

NUTRIČNĚ - EPIDEMIOLOGICKÁ PROBLEMATIKA DĚTSKÉHO STRAVOVÁNÍ

SPECIFIKA STRAVOVÁNÍ DĚTÍ Z HLEDISKA VLIVU NA
JEJICH ZDRAVÍ, MOŽNOSTI HODNOCENÍ

Pro obor Nutriční specialista



Mgr. Jana Fialová, Ph.D.

Ústav ochrany a podpory zdraví LF MU

Jaro 2018

Specifika dětské výživy

- Dítě není „*malý dospělý*“ – specifické požadavky na výživu v každé z jednotlivých věkových kategorií
- Nutriční a energetická potřeba – závisí na věku, biologické zralosti organismu, zdravotním stavu, ...
- Dětství – období utváření výživových návyků:
 - vliv výchovy v rodinném prostředí, sociální, psychologické a kulturní vlivy
 - potravní chování, výživové preference a averze, postoje k jídlu

Vliv stravy na zdraví dětí

- Vliv již během prenatálního vývoje
- Správné stravování v každé fázi života dítěte má vliv na:
 - růst a vývoj biologických struktur, tkání a orgánů, u dětí zejména na imunitní systém, nervovou soustavu a mozek (kognitivní schopnosti, soustředění, hyperaktivita, deprese,...), růst a vývoj kostí a svalové hmoty
 - aktuální i budoucí zdravotní stav dětí
 - zdravotní stav další generace

Nejčastější problémy ve výživě dětí

- Periodicita příjmu potravy (pravidelnost/nepravidelnost) – od raného dětství výchova k pravidelnému stravování
- Výběr potravin a preference – složení stravy (problém v rozvojových i vyspělých zemích – různé důvody nevhodného výběru a složení)
- Energetická hodnota stravy

Výživa a specifické zdravotní problémy

- Nadváha a obezita
- Anorexie a nechutenství
- Potravinové alergie a intolerance
- Autoimunitní onemocnění (Crohnova choroba)
- Nemoci a problémy trávicího ústrojí (reflux, dráždivý tračník, nadýmání,...)

? Souvislosti s psychickým stresem ?

Cíle oboru „nutriční epidemiologie“ z hlediska dětské populace

Sledování vlivu výživových faktorů a stravovacích návyků dětí na:

- Aktuální zdravotní stav
- Aktuální růst a vývoj
- Utváření výživových návyků
- Zdravotní stav/onemocnění v období dospělosti (KVN, diabetes, NO, osteoporóza a obezita)

=> možnost ovlivnění aktuálního i budoucího zdravotního stavu populace

Výzkum v nutriční epidemiologii a dětská populace

- Velké odlišnosti od dospělé populace – v různých věkových skupinách významně odlišné výživové požadavky
- Získávání dat pro klasické epidemiologické studie z běžných zdrojů (zdravotnická dokumentace, údaje o spotřebě některých produktů, aj.) – podobné jako u dospělé populace
- Získávání dat v terénním výzkumu (dotazníky, záznamy výživové spotřeby, interview, aj.) – odlišné od dospělé populace – etická i jiná omezení

Populační skupiny dle věku

KOJENCI

- Mateřské mléko
- Náhradní mléčná kojenecká výživa
- Přechodná strava - první seznámení s novými druhy pokrmů (od 6. měsíce věku: zelenina, maso, žloutek, ovoce, obilniny – kaše, pečivo)

- **IDEÁL X REALITA**

- Výhradní vliv rodinného prostředí



Populační skupiny dle věku

BATOLATA

- Kombinovaná, tzv. „rodinná strava“ (další nové pokrmy a potraviny, nové chutě, změny konzistence podávaných pokrmů)
- Počátek formování stravovacích a výživových návyků, vč. frekvence a (ne-)pravidelnosti
- Jídlo jako součást psychologického výchovného působení (odměna/trest)

• IDEÁL X REALITA

- Výhradní vliv rodiny



Populační skupiny dle věku PŘEDŠKOLNÍ A MLADŠÍ ŠKOLNÍ DĚTI

- Pokračující převažující vliv rodiny – utvrzování výživových návyků
- Počínající vliv dalších výchovných subjektů – prarodiče, předškolní zařízení
- Externí, mimorodinné stravování
- Získávání prvních teoretických poznatků o výživě

