

# Preventabilní faktory ovlivňující výskyt dětské obezity

Zuzana Derflerová Brázdová  
Masarykova univerzita, Brno



**EURO-PREVOB**

Consortium for the prevention of obesity through  
effective nutrition and physical activity actions

# ZPRÁVA WHO/IOTF 1998

## OBEZITA: Prevence a řešení globální epidemie

### GLOBÁLNÍ EPIDEMIE OBEZITY



#### Současná data:

312 milionů BMI  $\geq$  30

1,1 miliardy BMI  $\geq$  25

155 milionů dětí s nadváhou

Zpráva WHO

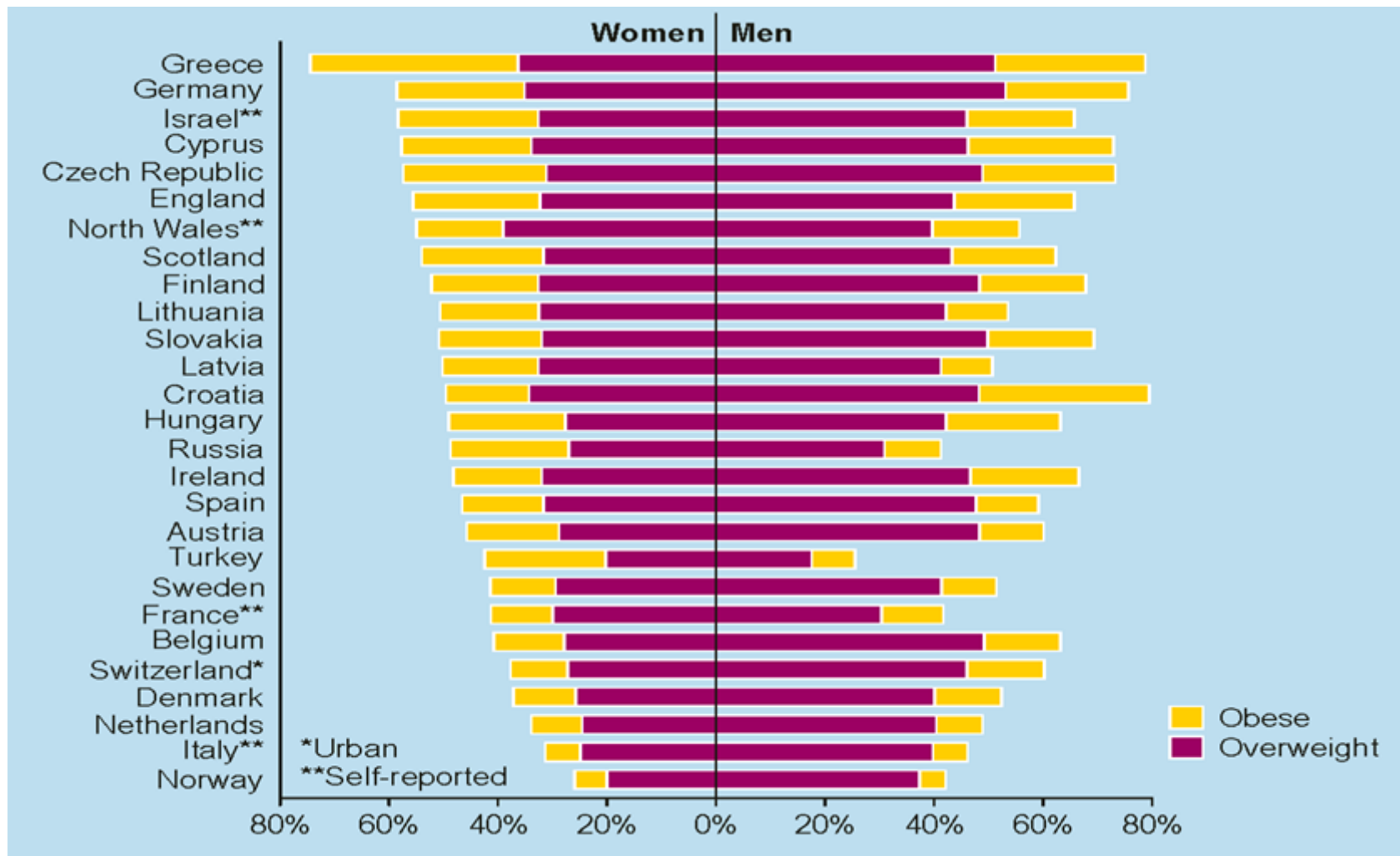
Consultation on Obesity

WHO/NUT/NCD, Geneva, 1998



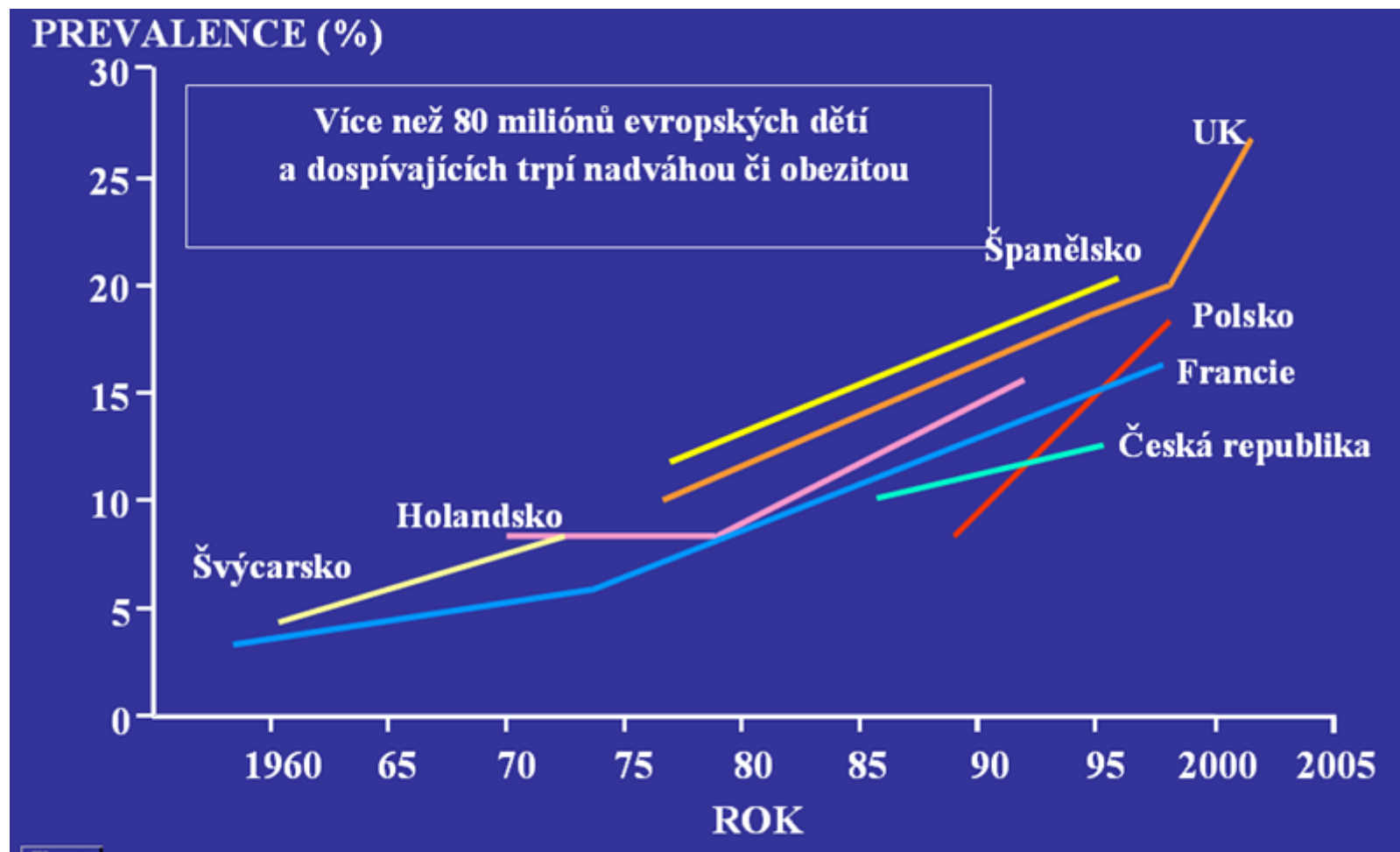
# VÝSKYT OBEZITY

v evropských zemích dosahuje u mužů 10-20% a u žen 15-30% (IOTF 2005)



# VÝSKYT NADVÁHY U DĚTÍ A DOSPÍVAJÍCÍCH SE V EVROPĚ ZVYŠUJE

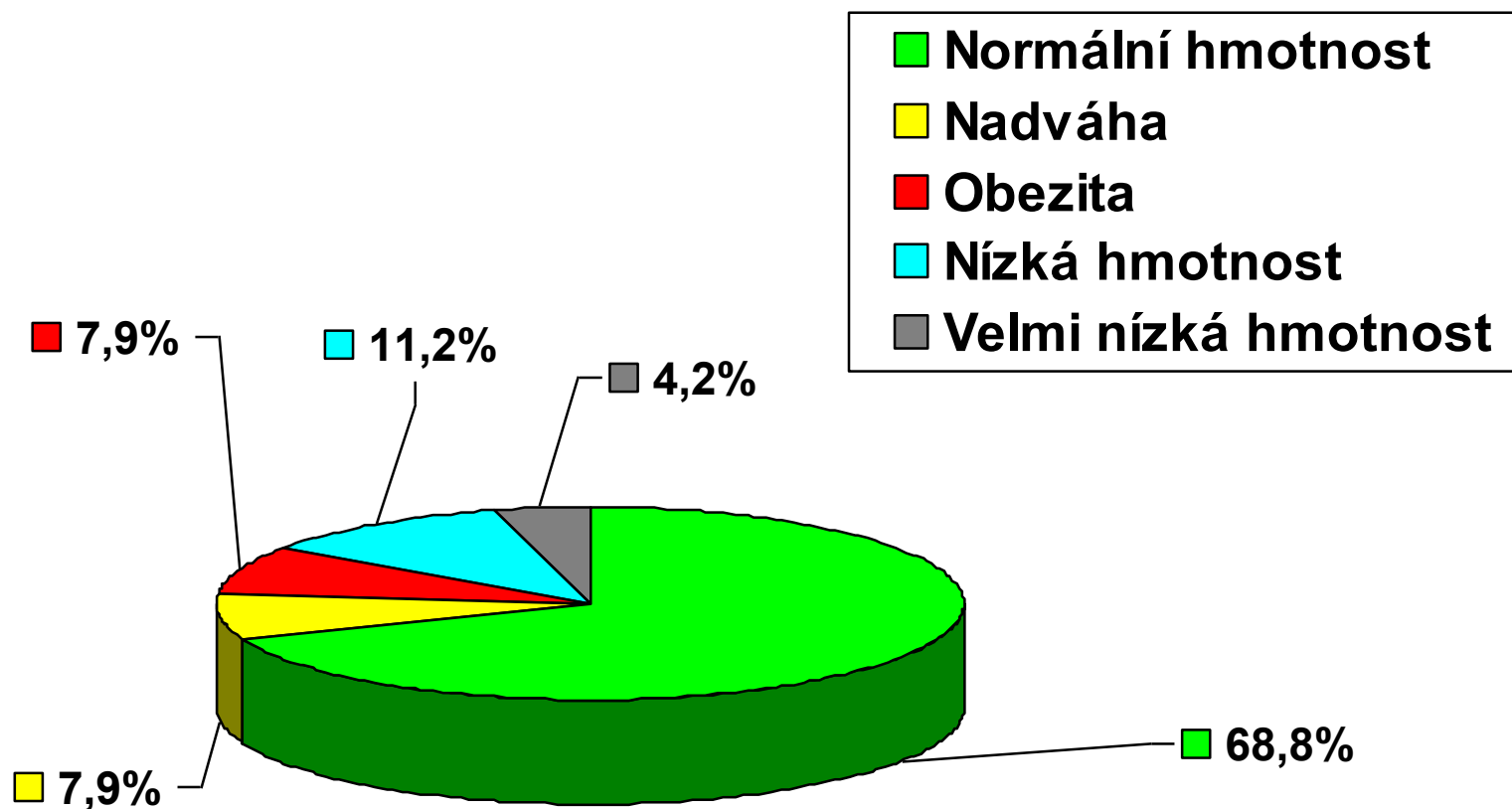
IOTF/EASO Obesity in Europe Report 2002; IOTF 2004



