

Cyklus seminářů
Podpora zdraví ve Zdravých
městech

**První z řady seminářů se uskuteční 16. 4. 2019 v
Jihlavě**

Spolupráce NSZM ČR, Zdravého Kraje Vysočina a SZÚ

Téma: Prevence dětské obezity



Proč toto téma ?

- Počet obézních dětí vzrůstá – celosvětový problém
(v ČR za posledních 20 let se jejich počet více než dvojnásobil, v současnosti cca 10 % dětské populace)
- Příčina – nezdravá příliš tučná strava, nadměrné množství jídla, pochutiny, vysoký příjem cukrů, **nedostatek pohybu**
- Důsledky – vysoká hladina cholesterolu, vysoký krevní tlak, kardiovaskulární onemocnění, poruchy pohybového aparátu, riziko cukrovky II. typu, karcinomy, psychické potíže a nízké sebevědomí, nebezpečí šikany...

Problémy si dítě nese do celého života

Výsledky Analýzy životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina

(realizace Zdravá Vysočina ve spolupráci se SZÚ v roce 2012 a 2017
rok 2017: 22 náhodně vybraných SŠ, 46 tříd 2. ročníků, 960 žáků)

Vyšetřování zdravotního stavu

- vyšetření krevního tlaku a pulsu
- měření tělesné hmotnosti a výšky
- BMI, měření % tělesného tuku
- obvod pasu, obvod boků, WHR index
- Ruffierův test tělesné zdatnosti



Vyplnění anonymního dotazníku

Zvyšování zdravotní gramotnosti, vč. posterů

Individuální konzultace, poradenství

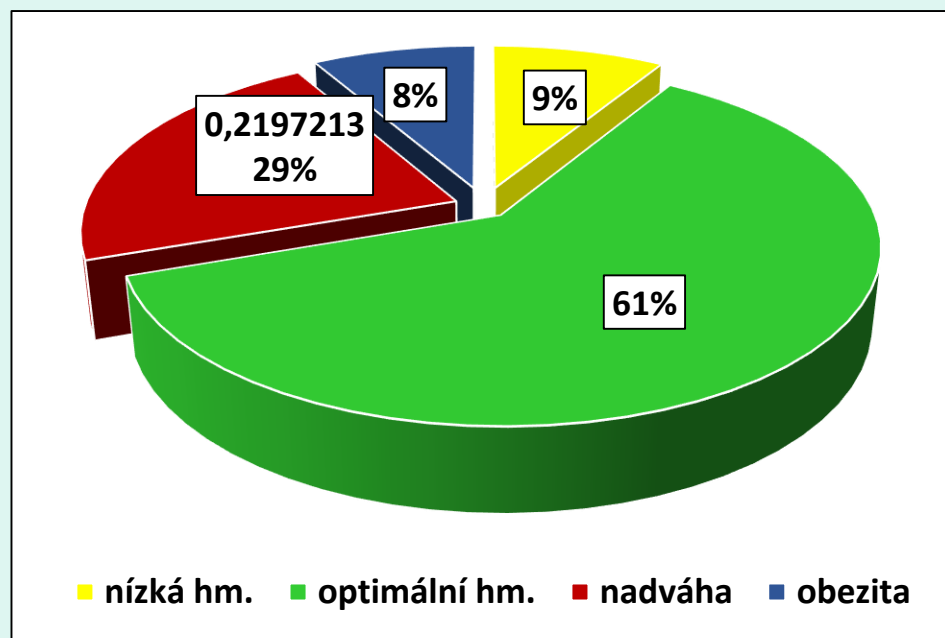
Body Mass Index = BMI

Nadváhu či obezitu
(dle BMI)

má 30 % (23 %) studentů

obezitu pak 8,4 % (4,4 %)

