

# PREVENCE DĚTSKÉ OBEZITY MOŽNOSTI SPOLUPRÁCE

P.TLÁSKAL

SPOLEČNOST PRO VÝŽIVU  
FN MOTOL



# OBEZITA NEPŘÍZNIVĚ OVLIVŇUJE ZDRAVOTNÍ STAV ČLOVĚKA

- Kardiovaskulární onemocnění
  - Endokrinní poruchy
  - Metabolické komplikace
  - Respirační obtíže
  - Gastro-hepatologická onemocnění
  - Gynekologické komplikace (dospělí)
  - Onkologické komplikace (dospělí)
  - Ortopedické komplikace
  - Dermatologická onemocnění
  - Psychosociální problémy
  - Rizika medicínských výkonů
  - Různé další zdravotní obtíže
- .....

**OBEZITA ZKRACUJE DOBU ŽIVOTA A EKONOMICKY ZATĚŽUJE CELOU SPOLEČNOST**

# OBEZITA V DĚTSTVÍ - MORBIDITA A MORTALITA V DOSPĚLOSTI

**INSERM (2000) Obezita v dětství, zvyšuje riziko mortality dospělých o 50 -80%  
(meta-analytické studie)**

**...jedná se především o mortalitu z rozvoje kardiovaskulárních onemocnění**

## ■ Mortalita

- Must (1992), 508 obézních a neobézních adolescentů, sledovaných po dobu 55 let s nálezem: u obézních 1,8x vyšší mortalita z různých příčin 2,3 x vyšší mortalita z postižení koronárních cév, 13 x vyšší mortalita z důvodů náhlé mozkové příhody, 9x vyšší mortalita na Ca tlustého střeva.... Rizika se objevují především po 45 roku života**
- Gunell (1998), 2399 obézních a neobézních dětí ve věku 2-14 let s nálezem po 60 letech sledování : mortalita z různých příčin u mužského pohlaví 1,6x vyšší, z postižení koronárních cév 2x vyšší**

# PREVALENCE DĚTSKÉ OBEZITY V ČR

Zdroj: Kunešová,M., Vignerová,J., Pařízková,J., Procházka,B., Braunerová,R., Riedlová,J., Zamrazilová,H., Hill,M.,Bláha,P., Šteflová,A.: Vývoj prevalence nadváhy, obezity a podváhy u 7 letých dětí v posledních 50 letech. Dětská obezita v teorii a praxi Poděbrady 25-26.11.2011

- **Monitorování dětské obezity iniciované WHO pro Evropu v roce 2008 prokázalo u dětí české populace ve věku 6,5-7,5 let:**
  - chlapci: nadváha a obezita 14,8%, obezita 7,2 %
  - dívky: nadváha a obezita 11,1%, obezita 5,0%
- **Výskyt nadváhy a obezity u sedmiletých dívek a chlapců v letech 1951 až 2008 (Vignerová J a kolektiv v ČR) :**

	r.1951	r.1981	r.1991	r.2001	r.2008
Nadváha	<b>8,9%</b>	<b>10,2%</b>	<b>15%</b>	<b>15,1%</b>	<b>14,7%</b>
Obezita <b>DÍVKY</b>	<b>1,6%</b>	<b>3,5%</b>	<b>3%</b>	<b>5,2%</b>	<b>4,8%</b>
Nadváha	<b>12,1%</b>	<b>13,6%</b>	<b>17%</b>	<b>18,3%</b>	<b>13,5%</b>
Obezita <b>CHLAPCI</b>	<b>1,8%</b>	<b>2,3%</b>	<b>4%</b>	<b>8,2%</b>	<b>10%</b>

# PREVALENCE DĚTSKÉ OBEZITY A VÝŽIVOVÉ ZVYKLOSTI ČESKÝCH DĚTÍ (r.2011)

*Zdroj: Tláskal, P., Hrstková, H., Fiala, J., Schwarz, J., Baliková, M., Strosserová, A., Packová, A., Lepší V.: Zhodnocení výživových zvyklostí a příjmu vybraných nutrientů u dětí školního věku. Výživa a potraviny 2012, č. 2*

Studie z roku 2011 prokázala (1558 dětí)

– ve skupině dětí 7-10letých  
**nadváhu 7,4% a obezitu 7,5%**

– ve věkové skupině 10-14letých  
**nadváhu 6,2% a obezitu 6,0%**

Z hodnocení výživových zvyklostí školních dětí bylo patrné, že děti prioritně odmítají nebo ojediněle přijímají ryby a luštěniny. U obou komodit přibližně z 80%.