# OBEZITA A NADVÁHA U DĚTÍ V ČR

Primární prevence ICHS u dětí - Výsledky celostátního screeningu

Bohuslav Procházka, František Stožický, 2007



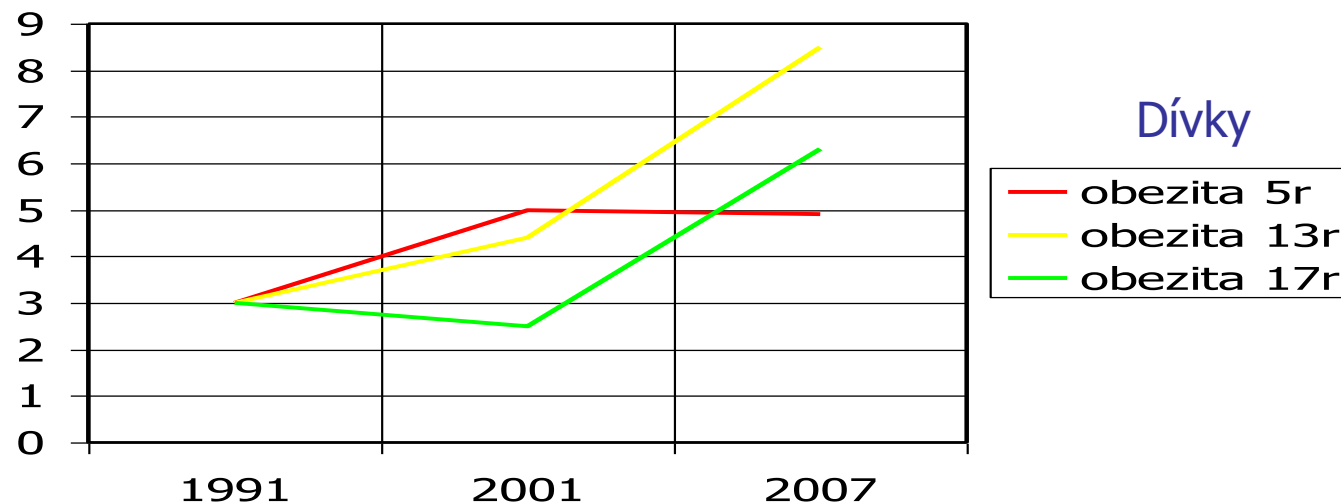
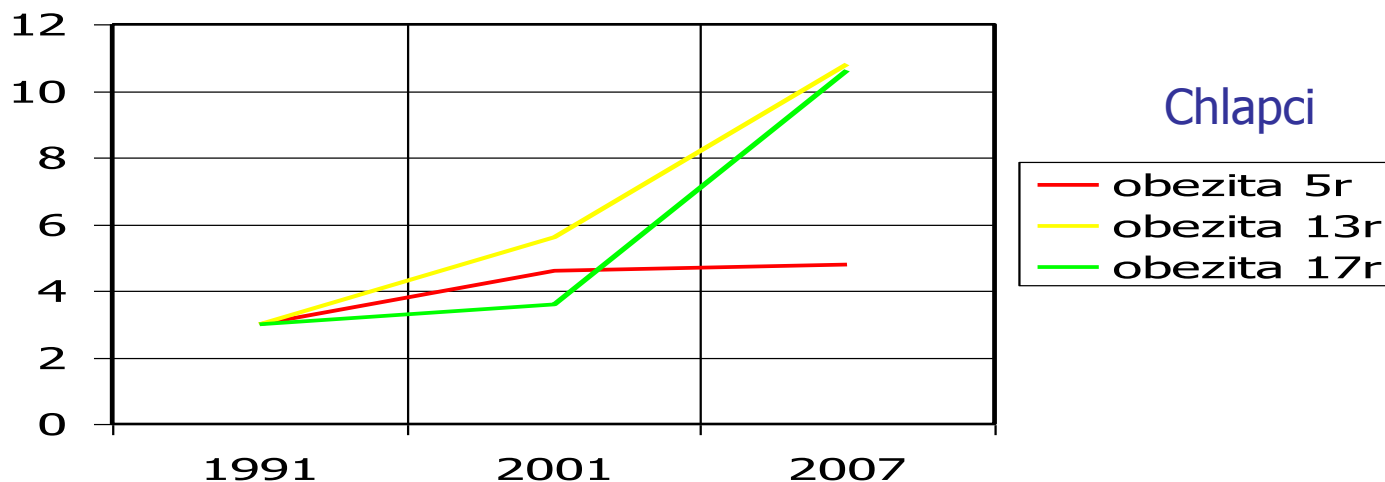
Počet spolupracujících PLDD: 37  
Zastoupeny všechny kraje ČR

Počet registrovaných pacientů: 4473  
Počet odevzdaných dotazníků: 4060

# VÝVOJ OBEZITY

Primární prevence ICHS u dětí - Výsledky celostátního screeningu

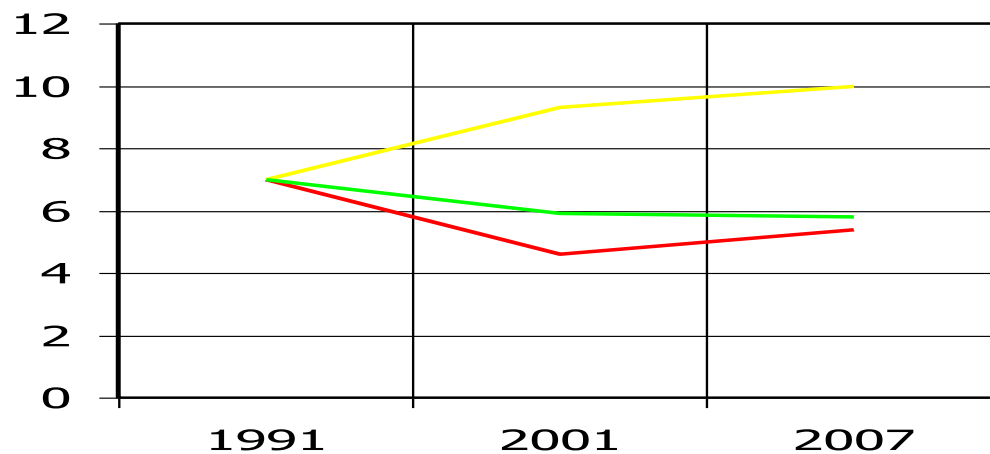
Bohuslav Procházka, František Stožický, 2007



