

СТАНОВИЩЕ

от доц. Даниела Иванова Попова, доктор

**относно: Дисертационен труд за присъждане на образователна и
научна степен „доктор“ в ПН 7.5. Здравни грижи**

на тема:

**„Изследване въздействието на адаптирана танцова методика върху
възстановяването след оперативно лечение на рак на гърдата“**

представен от: Ивелина Хараламбова Димитрова

Научен ръководител: Доц. Стефка Джобова, доктор

Ракът на гърдата е най-изучаваното онкологично заболяване от гледна точка на психо-социалните му аспекти. Честотата му на разпространение варира значително в световен мащаб. Според Световната здравна организация (СЗО) през 2020 г. приблизително 2,3 милиона нови случая на рак на гърдата са диагностицирани по целия свят, което представлява около 11,7% от всички случаи на рак при жените. Възстановяването от рак на гърдата е индивидуален процес, понякога доста дълго протичащ, който зависи от различни фактори като вида и етапа на рака, цялостното здраве на индивида и избрания план за лечение. Високата медико-социална значимост на това заболяване и необходимостта от рекреативна двигателна активност са достатъчно основание за търсене на съвременни подходи във възстановяването при тези пациенти. Предвид всичко това темата на настоящата разработка е изключително актуална и социално значима.

Представеният от докторантката дисертационен труд е с обем от 189 страници. Правилно структуриран е и отговаря на изискванията за подобен вид разработки. Онагледен е с 19 фигури, 24 таблици, достоверен снимков материал и 7 приложения (с включени тестове за оценка на различни аспекти, касаещи състоянието на изследваните лица и „Протокол на рекреативните двигателни активности - бални танци“).

Библиографията включва 165 литературни източника (10 на кирилица и 155 на латиница).

Литературният обзор е доста богат и доказва уменията на докторантката да борави с научната литература, отразявайки социалната значимост на проблема, рисковите фактори и превенция на заболяването, видовете рак на гърдата, симптомите и стадията му на развитие. Специално внимание е отделено на съвременните аспекти на рехабилитацията, включваща медицинския уелнес и рекреативната двигателна активност, част от която е танцовата рекреативна терапия, като ключови моменти от възстановяването и подобряване качеството на живот и психическа стабилност след оперативно лечение на рак на гърдата.

Всичко това показва правилния научен подход на автора към изучавания проблем и подпомага извеждането на вярна работна хипотеза.

Целта и задачите на проучването са формулирани правилно и точно.

Коректно са отразени предметът и обектът на изследването.

Организация на изследването: Изследваните лица са общо 43 жени на възраст между 35 и 75г., с диагноза рак на гърдата, претърпели пълна или частична мамектомия и изминали поне 6 месеца след адювантно лечение. Изследването обхваща период от 1г. и 9 месеца (2018 - 2020 г.) и е реализирано в 4 зали в градовете София и Добрич.

Участниците са разделени в 4 групи, като на случаен принцип 2 от тях са избрани да бъдат експериментални. При тях е приложена специализирана авторска методика, съчетаваща танцови елементи с добавени допълнителни специални упражнения. Обособени са **3 етапа** за провеждане на експеримента с включване на иновативни авторски рекреативни упражнения от медикъл уелнеса, приложени при експерименталните групи. Основната танцова методика е адаптирана и опростена, така, че да бъде достъпна за всички участници. Тренировките са провеждани 2 пъти

седмично със средна продължителност от 60 мин. за всяка от тях. В предложената авторска методика се използва набор от дихателни упражнения и опростена хореография на изучаваните стилове бални танци.

Методите на изследването са коректно подбрани и аргументирани. Методиката е подробно описана, като включва анкетен метод, информационна карта и въпросници, антропометрични измервания, функционални оценки и тестове.

Резултатите и анализите към тях са детайлно изложени и онагледени, като е използван пакет за статистическа обработка на данни IBM SPSS 19. Използваните статистически методи- вариационен анализ, честотен анализ и т.н са достатъчно надеждни за обективизиране на промените от приложената методика за начално обучение по танци, която е в основата на предложената рекреативна двигателна активност. Обсъждането и анализът на резултатите са задълбочено направени при отделните изследвания.