# OBEZITA DOSPĚLÝCH ZAČÍNÁ V DĚTSTVÍ

Autoři	Rok	Studie	Výsledek
Garn a LaVelle	1985	383 obézních dětí v <b>0,5-5,5 letech</b>	zůstalo obézních ve 20-25 letech z <b>26 %</b>
Vanhala	1998	1008 obézních dětí v <b>7 letech</b>	bylo obézních v 36 – 47 letech z <b>51 %</b>
Lauer	1997	2631 obézních dětí <b>ve věku 9 – 18 let</b>	zůstalo obézních ve věku 23-33 let z <b>48 až 75 %</b>
Must a Srauss	1999	1800 obézních <b>adolescentů</b>	bylo obézních v 52 letech <b>46 % žen a 52 % mužů</b>

# EVROPSKÝ DEN OBEZITY

Evropský parlament vyhlásil v květnu roku 2009 **Evropský den obezity**. Cílem tohoto aktu je podpora motivací lidí s nadváhou a obezitou ke změně životního stylu, zlepšení jejich zdraví a kvality života

# **DEN BOJE PROTI DĚTSKÉ OBEZITĚ**

**BYL VYHLÁŠEN NA KONFERENCI ŠKOLNÍHO  
STRAVOVÁNÍ V PARDUBICÍCH DNE 25.5.2011**

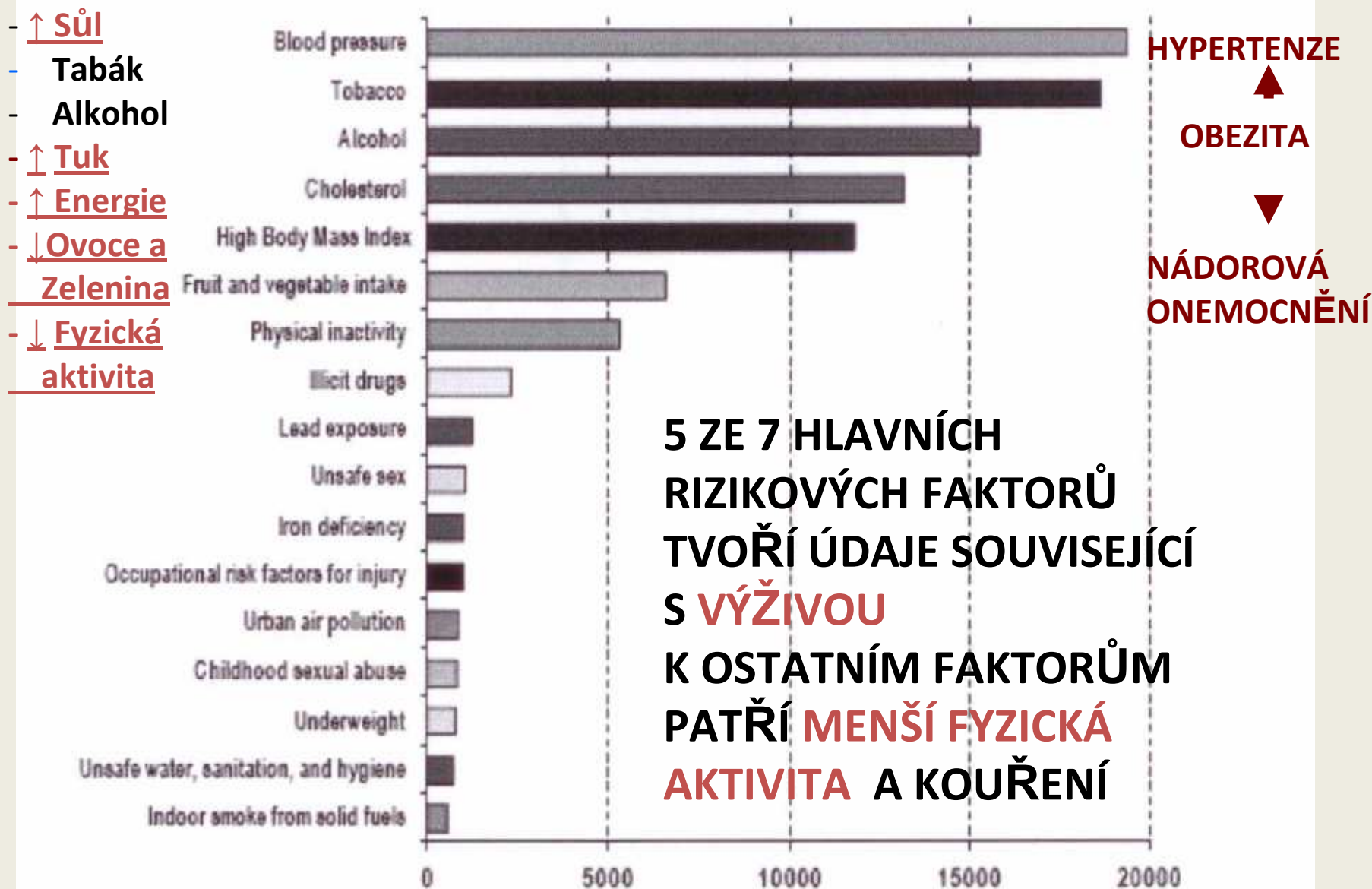
- **Společnost pro výživu**
- **Odborná společnost praktických dětských lékařů**
- **Sekce dětské obezitologie - Obezitologická společnost**