# VÝVOJ NADVÁHY

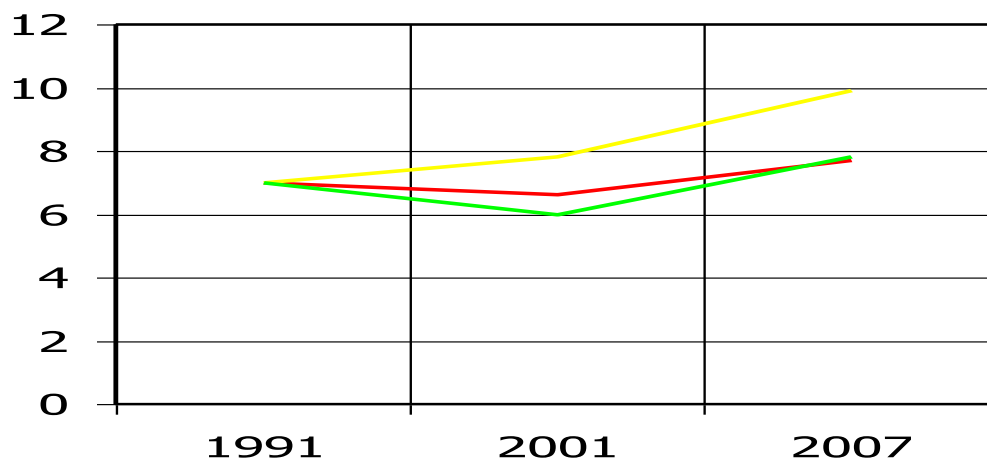
Primární prevence ICHS u dětí - Výsledky celostátního screeningu

Bohuslav Procházka, František Stožický, 2007



— nadváha 5r  
— nadváha 13r  
— nadváha 17r

Chlapci



— nadváha 5r  
— nadváha 13r  
— nadváha 17r

Dívky

# ZDRAVOTNÍ KOMPLIKACE OBEZITY

## **METABOLICKÉ**

- **Diabetes**
- **Dyslipidémie**
- **Hyperurikémie, dna**

## **KARDIOVASKULÁRNÍ**

- **Hypertenze**
- **ICHS, srdeční selhávání**
- **CMP**
- **Trombóza**
- **Plicní embolie**

## **BRONCHOPULMONÁLNÍ**

- **Chron. obstrukční choroba bronchopulmonální, asthma**
- **Sy. spánkové apnoe**
- **Sy. hypoventilace**

## **GASTROINTESTINÁLNÍ**

- **Gastroesofageální refluxní choroba (GERD)**
- **Nealkoholická steatóza jater**
- **Hernie**

## **NÁDORY**

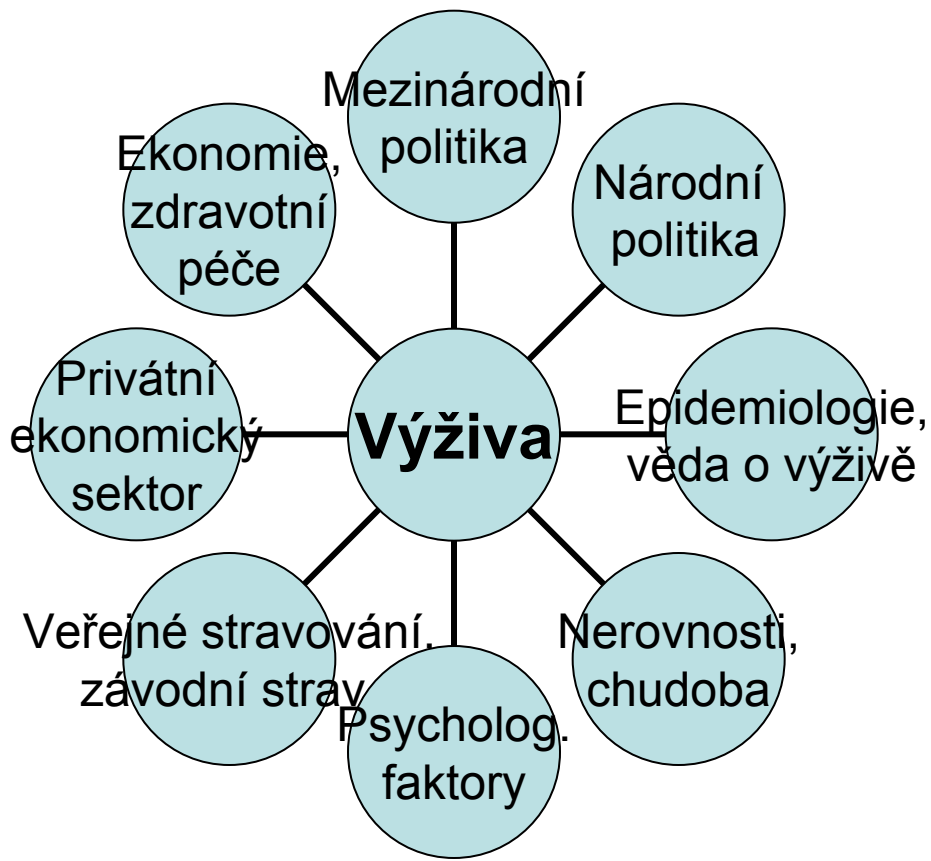
- **Ca prsu, dělohy, ovaria**
- **Ca tlustého střeva**