Pouze 61% mladých osob
má optimální hmotnost

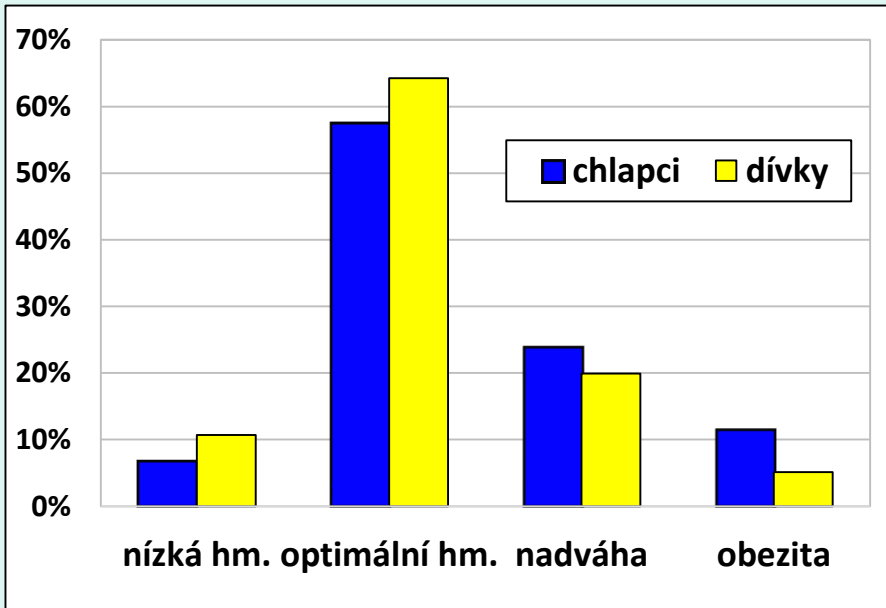


Výsledky jsou horší než v roce 2012

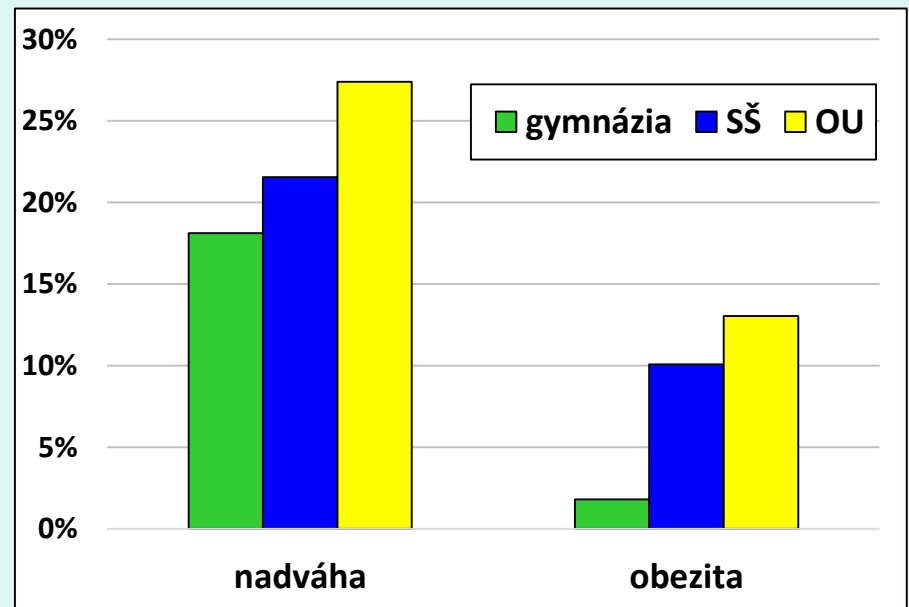
BMI

Nadváhu či obezitu mají výrazně více chlapci (36 %) než dívky (25 %)

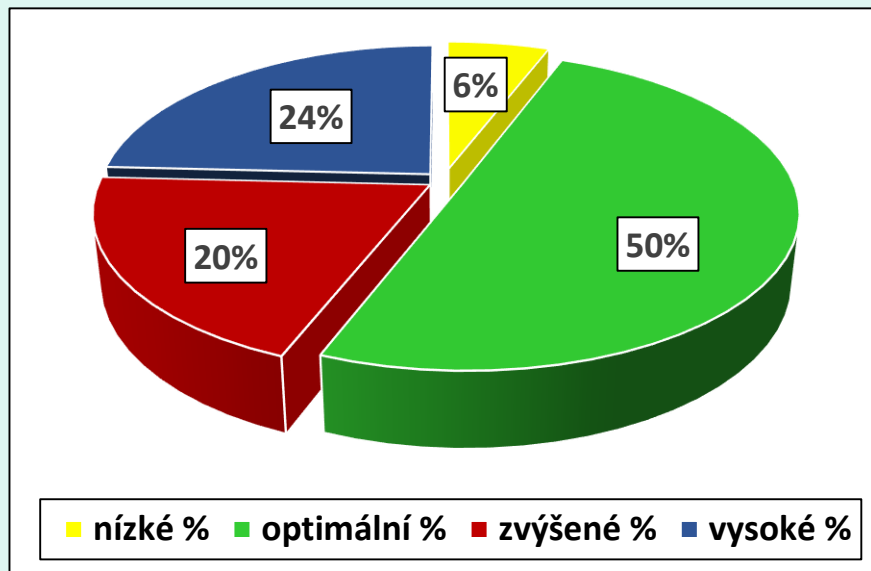
**Proti r. 2012 došlo k vyššímu nárůstu u dívek: z 15 % na 25 %
(u chlapců z 30 % na 36 %)**



**Nadváhu či obezitu má
40 % učňů
20 % gymnazistů**



Procento tělesného tuku (% TT)

