

TISKOVÁ ZPRÁVA

Téměř polovina školních dětí má problémy s váhou

Skoro polovina žáků základních škol ve věku od 13 do 15 let má ve vztahu ke své výšce a pohlaví jinou než ideální váhu. Většina z nich má přitom tělesnou hmotnost vyšší. Ukázal to anonymní výzkum, kterého se zúčastnilo 560 žáků základních škol v celé ČR.

Obézních je 6% chlapců a 5% dívek, nadváhu má 11% dětí a v kategorii robustní, což už znamená váhu vyšší než ideální, je 26% žáků a a 18% žákyň. Na druhém konci, v kategorii hubený, což je hmotnost představující už zdravotní rizika - zejména možnost mentální anorexie – byla dvě procenta dívek a žádní chlapci účastníci se průzkumu. Nižší než ideální váhu má celkem 8% dětí.

Podle Vladimíra Labudy z Agentury J.L.M., která pořádá osvětový projekt *Obezita není náhoda* zaměřený na prevenci dětské obezity, v jehož rámci se výzkum uskutečnil, se ukázal nejen stav, ale i hlavní příčiny zvyšujících se problémů dětí s nadváhou a obezitou. Tedy především nesprávný stravovací režim, nesprávné složení potravy a nedostatek pohybu.

Pouze polovina dětí jí pětkrát denně v režimu snídaně-svačina-oběd-svačina-večeře, který je podle obezitologa Zlatko Marina z motolské dětské kliniky jedním ze základních předpokladů správné výživy. Alarmující je zejména zjištění, že 44% dívek uvádí na otázku zda snídají denně, občas nebo málokdy, poslední možnost. Dobrá zpráva je, že 92% dívek a 84% chlapců téměř denně jí zeleninu a ovoce. Naopak velice špatné je, že 70% dětí skoro každý den pije slazené limonády, více než polovina dotázaných skoro denně jí sladkosti a 40% má téměř denně nějakou uzeninu.

Skoro čtvrtina třinácti až patnáctiletých se aktivně, tedy tak, aby se zadýchali a zapotili, pohybuje méně než 20 minut denně a naopak 20% chlapců a 8% dívek stráví denně u počítače a televizoru více než dvě hodiny.

Osvětový projekt *Obezita není náhoda* vznikl ve spolupráci s předními českými dětskými obezitology a probíhá formou osvětových besed lékařů s žáky základních škol. V průběhu besed děti vyplňují interaktivní dotazník, který umožní každému žákovi zjistit, zda a proč mu hrozí problémy s nadváhou a především jak jim předcházet. Projekt *Obezita není náhoda* probíhá s podporou Všeobecné zdravotní pojišťovny, besedy jsou pro školy bezplatné a učitelé si je mohou objednat na webové adrese www.osvetovabeseda.cz. Dosud (od 13.3. 2009 do 31.1. 2010) se v rámci projektu uskutečnilo v základních školách v celé ČR 135 besed, kterých se zúčastnilo 5796 dětí.

Výsledky anonymního průzkumu provedeného v rámci besed

Obezita není náhoda

mezi 560* žáky 17 základních škol v celé ČR
(počet kladných odpovědí v %)

Otázka		Dívky	Chlapci
Snídám	každý den	35	57
	občas	21	25
	málokdy	44	18
Svačím	každý den	65	71
	občas	29	22
	málokdy	6	7
Obědvám	každý den	88	90
	občas	12	10
	málokdy	0	0
Odpoledne svačím	každý den	37	49
	občas	39	33
	málokdy	27	18
Večeřím	každý den	71	84
	občas	24	16
	málokdy	5	0
V uplynulých 3 dnech jsem jedl(a) uzeniny- salám, párek atp.	ani jednou	16	8
	jednou	43	53
	víckrát	41	39
V uplynulých 3 dnech jsem jedl(a) rybu nebo rybí výronek atp.	ani jednou	57	49
	jednou	37	43
	víckrát	6	8
V uplynulých 3 dnech jsem jedl(a) ovoce nebo zeleninu	ani jednou	0	6
	jednou	8	10
	víckrát	92	84
V uplynulých 3 dnech jsem jedl(a) sladkosti – čokoládu, dort atp.	ani jednou	2	22
	jednou	41	31
	víckrát	57	47
V uplynulých 3 dnech jsem pil(a) sladkou limonádu – cola, fanta, ochucené limonády atp.	ani jednou	8	8
	jednou	23	20
	víckrát	69	72
V uplynulých 3 dnech jsem se zadýchal(a) a zapotil(a) u sportu	méně než 1 hodinu	25	20
	1-2 hodiny	43	22
	víc než 2 hodiny	32	58
V uplynulých 3 dnech jsem strávil(a) dohromady u počítače a TV (mimo ve škole)	méně než 3 hodiny	41	35
	3-6 hodin	51	45
	víc než 6 hodin	8	20

Hodnocení hmotnosti účastníků průzkumu ve vztahu k věku a výšce (v % z počtu dívek a chlapců, věk účastníků průzkumu 13 – 15 let)				
Percentilové pásmo	Slovní hodnocení	Dívky	Chlapci	Celkem
nad 97	Obézní	5	6	5,5
90-97	Nadváha	4	18	11
75-90	Robustní	18	26	22
25-75	Proporční	65	42	53,5
10-25	Štíhlý(á)	2	4	3
3-10	Nízká hmotnost	4	4	4
pod 3	Hubený(á)	2	0	1

Další informace: Vladimír Labuda, 602-376-840, vladimir.labuda@jlmpraha.cz