## **OSTATNÍ**

- **Sy. polycystických ovarií**
- **Infertilita/amenorrhoea**
- **Inkontinence moče**
- **Deprese, úzkost**
- **Osteoartróza, spondylóza**
- **Poruchy příjmu potravy**
- **Kožní afekce**



# Konceptuální rámec klíčových determinant obezity



# Politika

## Mezinárodní

- EU nařízení a regulace
  - pravidla importu
  - zemědělská politika
    - - státní dotace
  - značení potravin
  - bezpečnost a kvalita potravin

## Národní

- Nařízení a regulace (značení produktů, ...)
- Daně – ceny potravin
- Zemědělství
- Obchod potravinami
- Péče o zdraví
- Bezpečnost a kvalita potravin

školní stravování

- WTO smlouvy a dohody

- vzdělání<

výchova ke zdravé výživě

# Další determinanty výživy

## **Ekonomika**

- Struktura trhu
- Změny ve složení výrobků
- Dostupnost potravinářských výrobků
- Výroba potravin jako řídicí nástroj konzumace
- Marketink potravin

## **Komunitní výživa**

- Zdraví pracujících
- Školní stravování
- Věda o výživě – změna stravování, kojení
- Sociální vědy
- Výzkum a sledování nerovností
- Urbanizace
- Vyšší počet pracujících žen...

# Determinanty obezity – materiální I.

- Přebytek potravin a „levná“ kalorie
- Není profit ze zdravých potravin
- Cena potravin neodráží environmentální okolnosti
- Používání fosilních zdrojů energie má přednost před fyzickou aktivitou („lidskou energií“)

# Determinanty obezity – materiální II.

Vysoká atraktivita produktů je také jedním z obezitogenních faktorů



# Determinanty obezity – materiální II.

- Atraktivita dětských her v parcích není konkurenceschopná s počítači a televizí
- Parkovací místa mají přednost před prostorem pro fyzickou aktivitu
- Aktivní doprava do školy a do práce nemá dostatečnou materiální podporu
- Bezpečnost při fyzické aktivitě

# Determinanty obezity - sociofyziologické

- Cenové signály ovlivňující oblibu ovoce a zeleniny
- Nakupování potravin jen *per se*
- Nakupování potravin v nárazových dávkách, velkém množství a za použití externí energie (auta)
- Konzumace větších porcí (trend zvětšování jednotkových porcí)
- Proporce produkce => konzumace tuku/cukru/masa/mléčných výrobků

# Determinanty obezity – sociální

- Není aktivní podpora „kvalitních“ produktů pro všechny příjmové skupiny populace
- Úspěch firem není přímo svázán se zdravím konzumenta
- Téměř nejsou omezení a restriktce nevhodných potravin pro určité populační skupiny
- Zdravá strava se nepoužívá jako afirmativní sociální prostředek
- Nízká potravinová a výživová gramotnost



# Determinanty obezity – sociálně kognitivní

- Reklama a marketink cíleny na děti
- Automaty ve školách
- Radost z přejídání je sociálně akceptovatelná
- Není výchova k jemnému rozlišování chuti (slaná/sladká)
- Rodiče nejsou podporováni v pocitu dlouhodobé odpovědnosti => dávají přednost pocitu okamžitého klidu
- ....

# Sociální svět

- Nutnost redefinování toho, co je přijatelné (resp. akceptovatelné) a žádoucí



tj. nutnost environmentálních změn, aby mohly probíhat změny

- vnímání tělesných signálů,
- velikosti porcí,
- fyzické aktivity

# Materiální svět

ukazatelem např.

- Úmrtnost cyklistů
- Bezpečnost chodců a běžců v noci
- Počet bazénů na obyvatele
- Délka cyklistických stezek
- Další relevantní indikátory vzhledem k regionu, populační skupině atd.

# Situace v EU

- Rozdílný „sociální gradient obezity“ v bohatších zemích západní Evropy
- Také u dětí / dospělých (Lotyšsko vs. Francie)

# Obezitogenní index

- Index zohledňující environmentální aspekty přispívající ke vzniku obezity
- Indikátory jako např.
  - přístup k potravinám
  - restauracím
  - fyzické aktivitě
  - bezpečnému aktivnímu transportu
- Identifikace obezitogenních indikátorů na mezinárodní a národní úrovni

# Konflikt indexů?

- Obezitogenní index

x

- HD index (Human Development Index)

# Makroekonomické determinanty ovlivňující spotřebu potravin I.

- Zvyšující se nabídka potravin spolu s poklesem jejich cen a zvyšujícími se příjmy vede ke změně výživových zvyklostí.
- Tento proces je usnadněn potravinářskými korporacemi, industrializací zemědělství a vysokou závislostí na prodávaných potravinách, stále více kontrolovaných nadnárodními prodejci.

# Makroekonomické determinanty ovlivňující spotřebu potravin II.

- V EU vede společná zemědělská politika k nadprodukcí potravin a alkoholu.
- Konzumentova volba potravin je ovlivněna masmédií, vzděláním a informací, kterou může získat z potravinových etiket.
- Výživové způsoby a zvyklosti může ovlivnit taková národní politika, která ovlivňuje cenu potravin, jejich dostupnost a vzdělání konzumentů.



# Makro a mikroekonomické determinanty ovlivňující fyzickou aktivitu I.

Většina každodenních prostředí, tj.

- doprava,
- bydlení
- zaměstnání
- školní a volnočasové aktivity

přestala podporovat fyzickou aktivitu a v  
důsledku se stala obesitogenními.

# Makro a mikroekonomické determinanty ovlivňující fyzickou aktivitu II.

- Každé z výše uvedených prostředí má vysoký potenciál pro podporu fyzické aktivity.
- Příslušné sektory potřebují ukázat efektivním způsobem svůj potenciál – vč. argumentace o ekonomické výhodnosti fyzické aktivity a identifikace s cíli, které mohou být snadno osvojeny.