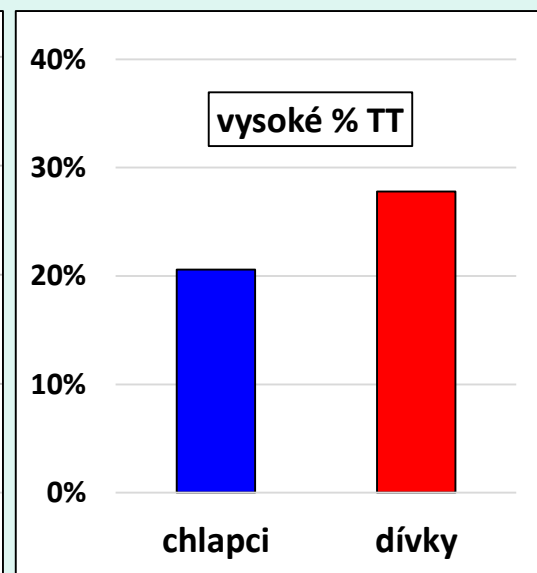
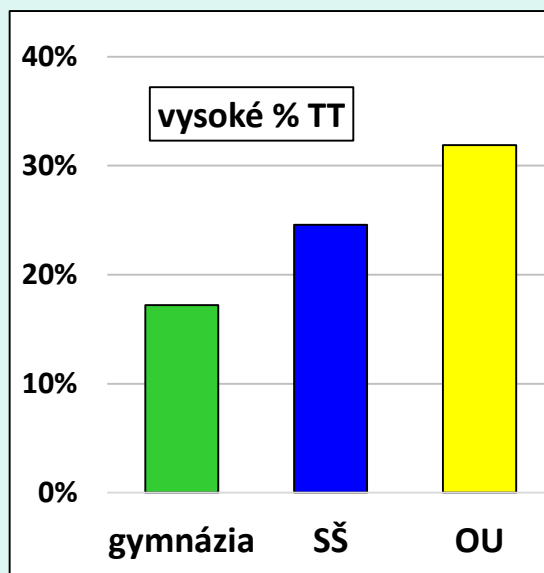


Zvýšené či vysoké % TT
má 44 % studentů,
56 % dívek a 32 % chlapců

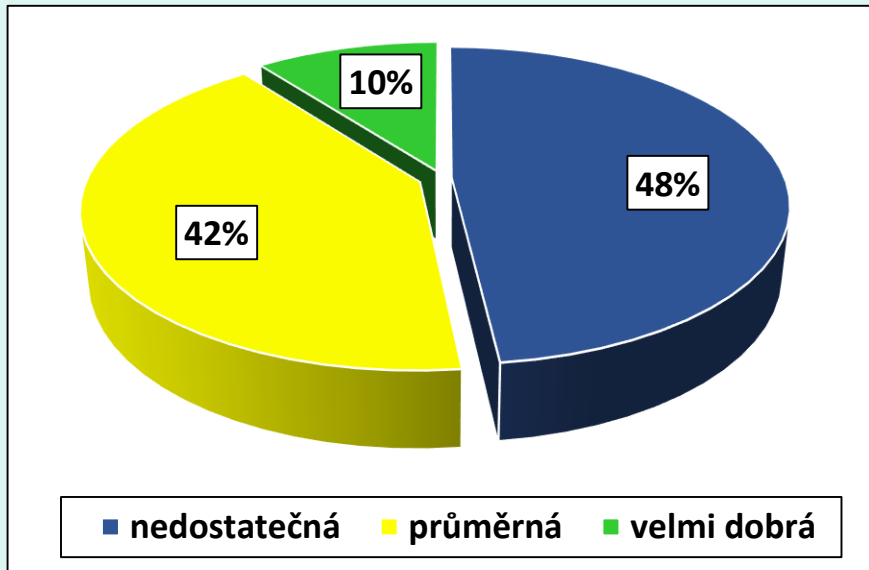
Vysoké % TT
má 28 % dívek a 21 % chlapců

