



# **ZAMYŠLENÍ NAD KOMUNIKOVÁNÍM STATISTIKY V MÉDIÍCH**

STATISTICKÁ ANALÝZA DAT, PSY117

**Darja Donat'áková**

333360, Sociální politika a sociální práce – Psychologie

Vyučující: Mgr. Stanislav Ježek, PhD.

Datum odevzdání: 30. dubna 2010

Fakulta sociálních studií MU, 2009/2010

„Milovníci čokolády trpí více depresemi, tvrdí vědci.“ hlásal nadpis jednoho novinového článku na internetu. Velice mě to zaujalo, neb se k milovníkům čokolád a všech ostatních sladkostí hrdě hlásím. Proto jsem četla dál:

„WASHINGTON - Lidé, kteří pravidelně konzumují čokoládu, trpí depresemi více než ostatní. Tvrdí to studie amerických vědců publikovaná v časopise Archives of Internal Medicine. Čokoláda se přitom tradičně považuje za "lék" proti špatné náladě.

Vědci z Kalifornské univerzity uvedli, že deprese ve větší míře zjistili u lidí, kteří snědí nejméně tabulku čokolády týdně. Ti jsou podle výzkumu náchylnější k depresím než lidé, kteří konzumují čokoládu jen občas.

Nejvíce depesemi ve skupině tisíce zkoumaných pacientů trpěli lidé, kteří zkonzumovali více než šest tabulek čokolády měsíčně.

Vědci se nyní snaží prokázat, proč tomu tak je. Jedním z možných vysvětlení by prý bylo i to, že depresivní lidé sáhnou po čokoládě častěji než ti ostatní. Vědci ale nevylučují, že čokoláda může přímo deprese vyvolávat.“ (Lidovky. cz, 2010)

Vyhledala jsem si ve zmíněném časopise studii, o které se zde píše. Autoři této studie použili pro vyhodnocení dat Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D). CES-D je velice využívaný test (dotazník) na zjištění depresivního kvocientu člověka. Skládá se z dvaceti tvrzení, které se hodnotí na škále „výjimečně nebo nikdy“, „někdy nebo občas“, „příležitostně nebo po nějakou dobu“ a „většinou nebo pořád“ – hodnotí se uplynulý týden. Body se přidělují od 0 po 3 s výjimkou otázek 4, 8, 12 a 16 – ty se bodují přesně opačně, takže pro „většinou nebo pořád“ je 0, pro „příležitostně nebo po nějakou dobu“ je 1 atd. Tento test byl vynalezen v sedmdesátých letech dvacátého století Lenore Radloffovou, která byla výzkumným pracovníkem v Národním institutu duševního zdraví (National Institute of Mental Health). 85% z těch, které psychiatři následně shledali jako depresivní nebo s rizikem hlubokých depresí mělo vysoké skóre v CES-D. (Radloff, 1977) Tento dotazník není nijak složitý – našla jsem stovky odkazů na internetu, kde si může každý vyzkoušet, jaký kvocient depresivity má.

Výzkum, provedený N. Rose, S. Koperski a B. A. Golomb (2010) skutečně dokládá, že vyšší depresivní skóre v CES-D je spojené s větší konzumací čokolády. Bylo zkoumáno 931 mužů a žen, bez příznaků cukrovky nebo koronárního srdečního onemocnění. Participantů nikdy nebrali antidepresiva. Ti, kteří měli vyšší možnost výskytu deprese (CES-D skóre 16), měli i větší spotřebu čokolády (8.4 porcí za měsíc). Ti, kteří měli ještě vyšší skóre CES-D (22) měli ještě vyšší spotřebu čokolády (11.8 porcí za měsíc).

Přitom obecně se má za to, že čokoláda a sladké jako takové pomáhá při depresích a špatné náladě. Obsahuje kofein a cukr, které dodávají potřebnou energii. Kolikrát jsem si sama dala kousek čokolády, když mi nebylo psychicky dobře. Dokonce se považuje za výborné afrodisiakum. Tento výzkum, ale prokazuje zvýšenou depresivitu u náruživých „čokoládomilců“. Takže si myslím, že běžného spotřebitele to nijak neohrozí. Je jasné, že „všeho moc škodí“ – ať už je to čokoláda nebo něco jiného. Člověk by měl jíst všechny jídla, ale v přiměřené míře.

Je ovšem pravda, že článek je podaný takovým způsobem, že by mohl do značné míry ovlivnit běžného konzumenta čokolád. Vždyť i já jsem po jeho přečtení uvažovala, že omezím přísun čokolád. Jestli to náhodou není příčina mých psychických trápení! Obzvláště nadpis článku je dosti zavádějící a direktivní – Milovníci čokolády trpí více depesemi, tvrdí vědci. Vyznívá mi to jakoby každý, kdo miluje čokoládu (a že znám jen jednoho člověka který ji nemiluje), musel notně být depresivní. Ještě když to tvrdí vědci, dostává tato věta až hrůzostrašný podtext – není tady prostor na nějaké debaty, když je to potvrzené vědci. Chápu ale, že novináři potřebují pro své články pádné a úderné nadpisy, aby člověka zlákali

k přečtení. Je proto důležité ověřovat si fakta a nevěřit, každé frázi, která je v novinách otištěná.

Použitá literatura:

- Radloff, L.S. (1977) 'The CES-D scale: A self report depression scale for research in the general population'. Applied Psychological Measurement 1: 385-401.
- Rose, N., Koperski, S., Golomb, B. A. (2010) 'Chocolate and Depressive Symptoms in a Cross-sectional Analysis'. Archives of Internal Medicine 170 (8): 699-703
- [http://relax.lidovky.cz/milovnici-cokolady-trpi-vice-deprese-mi-tvr-di-ved-ci-fxf-/ln-zajimavosti.asp?c=A100427\\_122925\\_ln-zajimavosti\\_glu](http://relax.lidovky.cz/milovnici-cokolady-trpi-vice-deprese-mi-tvr-di-ved-ci-fxf-/ln-zajimavosti.asp?c=A100427_122925_ln-zajimavosti_glu)

*Chápu, že Vás to s tou čokoládou vyděsilo. Nenalézám tu ale žádné argumenty pracující s tím, zda a k jakému zkresení při prezentaci statistik došlo. Jak velké jsou prezentované rozdíly vzhledem k variabilitě konzumace čokolády?....*

*Přesto oceňuji, že jste si vyhledala studii o CES-D a s metodou se seznámila.*

*Zkuste se teď ještě zamyslet nad statistickou stránkou věci.*

*SJ*