# Fyzická aktivita

- Rozvoj a výzkum netradičních fyzických aktivit
- Podpora fyzické aktivity v různorodých podmínkách
- Výzkum následků sedavého zaměstnání a podpora péče o zdraví pracujících (occupational health)
- Vliv dostupnosti parků a přírodních podmínek na úroveň fyzické aktivity
- Otázky bezpečnosti v obcích

# Psychologické faktory

- Obecně platné sociální teorie
- Kulturní a společenské normy
- Obecné vnímání body image

# Sociální percepce obezity I.

- Během fylogeneze spíše žádoucí fenotyp - u žen (nikoli u mužů), i u Homo sapiens, lovců – sběračů
- Bezpečnější vzhledem k donošení plodu
- Bezpečnější vzhledem k přežití



# Sociální percepce obezity II.

- Odraz v lingvistické oblasti:

Kyprý - kyprá

plnoštíhlý (vollschiang)

boubelatý

baculatý

silný – silná

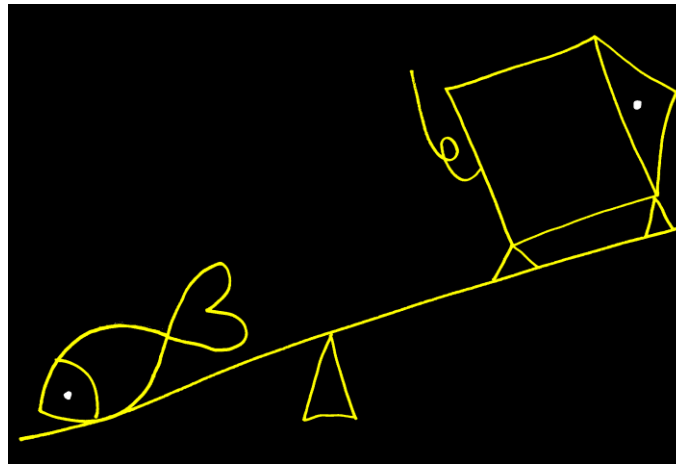
Hubený, chudý, vyzáblý, štíhlý, slabý  
(srb. mršavý)

# Sociální percepce obezity III.

Úsloví:

Přijde čas, kdy tlustí budou hubení,  
ale to už hubení budou studení.

# Epilog



Lidé by měli jíst hlavně to, co jim chutná.  
Ale měli by se snažit, aby jim chutnalo jen to,  
co je pro ně zdravé.



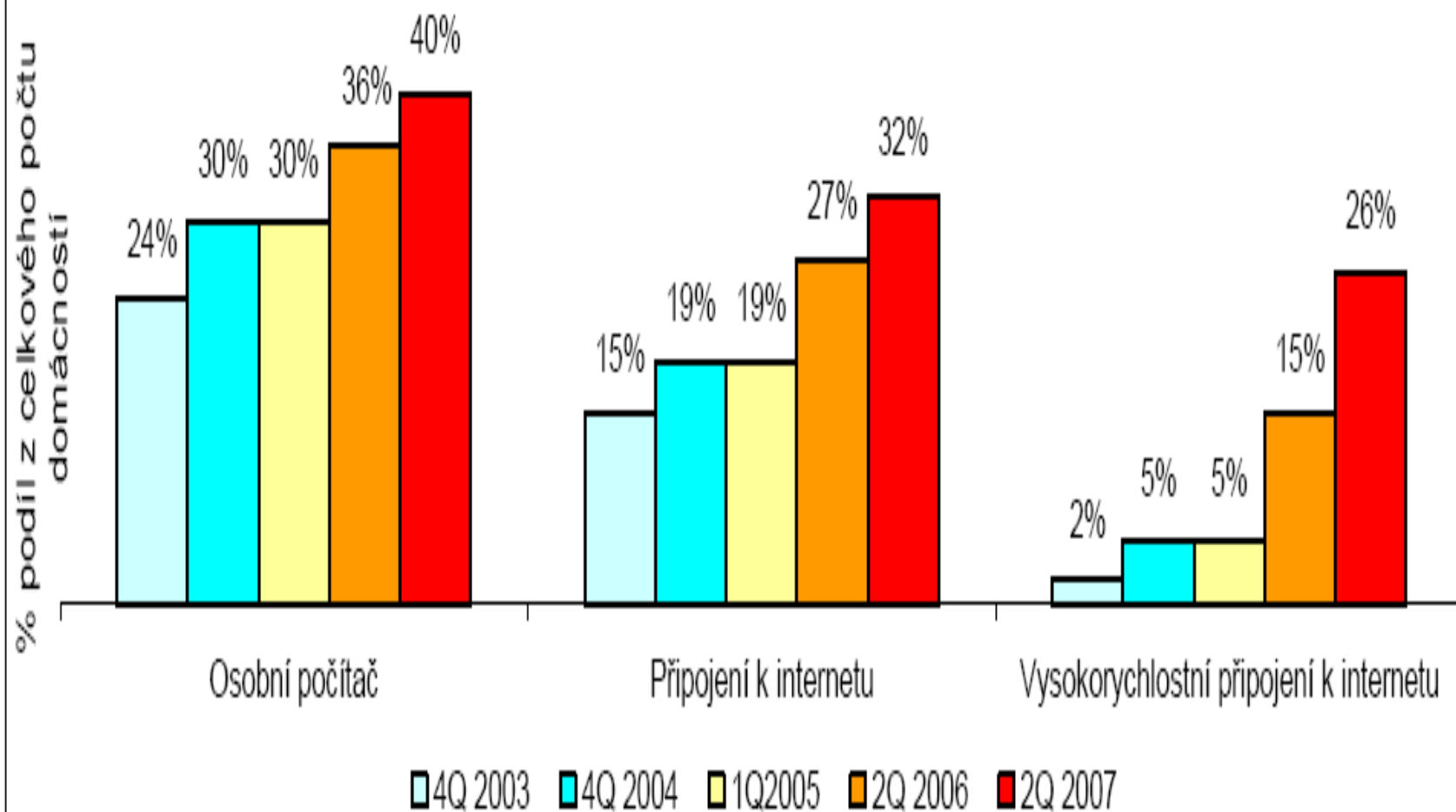
# PŘÍSTUP DOMÁCNOSTÍ A JEDNOTLIVCŮ K VYBRANÝM INFORMAČNÍM A KOMUNIKAČNÍM TECHNOLOGIÍM

- Téměř 40% domácností (1,7 mil.) v ČR je vybaveno osobním počítačem. 32% domácností (1,35 mil.) má připojení k internetu.
- Vysokorychlostní připojení k internetu má 26% všech domácností v ČR. Počet domácností vybavených osobním počítačem a připojením k internetu v letech 2003 až 2007 výrazně vzrostl.
- V letech 2003 až 2007 výrazně vzrostl i počet domácností s vysokorychlostním připojením k internetu.

