTX_2010_1_0_253990_0_102281.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Univerzita Karlova, Fakulta tělovýchovy a sportu.

UCHIDA, Yasue; NISHITA, Yukiko; OTSUKA, Rei; SUGIURA, Saiko; SONE, Michihiko et al., 2022. Aging Brain and Hearing: A Mini-Review. Online. *Aging and Disease*. Vol. 13, no. 5, s. 1195-1205. Dostupné z: <https://doi.org/10.3389/fnagi.2021.791604> [cit. 2025-04-13].

RODRIGO-CLAVEROL, Maylos; CASANOVA-GONZALVO, Carles; MALLA-CLUA, Belén; RODRIGO-CLAVEROL, Esther; JOVÉ-NAVAL, Júlia et al., 2019. Animal-Assisted Intervention Improves Pain Perception in Polymedicated Geriatric Patients with Chronic Joint Pain: A Clinical Trial. Online. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 16, no. 16, s. 2843. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/ijerph16162843>. [cit. 2025-04-13].

ŘÍČAN, Pavel, 2014. *Cesta životem: vývojová psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0772-6.

SAMKOVÁ, Radomíra, 2023. *Hipoterapie pro seniory*. Opava: Slezská univerzita v Opavě, Fakulta veřejných politik v Opavě, Ústav pedagogických a psychologických věd. Dostupné z:

https://is.slu.cz/th/pevpk/FVP_BP_23_Hipoterapie_pro_seniory_Samkova_Radomira.pdf.

Slezská univerzita v Opavě, Fakulta veřejných politik.

SVITÁKOVÁ, Jana, 2022. *Canisterapie u seniorů*. Praha: Univerzita Karlova, Husitská teologická fakulta. Dostupné z:

<https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/174811/120417124.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Univerzita Karlova v Praze. Husitská teologická fakulta.

SOUTER, A. Megan a MILLER, D. Michelle. 2007. Do Animal-assisted activities effectively treat depression? A meta-analysis, Online. *Anthrozoös*. Vol. 20, s. 167-180.

Dostupné z:

https://patastherapeutas.com.br/pesquisas/data/files/101/1599497489_nxuf7HYo2lIrrX4.pdf. [cit. 2025-02-25].

SOUKALOVÁ, Veronika, 2021. *Důležitost duševní pohody seniorů v domovech pro seniory*. Pardubice: Univerzita Pardubice, Fakulta filozofická. Dostupné z: [https://dk.upce.cz/server/api/core/bitstreams/8616786d-45dc-4323-a68b-](https://dk.upce.cz/server/api/core/bitstreams/8616786d-45dc-4323-a68b-3d368aed42ee/content)

[3d368aed42ee/content](https://dk.upce.cz/server/api/core/bitstreams/8616786d-45dc-4323-a68b-3d368aed42ee/content). Univerzita Pardubice, Fakulta filozofická.

STAŇKOVÁ, Klára, 2017. *Rodinný stav a kvalita života žen po menopauze*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií, Ústav pedagogických věd. Dostupné z: https://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/39847/sta%c5%88kov%c3%a1_2017_dp.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií.

ŠPERLOVÁ, Zuzana, 2014. *Využití felinoterapie v pobytovém zařízení pro seniory*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta, Katedra sociální práce. Dostupné z: <https://dspace.jcu.cz/bitstream/handle/20.500.14390/21866/DPSperlova.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta.

TAPŠÍKOVÁ, Michaela, 2009. *Zooterapie v zařízeních pro péči o seniory*. Praha: Univerzita Karlova v Praze. Dostupné z: <https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/24990/120065063.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Univerzita Karlova v Praze. Filozofická fakulta.

TVRDÁ, Andrea, 2020. *Canisterapie: zvíře v sociálních službách*. 1. vyd. Praha: Plot. ISBN 978-80-7428-366-6.

THODBERG, Karen; VIDEBECH, Poul B.; HANSEN, Tia G. B.; PEDERSEN, Anne Bak a CHRISTENSEN, Janne W. 2021. Dog visits in nursing homes – increase complexity or keep it simple? A randomised controlled study. Online. *PLoS One*. Vol. 16, Dostupné z: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251571>. [cit. 2025-04-18].

VÁGNEROVÁ, Marie, 2007. *Vývojová psychologie 2: Dospělost a stáří*. 1. vyd. Praha: Karolinum, ISBN 978-80-246-1318-5.

VILLARREAL-ZEGARRA, David; YLLESCAS-PANTA, Teodoro; MALAQUIAS-OBREGON, Sofía; DÁMASO-ROMÁN, Andrea a MAYO-PUCHOC, Nikol, 2024. Effectiveness of animal-assisted therapy and pet-robot interventions in reducing depressive symptoms among older adults: A systematic review and meta-analysis. Online. *Complementary Therapies in Medicine*. Vol. 80, s. 103023. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2024.103023>. [cit. 2025-04-13].

VLACHOVÁ, Lenka, 2010. *Zvíře a emocionální ladění seniorů*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/29594/BPTX_2008_2_11410_0_196078_0_70383.pdf?sequence=1. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, Katedra psychologie.

WONG, Gemma a BREHENY, Mary, 2020. Ageing and society. Online. *Ageing & Society*. Vol. 41, s. 2641-2659. Dostupné z: <https://doi.org/10.1017/S0144686X20000574>. [cit. 2025-03-23].

ZÁRUBOVÁ, Martina, 2015. *Terapie za pomoci zvířat*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/77059/BPTX_2014_1_11110_0_376961_0_165931.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Univerzita Karlova v Praze. 1. lékařská fakulta.

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

AAA Animal Assisted Activities

AAC Animal Assisted Coaching

AACR Animal Assisted Crisis Response

AAE Animal Assisted Education

AAI Animal Assisted Intervention

AAT Animal Assisted Therapy

DNA Deoxyribonucleic Acid

DAT Dog Assisted Therapy

GDS Geriatric Depression Scale

IAHAIO International Association of Human – Animal Interaction Organizations

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Shrnutí studií 1	50
-----------------------------------	----