IDEÁL X REALITA



Populační skupiny dle věku

STARŠÍ ŠKOLNÍ DĚTI A DOSPÍVAJÍCÍ

- Výrazné změny ve stravovacích návycích (Fast food, kofeinové nápoje, alkohol,...)
- Významný vliv okolí: škola, vrstevníci, reklama
- První zkušenosti s přípravou a obstaráváním pokrmů
- Předpokládané teoretické znalosti z oblasti výživy a jejího vlivu na lidský organismus

IDEÁL



REALITA

Výzkum a metodika v nutriční epidemiologii u dětské populace

- Kvantitativní x kvalitativní x smíšený výzkum
- Přístup observační (pozorovací) – deskriptivní a analytické studie
- Přístup intervenční (experimentální) – klinické a terénní studie

Volba metody, způsobu získávání dat a typu intervence m.j. dle věku zkoumané/cílové skupiny

Kvantitativní metody

- Typické pro přírodní vědy
- Experimenty, náhodný výběr, reprezentativní vzorek, strukturovaný sběr dat pomocí měření vybraných veličin, dotazníky s uzavřenými otázkami, příp. pozorování přesně definovaného jevu
- Vyhodnocování číselných dat statistickými metodami
- Softwarové programy pro jednotlivé obory (Epi Info)
- Testování platnosti hypotézy na zadané hladině statistické významnosti
- Předem zadané schéma výzkumu

Kvalitativní metody

- Typické pro sociální vědy, někdy chápány jen jako doplněk k tradičním metodám přírodních věd
- Pozorování, rozhovor (interview), diskuze v ohniskových skupinách (focus groups), dotazníky s otevřenými otázkami; triangulace
- Hodnocení dat deskriptivními metodami
- Počítačový software – podpůrná funkce pro dílčí zpracování a analýzu
- Vedou k formulování hypotéz
- Plánované schéma výzkumu se může podle okolností průběhu výzkumu měnit

Kombinace metod – smíšený výzkum, inspirace z jiných oborů

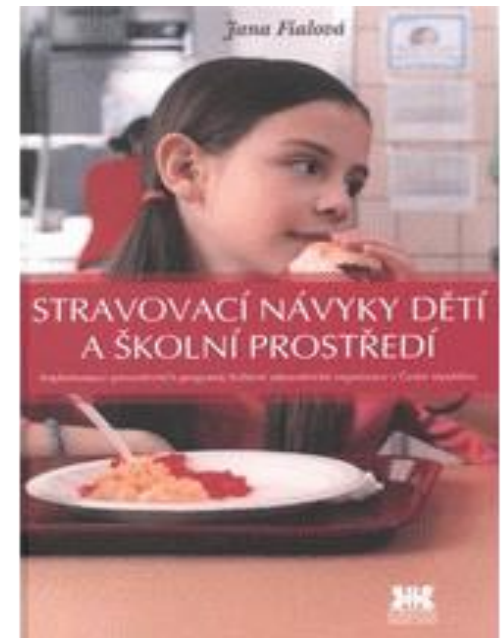
- Možnost do hloubky zkoumat příčiny jevů zjištěných kvantitativním výzkumem
- Možnost překlenutí omezujících faktorů (etická omezení, velikost zkoumaného vzorku, apod.) a tím využití „slabin“ okolností
- Možnost začlenění výzkumných otázek zejména z oboru sociologie, psychologie, pedagogika (studium chování - např. vznik a utváření výživových návyků u dětí)
- Možnost volby kvalitnější strategie v prevenci na základě podrobnějšího poznání konkrétního fenoménu

Volba metodiky výzkumu dle věku

- KOJENCI, BATOLATA, PŘEDŠKOLNÍ DĚTI: informačním zdrojem i cílovou skupinou intervence jsou rodiče – metody jako u dospělé populace, obsahem zaměřené na děti
- ŠKOLNÍ DĚTI: informačním zdrojem jsou rodiče, ale s postupujícím věkem stále více děti samotné – nejkomplicovanější způsob získávání dat, etické hledisko, metody na pomezí psychologických, pedagogických a sociálních věd
- DOSPÍVAJÍCÍ: volba metod opět jako u dospělých

Prevence obezity a neinfekčních nemocí – zkušenosti z výzkumu

- Vliv školního prostředí a ostatních faktorů životního stylu na utváření výživových návyků u dětí školního věku
- Kombinace kvalitativních výzkumných metod a intervenčního působení
- Zkušební zavádění intervenčního preventivního programu



Děkuji za pozornost 😊