# DEN BOJE PROTI DĚTSKÉ OBEZITĚ

- Je zaměřen na **dětskou populaci**
- Je vnímán jako **soubor opatření k prevenci rozvoje dětské obezity** a tím i dalších nemocí, které ohrožují život člověka do dospělosti, zhoršují jeho výkonnost a jsou tím i pro stát ekonomicky zatěžující
- Je výzvou pro rodiny, školy, instituce, státní i nestátní organizace a další subjekty **k pozitivnímu ovlivňování životního stylu dětí**, budoucí generace naší společnosti

# ŽIVOTNÍ STYL - HLAVNÍ RIZIKOVÉ FAKTORY (WHO)



# PROTI STOUPAJÍCÍMU TRENDU OBEZITY A CIVILIZAČNÍCH NEMOCÍ JE NUTNÉ BOJOVAT ADEKVÁTNÍ PREVENCÍ

Den boje proti dětské obezitě = prevence, zavádění zdravého životního stylu do praktického života naší mladé generace

- Rodina

- Škola

- podpora zásad zdravé výživy v teorii (výuka) a v praxi (školní jídelna)
- podpora fyzické aktivity školních dětí
- prostředí školy

K uvedenému je nutné : uvědomění zřizovatelů, vedení školy, kolektivu učitelů

- Zdravotní péče
- Media
- Prostředí společnosti

# SEMINÁŘ NA MŠMT

20.3.2012 Seminář na Ministerstvu školství mládeže a tělovýchovy  
**PROSAZOVÁNÍ ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU „VÝŽIVY A POHYBU“  
DO VÝCHOVY ŠKOLNÍCH DĚTÍ ....**

## **EDUKAČNÍ PROGRAMY**

**Pedagogické fakulty - výchova pedagogů – rozvíjení programů  
vysokoškolské přípravy pedagogů v oblasti výchovy ke zdraví –  
zdravé stravovací návyky, zdravý životní styl**

**Výživa ve výchově ke zdraví – výukový program pro učitele a žáky  
2.stupně ZŠ**

**Jak hravě žít zdravě – internetový soutěžní kurz zaměřený na změnu  
nevhodných stravovacích návyků , zlepšení pitného režimu a  
zvyšování zájmu dětí o pohybovou aktivitu**

**Zdravá abeceda – se zaměřením na mateřské školy. Výukový program kde  
si děti svojí základní povědomí o vhodném poměru potravin v  
jídelníčku a pohybových aktivit v režimu dne a týdne.**

**Soutěž Sapere – vědomosti dětí o zdravé výživě a způsobech stravování**

# SEMINÁŘ NA MŠMT

20.3.2012 Seminář na Ministerstvu školství mládeže a tělovýchovy  
PROSAZOVÁNÍ ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU „VÝŽIVY A POHYBU“  
DO VÝCHOVY ŠKOLNÍCH DĚTÍ ....