Направени са полезни за практиката заключения, относно положителните промени в двигателното възстановяване, социалното и психологическо състояние на жените, претърпели операция по повод рак на гърдата.

В дисертацията са формулирани 4 извода, които обобщават резултатите от това задълбочено проучване.

Препоръките, направени в дисертационния труд са конкретизирани, насочени към обогатяване на съществуващите програми за подкрепа и рекреация на жени с рак на гърдата в нашата страна. Акцентираща се върху превенцията на гореспоменатото и останалите социално-значими заболявания, както и възможностите в бъдеще време за създаване на социална услуга към общините в цяла България.

По-важните приноси в докторския труд, без да омаловажавам останалите, с научно-теоретичен и практико-приложен характер са:

- Настоящият дисертационен труд представя програма, която да надгради и разнообрази инструментариума на здравните грижи чрез средствата на медикъл уелнес в България с цел повишаване качеството на живот.
- За първи път в България е разработена рекреативна уелнес програма за подпомагане на възстановителния процес след операция при жени с рак на гърдата във физически и психологически аспект. Създадената програма може да бъде прилагана широко в практиката, като допълнение към стандартната кинезитерапия и/или като специална масова двигателна активност към спортните комплекси, подобно на класовете по зумба голд, “Долче вита” гимнастика (гимнастика за дами в зряла възраст) и други.
- Разработената и приложена авторска терапевтична методика оптимизира физическия и психически статус на пациентки след мастектомия, което представлява безспорен принос с категорично социално въздействие върху личността.

Във връзка с дисертационния труд са представени две **публикации** на **Ивелина Хараламбова Димитрова**, в пълно съответствие с минималните национални изисквания.

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ: Давам убедено своята **положителна оценка** на настоящия дисертационен труд, съответстващ на изискванията за такъв тип разработка и съдържащ научни резултати, които представляват принос за науката и практиката. В представения за становище докторат няма наличие на плагиатство и същевременно кандидатката отговаря на минималните национални изисквания за научна дейност за придобиване на

образователната научна степен „доктор“ в ПН 7.5 Здравни грижи, област на ВО 7. Здравеопазване и спорт.

В тази връзка, гласувам с положителен вот да бъде присъдена образователната и научна степен „доктор“ на Ивелина Хараламбова Димитрова.

15.05.2024 г.

гр. София

Изготвил становището:.....

/доц. Даниела Попова, доктор/

OPINION

by Associate Professor Daniela Ivanova Popova, PhD

re: Dissertation for the award of the educational and

scientific degree "PhD" in PN 7.5. Health care

on the subject:

**"Investigating the impact of an adapted dance technique on recovery after
breast cancer surgery"**

presented by: Ivelina Haralambova Dimitrova

Research supervisor: Assoc. prof. Stefka Dzhobova, PhD

Breast cancer is the most studied oncological disease from the point of view of its psycho-social aspects. Its prevalence varies widely worldwide. According to the World Health Organisation (WHO), in 2020, approximately 2.3 million new cases of breast cancer were diagnosed worldwide, accounting for about 11.7% of all cancer cases in women. Breast cancer recovery is an individual process, sometimes quite lengthy, that depends on various factors such as the type and stage of the cancer, the individual's overall health, and the chosen treatment plan. The high medico-social importance of this disease and the need for recreational motor activity are sufficient grounds for searching for modern approaches in the recovery of these patients. Given all this, the topic of the present development is extremely relevant and socially significant.

The dissertation presented by the doctoral student has a volume of 189 pages. It is properly structured and meets the requirements for this type of development. It is illustrated with 19 figures, 24 tables, reliable photographic material and 7 appendices (including tests for the assessment of various aspects concerning the condition of the subjects and the "Protocol of recreational motor activities-ballroom dancing").