## PŘÍSTUP DOMÁCNOSTÍ A JEDNOTLIVCŮ K VYBRANÝM INFORMAČNÍM A KOMUNIKAČNÍM TECHNOLOGIÍM

- Z domácností, které mají osobní počítač, využívá možnost připojení k internetu 81% (v roce 2006 to bylo 75%, 2005 - 64%, 2004 – 66%, 2003 - 62%)
- Lepší je vybavenost osobním počítačem i připojením k internetu u domácností s dětmi než u domácností bez dětí. Připojení k internetu má 55% domácností s dětmi a 19% domácností bez dětí.

Graf č. 1 Vybavenost domácností osobním počítačem a připojením k internetu



# Děti a počítače

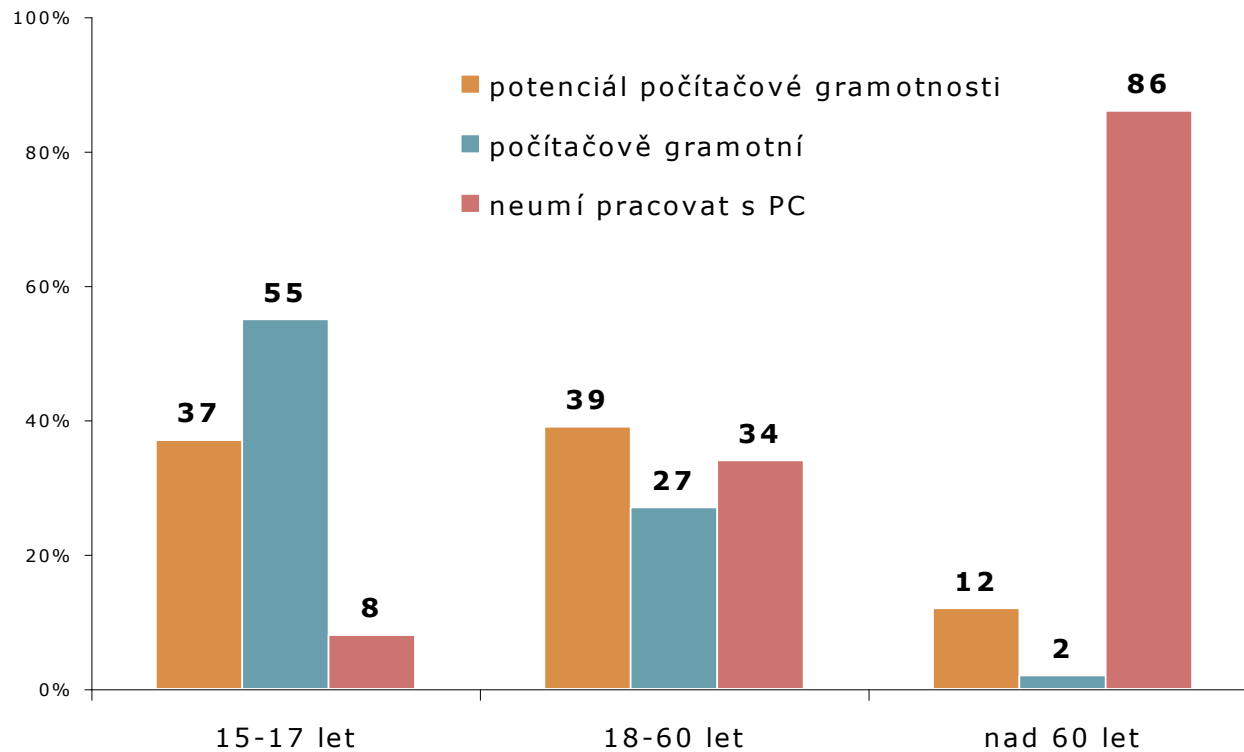
- V dnešní době maximální rozmach
- Děti často gramotnější než rodiče
- Výchovná funkce multimédií
- Počítač jako nástroj ke hře
- Konkurenceschopnost ostatních forem zábavy
- Úzké spjatí s internetem
- Množství času strávené u PC
- Vliv na zdraví dětí