## **PRAKTICKÉ PROGRAMY**

Programy podporované EU – školní mléko a ovoce do škol

Soutěže o nejlepší školní oběd – aktivovány Společností pro výživu

Juniorský maratón – Běžíme pro Evropu

.....

**Škola plná zdraví, Česko se hýbe** - Cílem projektu je propagování zdravého životního stylu u dětí a mládeže, zejména zlepšení jejich stravovacích návyků, začleněním vyššího podílu zeleniny do školního stravování.

.....

# FÓRUM PREVENCE DĚTSKÉ NADVÁHY A OBEZITY

Škola by měla zajišťovat nejen teoretickou výchovu v rámci edukace ke zdravému životnímu stylu, ale měla by i tvořit zázemí pro jeho praktickou aplikaci

- Pro výživu jsou to školní jídelny a místa občerstvení
- Pro pohyb kromě zajištění povinné tělesné výchovy jsou to i jiné možnosti podpory fyzických aktivit školáků

**Fórum prevence dětské nadváhy a obezity (FPO) bylo vyhlášeno dne 16.11.2012 na konferenci „Dětská výživa a obezita v teorii a praxi“ v Poděbradech**

# FÓRUM (FPO)

Fórum je otevřenou platformou pro iniciativy respektující odborná doporučení v oblasti prevence dětské nadváhy a obezity (výživa, pohyb, edukace). Fórum sdružuje osoby, organizace a iniciativy, které se rozhodly přispět k jeho cílům.

**CÍLE FÓRA: AKTIVNÍ ŠKOLNÍ PROSTŘEDÍ - EDUKACE- POHYB  
STRAVOVÁNÍ- (školní jídelny, automaty, bufety)**

## DEN BOJE PROTI DĚTSKÉ OBEZITĚ

- 20.5.2013 – Radiožurnál,
- 21.5.2013 – Tisková konference **ČESKO SE HÝBE VE ŠKOLÁCH PLNÝCH ZDRAVÍ**
- r.2014 ?????

# VÝZVA FÓRA

- Je mnoho různých programů, které se v rámci prevence dětské nadváhy a obezity dostávají do škol
- Koordinovaně podpořme všechny ty, které jsou adekvátně odborně vytvořené
- Dejme je školám k výběru tak, aby vytvářely podmínky aktivního prostředí k prevenci dětské nadváhy a obezity
- Rozšiřujme je do škol tak, aby propojovaly edukaci ke zdravému životnímu stylu (výživě a pohybu) s praktickou realizací ve školních jídelnách, školních automatech, školních bufetech a pohybovou aktivitou dětí i mimo běžné školní vyučování

**PŘIHLAŠTE SE K FÓRU PREVENCE DĚTSKÉ NADVÁHY  
A OBEZITY**

**EDUKACE + ŠKOLNÍ JÍDLENA+ ŠKOLNÍ AUTZOMATY + ŠKOLNÍ  
BUFETY + POHYBOVÁ AKTIVITA**



# DEN BOJE PROTI DĚTSKÉ OBEZITĚ

P.TLÁSKAL, J. ZAMRAZILOVÁ,  
J. BOŽENSKÝ, V.BŘEZKOVÁ, J.DIVOKÁ,  
M.FLORIÁNKOVÁ, M., J.HOSTINSKÝ, N.KŘÍSTEK, E.  
MARÁDOVÁ, A. PACKOVÁ, O.PANOŠOVÁ, H.STŘÍTECKÁ,  
**FÓRUM PREVENCE DĚTSKÉ NADVÁHY A OBEZITY**

