

ОТЗЫВ

на автореферат диссертации Дмитрия Владимировича Шафранова «Физиологическая оценка двигательной активности, трофологического и вегетативного статуса у мужчин с нормальной и избыточной массой тела», представленной к защите на соискание учёной степени кандидата медицинских наук по научной специальности 1.5.5. Физиология человека и животных (медицинские науки)

Диссертационное исследование Шафранова Дмитрия Владимировича «Физиологическая оценка двигательной активности, трофологического и вегетативного статуса у мужчин с нормальной и избыточной массой тела» посвящено решению актуальной проблемы физиологии человека – научному обоснованию необходимости внедрения эффективных двигательных режимов в образ жизни молодых мужчин 1 периода зрелости и анализу влияния модификации здорового образа жизни при проведении авторской программы коррекции повседневной двигательной активности и пищевого рациона у практически здоровых мужчин 20-35 лет с использованием современных методов физиологического тестирования. Кроме вышеизложенного, актуальность разработки направления диссертационного исследования, обусловлена необходимостью своевременного выделения в популяции практически здоровых молодых мужчин, группы со скрытой избыточной массой тела, которая составляет повышенный риск развития метаболического синдрома и позволяет своевременно провести мероприятия по его развитию.

Как известно, сильнейшим немедикаментозным средством оздоровления является двигательная активность. Однако, несмотря на популяризацию здорового образа жизни и физической активности существует необходимость проведения фундаментальных исследований, направленных на изучение потребности молодого мужского населения РФ в движении и физиологического обоснования действенных авторских программ, имеющих здоровьесберегающие эффекты воздействия на организм молодого человека.

Как известно, одним из важнейших классификаторов определения состояния адаптационных возможностей человека при различных видах двигательной деятельности является принадлежность индивидуума к определенному типу конституции, что определяет состояние здоровья человека, предрасположенности к развитию заболеваний, диапазон адаптационных изменений функционального состояния под воздействием

различных стрессоров, приоритетность в развитии физических качеств. Автор проводит дифференциацию физиологически обоснованных показателей двигательной активности у мужчин 20-35 лет здоровой популяции.

Согласно данным литературы существует научно обоснованное мнение об отрицательном влиянии гипокинезии и гиперкинезии на мужской организм. Гипокинезия как острая, так и хроническая, вызывает снижение функциональных возможностей кардиореспираторной системы, приводит к общему снижению неспецифической резистентности мужского организма. Гиперкинезия приводит к гормональному дисбалансу – происходит увеличение содержания кортизола, который подавляет секрецию тестостерона. При интенсивных физических нагрузках концентрация кортизола резко увеличена, и, следовательно, концентрация тестостерона значительно снижена. Таким образом, создаются предпосылки для возникновения различных патологических процессов в мужском организме вплоть до развития онкологических заболеваний.

При умеренных физических нагрузках отмечается стимулирующий эффект потенциации выделения тестостерона. Отмечено, что реакция мужского организма на умеренные физические нагрузки сопровождается активацией половых желёз, нормализацией сексуальной функции, повышением общей резистентности мужского организма.

При длительных физических нагрузках отмечается снижение тестостерона и часто развивается перетренированность.

Автором впервые на основе концепции типологической вариабельности физиологической индивидуальности человека были установлены центильные показатели уровня привычной двигательной активности у мужчин в возрасте 20-35 лет из здоровой популяции. Нормативное конституционально-типологическое распределение уровня привычной двигательной активности представлено центильными коридорами по семи фиксированным значениям (от «очень низкого» до «очень высокого» уровня) и определяет популяционную «физиологическую норму привычной двигательной активности» для возрастной группы мужчин 20-35 лет. В диссертационной работе проведены исследования, устанавливающие системную взаимосвязь типового признака – уровня привычной двигательной активности с показателями трофологического и вегетативного статусов у мужчин молодого возраста. На данной основе предложены физиологически обоснованные коррекционные мероприятия для мужчин с нормальной и избыточной массой тела.

Исследование является фрагментом НИОКТР «Физиологическое

обоснование коррекции двигательной активности в различных климатогеографических условиях проживания» (№ 123101300214-0). Теоретическая значимость исследования обоснована разработкой и подтверждением эффективности алгоритма коррекционных мероприятий по модификации образа жизни и коррекции массы тела с учетом уровня привычной двигательной активности для мужчин с нормальной и избыточной массой тела, базирующийся на концепции профессора В. В. Колпакова.

Результаты исследования Д. В. Шафранова внедрены в научный, учебный процесс и в практическую деятельность учреждений, оказывающих первичную медико-социальную помощь, реабилитационных центров и центров здоровья для здоровьесбережения мужского трудоспособного населения. Таким образом, диссертация Д. В. Шафранова является важным и актуальным исследованием, которое сочетает современные методологические подходы с практической направленностью.

По материалам диссертации опубликовано 10 печатных работ, из них 4 статьи в журналах, рекомендованных действующим перечнем ВАК при Минобрнауки России (4 работы в журналах, публикующих материалы по научной специальности: 1.5.5 – физиология человека и животных (медицинские науки), 1 публикация в журнале, индексируемом в международной реферативной базе данных Web of Science).

Автореферат оформлен в соответствии с требованиями и содержит все необходимые разделы, в которых представлены: методология исследования и полученные соискателем результаты, выводы и практические рекомендации. Замечаний по содержанию и оформлению автореферата нет, но возник вопрос, на который хотелось бы получить ответ:

1. Уточните каким образом применен центильный метод для установления нормативного конституционально-типологического распределения уровня привычной двигательной активности?

Заключение. Анализ автореферата позволяет заключить, что диссертационная работа Дмитрия Владимировича Шафранова «Физиологическая оценка двигательной активности, трофологического и вегетативного статуса у мужчин с нормальной и избыточной массой тела», по своей актуальности, методологии, полноте изложения материалов в диссертации и научных публикациях полностью соответствует требованиям действующего «Положения о порядке присуждении учёных степеней», утверждённого Постановлением Правительства РФ № 842 от 24.09.2013 г., предъявляемым к диссертациям на соискание учёной степени кандидата наук, а её автор Дмитрий Владимирович Шафранов заслуживает

присуждения учёной степени кандидата медицинских наук по специальности 1.5.5. Физиология человека и животных (медицинские науки).

Профессор кафедры физиологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»
доктор медицинских наук (03.03.01. Физиология)
профессор



Наталья Николаевна Захарьева

«20» мая 2025 г.

Подпись профессора Захарьевой Н.Н. удостоверяю



Сведения об организации:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» (РУС «ГЦОЛИФК»)

Адрес: 105122, г. Москва, ул. Сиреневый бульвар, д. 4

тел.: +7 (495) 961-31-11;

e-mail: rectorat@gtsolifk.ru

сайт: <https://gtsolifk.ru>