# Počítačová gramotnost

## Práce s počítačem - potenciál počítačové gramotnosti

**ZÁKLAD:** Všichni respondenti, n=16 344

**POZNÁMKA:** Procento respondentů ve věkové kategorii



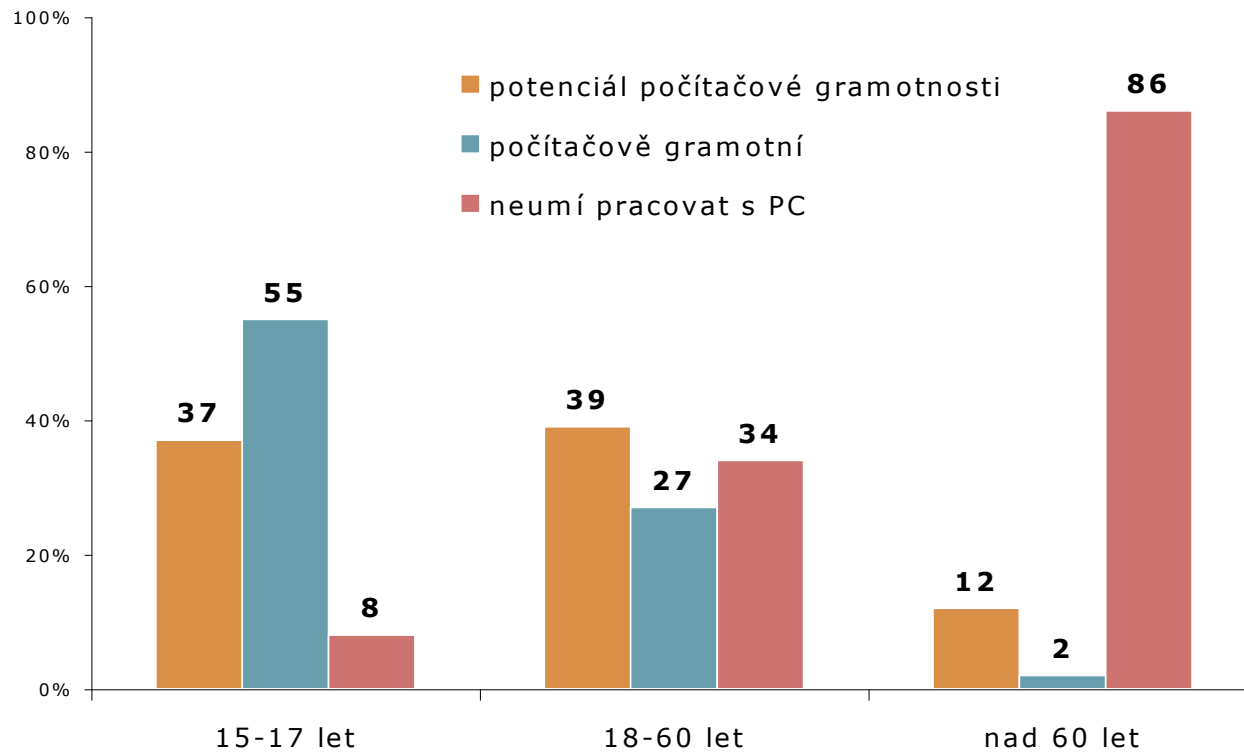
ZDROJ: STEM/MARK, Výzkum informační gramotnosti 08/2005

# Počítačová gramotnost

## Práce s počítačem - potenciál počítačové gramotnosti

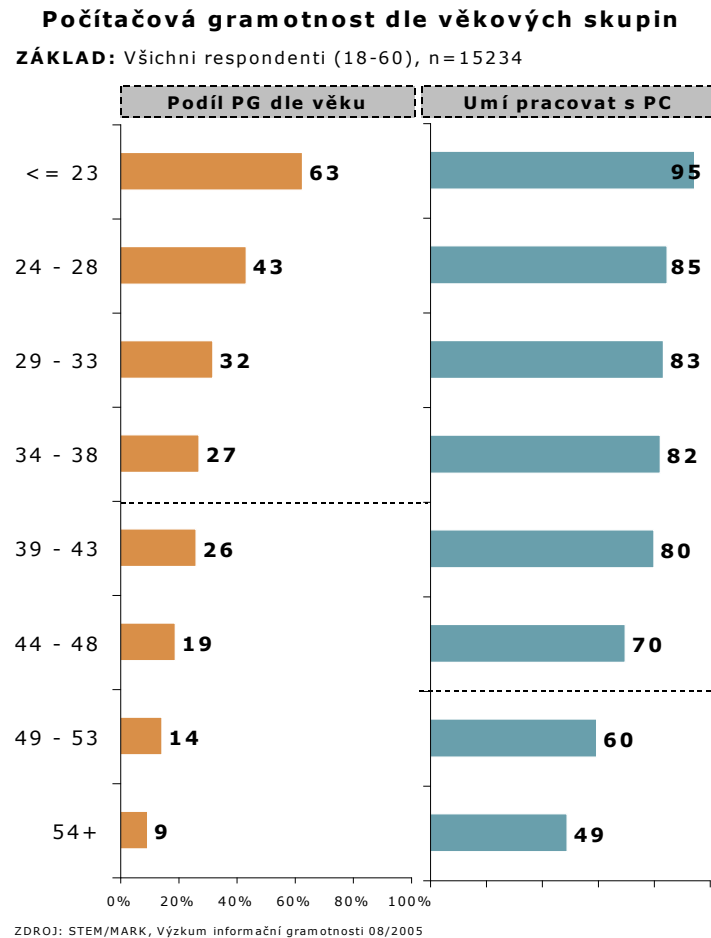
**ZÁKLAD:** Všichni respondenti, n=16 344

**POZNÁMKA:** Procento respondentů ve věkové kategorii



ZDROJ: STEM/MARK, Výzkum informační gramotnosti 08/2005

# Rozložení PG dle věku



# Činnosti prováděné na internetu

	on-line hraní, stahování počítačových her		stahování, přehrávání hudby		stahování, přehrávání filmů, videa	
	v tis.	%*	v tis.	%*	v tis.	%*
Věková skupina/ Age group						
16 - 24 let	434,3	43,5%	595,0	59,7%	441,5	44,3%
25 - 34 let	234,9	22,7%	398,7	38,5%	283,0	27,3%
35 - 44 let	92,8	11,5%	158,2	19,6%	121,3	15,1%
45 - 54 let	47,7	7,2%	90,3	13,7%	81,6	12,4%
55 - 64 let	21,9	6,1%	37,9	10,6%	30,7	8,6%
65 - 74 let	.	.	.	.	.	.



# „Hráči“

- Asi 20 milionů hráčů hraje on-line hry
- V ČR jde zhruba o 10 – 20 tisíc hráčů
- Počet off-line hráčů několikanásobně převyšuje
- Široké věkové spektrum, ale

**50% je mladších 16 let!!!**

# Jak je to možné?

- Předem uvedená dostupnost
- Rodiče nejsou PG
- Paradoxně pokud jsou PG – moderní výchova
- Často vůbec netuší, co dítě u počítače dělá
- Má hodně volného času, absence jiných koníčků
- Nezájem rodičů:

Nejmladší účastník online her 9 let, doba strávená u počítače řádově hodiny (2-6 hodin, někdy i více). U offline her věk nižší, strávená doba kratší (není pravidlem).

# Důsledky...

- Možnost vzniku závislosti
- Drastické zúžení zájmů
- Klady
- Zdravotní důsledky:

Už od dětství sedavý způsob života téměř  
po celý den, nedostatek pohybu a  
obezita!!!

# Řešení

- Vzdělávání a informovanost rodičů ...
- Pojmenování problému
- Popis aspektů „počítačové kultury“
- Fixace a upřednostnění aktivních „pohybových“ koníčků
- Domluva s výrobcí – úprava produktů pro ČR