Vysoké % TT má
32 % učňů
17 % studentů gymnázií

Výsledky obdobné jako
v roce 2012



Tělesná zdatnost (TZ) podle Ruffiera

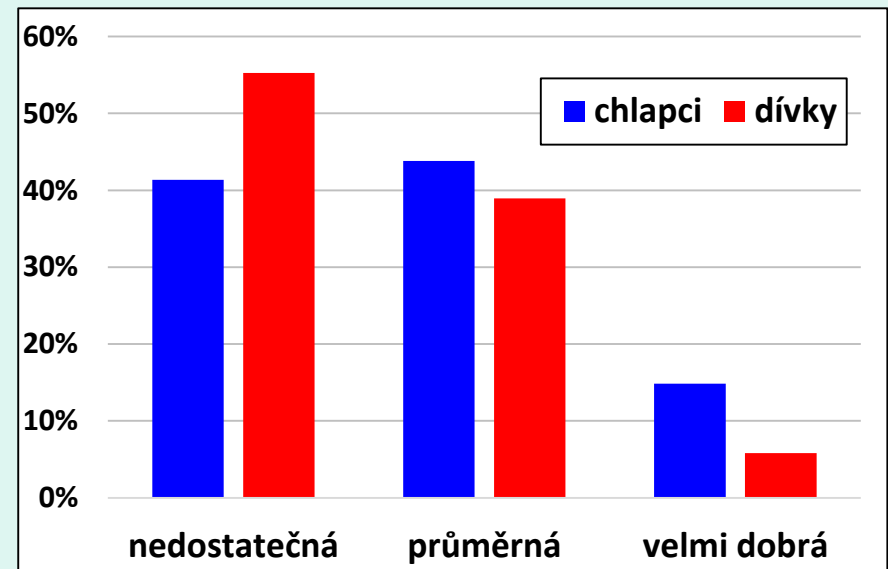


Velmi dobrou TZ má pouze desetina studentů

Nedostatečnou či podprůměrnou TZ má téměř polovina studentů

Nedostatečnou či podprůměrnou TZ
55 % (65 %) dívek
41 % (50 %) chlapců

Situace se oproti roku 2012
mírně zlepšila



PODPORA ZDRAVÍ VE ZDRAVÝCH MĚSTECH

1. ČÁST Z CYKLU SEMINÁŘŮ PRO ZÁSTUPCE MĚST, OBCÍ, KRAJŮ

Téma **OBEZITA DĚTÍ A JAK JÍ PŘEDCHÁZET** - ROLE OBCÍ/KRAJŮ

9:30 Registrace účastníků, začátek akce od 10 hod

Otevření tématu – pohled a zkušenosti odborníků

Úvodní slovo *Martin Hyský, politik Zdravého Kraje Vysočina*

Podpora zdraví ve městech: koncepce, aktivity - proč a jak na to?
Petr Švec, ředitel Národní sítě Zdravých měst
Kateřina Janovská, ředitelka Národní sítě podpory zdraví

10:00 Vliv životního stylu na zdraví dítěte, prevence obezity
MUDr. Pavel Vlachý, lékař Pediatrického odd. Nemocnice Jihlava

13:30 Důsledky nedostatku pohybu na dětský organismus
Mgr. Alois Polák, fyzioterapeut, Centrum Apolena, s.r.o. Jihlava
Přestávka na občerstvení

Pohybové aktivity dítěte - základ zdravého vývoje
Libor Kuchyňa, záchranář, sportovec, zakladatel Elitavers – Sportovní akademie Jihlava

Inspirace z praxe

13:30 Jak mohou obce podpořit pohyb? Praxe v zahraničí i v Česku
Zdeněk Hamřík, Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého

15:00 Jak na dětskou obezitu? Zkušenosti z Kraje Vysočina
MUDr. Irena Zímenová, Státní zdravotní ústav, pracoviště Jihlava
moderovaná diskuse účastníků,
sdílení dobré praxe obcí, měst a krajů

Na seminář se prosím registrujte nejpozději do 10. 4. 2019:
www.ZdravaMesta.cz/cyklus-podporazdravi/registrace

Kontakt pro další informace:

SZÚ Jihlava - Bc. Jana Böhmová

T: 567 577 732 nebo 724 810 128, E: jana.bohmova@szu.cz

Akce je bez účastnického poplatku.

Akce je realizována v rámci projektu NSZM ČR s názvem SPOLUPRÁCE OBCÍ KE ZVÝŠENÍ KVALITY VEŘEJNÉ SPRÁVY.
Akce je podpořena finančními prostředky ESF, které byly poskytnuty z OP Zaměstnanost.



16. dubna
2019

JIHLAVA

Krajský úřad
Kraje Vysočina
(místnost B.3-15)

Úvodní akce z CYKLU
SEMINÁŘŮ. Pořádáno
Národní sítí Zdravých měst
ČR ve spolupráci se Státním
zdravotním ústavem a
s podporou Zdravého Kraje
Vysočina.

Určeno zástupcům
územních samospráv,
politikům, pracovníkům
úřadů.

REGISTRACE:

www.ZdravaMesta.cz/

[cyklus-podpora](http://www.ZdravaMesta.cz/cyklus-podpora)

[zdravi/registrace](http://www.ZdravaMesta.cz/zdravi/registrace)

AKCE JE SOUČÁSTÍ
DLUHODOBÉHO CYKLU
SEMINÁŘŮ. ABSOLVENTI
OBRZÍ CERTIFIKÁT O ÚČÁSTI.

Děkuji za pozornost

Státní zdravotní ústav

Centrum podpory veřejného zdraví

Pracoviště Jihlava

Bc. Jana Böhmová

Tel. 567 574 732

E-mail: jana.bohmova@szu.cz

