**ZAPROSZENIE DO UDZIAŁU W BADANIACH NAUKOWYCH**

Zapraszamy do uczestnictwa w badaniu naukowym **,,*Aktywność fizyczna wystarczająca dla zachowania funkcji poznawczych przy wsparciu technologii mobilnych: nowe paradygmaty w zdrowiu publicznym”*** prowadzonym przez Klinikę Gastroenterologii Dziecięcej i Chorób Metabolicznych Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu.

**Jaki jest cel badania?**

Badanie ma celu sprawdzenie czy aktywność fizyczna może wpływać na zahamowanie procesów związanych ze starzeniem się mózgu.

**Kogo poszukujemy?**

Kobiet i mężczyzn w wieku 50-70 lat posiadających telefon dotykowy (smartfon).
W celu wyłonienia grupy badanej uczestnicy zostaną poddani badaniu lekarskiemu oraz wstępnej ocenie za pomocą dwóch testów.

**Na czym będzie polegało badanie?**

Ochotnicy zostaną poddani rocznej interwencji, podczas której będą motywowani do wykonywania określonej liczby kroków w ciągu dnia. Ponadto zostaną przeprowadzone liczne badania pozwalające na ocenę stanu zdrowia.

**Jakie badania będą wykonywane?**

* testy oceniające funkcjonowanie mózgu
* rezonans magnetyczny głowy
* badania krwi (obejmujące m.in. markery zapalne, stężenie glukozy i insuliny na czczo, profil lipidowy)
* densytometria (badanie gęstości mineralnej kości)
* badanie składu ciała (oceniające m.in. zawartość tkanki tłuszczowej i beztłuszczowej masy ciała)
* ocena sposobu żywienia

Ponadto każdy uczestnik badania otrzyma opaskę, która służy m.in. do monitorowania:

* dziennej liczby wykonywanych kroków,
* liczby spalanych kalorii,
* tętna,
* snu.

**Jakie są korzyści wynikające z udziału w badaniu?**

Biorąc udział w niniejszym badaniu dowiesz się:

* czy znajdujesz się w grupie ryzyka rozwoju demencji?
* czy Twój mózg działa na wysokich obrotach?
* czy jesteś narażony na ryzyko rozwoju osteoporozy?
* ile kalorii spalasz w ciągu doby?
* ile średnio dziennie wykonujesz kroków?
* czy prawidłowo się odżywiasz?

**Miejsce prowadzenia badań:**

Klinika Gastroenterologii Dziecięcej i Chorób Metabolicznych Uniwersytetu Medycznego im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu, ul. Szpitalna 27/33, 60-572 Poznań.

**Kontakt:**

Osoby zainteresowane udziałem w badaniu prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem telefonu:
**724-220-353** lub mailowy: **paprotect.badania@gmail.com**