The bibliography includes 165 literary sources (10 in Cyrillic and 155 in Latin).

The literature review is quite rich and proves the doctoral student's skills in handling the scientific literature, reflecting the social significance of the problem, risk factors and prevention of the disease, types of breast cancer, symptoms and stages of its development. Special attention is given to modern aspects of rehabilitation, including medical wellness and recreational motor activity, part of which is dance recreational therapy, as key moments of recovery and improvement of quality of life and mental stability after surgical treatment of breast cancer.

All this shows the correct scientific approach of the author to the studied problem and helps to derive a correct working hypothesis.

The purpose and tasks of the study are worded correctly and accurately.

The subject and object of the research are correctly reflected.

Organisation of the study: The subjects were a total of 43 women aged between 35 and 75 years, with a diagnosis of breast cancer, who underwent total or partial mastectomy and at least 6 months after adjuvant treatment. The study covers a period of 1 year and 9 months (2018 - 2020) and was implemented in 4 halls in the cities of Sofia and Dobrich.

Participants are divided into 4 groups, and 2 of them are randomly selected to be experimental. With them, a specialised author's methodology is applied, combining dance elements with added additional special exercises. There are 3 stages for conducting the experiment with the inclusion of innovative author's recreational exercises from medical wellness applied to the experimental groups. The basic dance technique has been adapted and simplified so that it is accessible to all participants. The trainings were held 2 times a week with an average duration of 60 minutes for each of them. The proposed author's methodology uses a set of breathing exercises and simplified choreography of the studied ballroom dance styles.

The methods of the research are correctly selected and argued. The methodology is detailed, including a survey method, information card and questionnaires, anthropometric measurements, functional assessments and tests.

The results and analysis are detailed and illustrated using the IBM SPSS 19 statistical data processing package. The statistical methods used - variation analysis, frequency analysis, etc. are sufficiently reliable to objectify the changes from the applied methodology for primary dance training, which is the basis of the proposed recreational motor activity. The discussion and analysis of the results are thoroughly done in the individual studies.

Conclusions useful for practice have been made regarding the positive changes in motor recovery, social and psychological status of women who underwent surgery for breast cancer.

The dissertation formulates 4 conclusions that summarize the results of this in-depth study.

Recommendations, from in the dissertation work are specified, aimed at enriching the existing support and recreation programs for women with breast cancer in our country. The emphasis is on the prevention of the above-mentioned and other socially significant diseases, as well as the possibilities in the future to create a social service for municipalities throughout Bulgaria.

The more important contributions in the doctoral work, without belittling the others, of a scientific-theoretical and practical-applied nature are:

- This dissertation presents a program that will upgrade and diversify the tools of health care through the means of medical wellness in Bulgaria with the aim of increasing the quality of life.
- For the first time in Bulgaria, a recreational wellness program has been developed to support the recovery process after surgery for women with breast cancer in a physical and psychological aspect. The created

program can be widely applied in practice, as a supplement to standard physiotherapy and/or as a special mass motor activity to sports complexes, similar to Zumba gold classes, "Dolce vita" gymnastics (gymnastics for mature women) and others.

- The developed and applied author's therapeutic methodology optimises the physical and mental status of patients after mastectomy, which represents an indisputable contribution with a definite social impact on the personality.

In connection with the dissertation, two publications of Ivelina Haralambova Dimitrova are presented in full compliance with the minimum national requirements.

IN CONCLUSION:I confidently give my positive assessment of the current dissertation work, corresponding to the requirements for this type of development and containing scientific results that represent a contribution to science and practice. There is no plagiarism in the doctorate presented for opinion, and at the same time the candidate meets the minimum national requirements for scientific activity to acquire the educational scientific degree "PhD" in PN 7.5 Health care, area of HE 7. Health care and sports.

In this regard, I vote with a positive vote to award the educational and scientific degree "doctor" to Ivelina Haralambova Dimitrova.

15/05/2024

/ Sofia /

Prepared the opinion:

/ Assoc. prof. Daniela Popova, PhD /