

ZDRAVOTNÍ STAV MLÁDEŽE V ÚSTECKÉM KRAJI - VÝSLEDKY ŠETŘENÍ REALIZOVANÝCH NA FZS UJEP

RNDr. Karel Hrach, Ph.D.

UNIVERZITA J. E. PURKYNĚ V ÚSTÍ NAD LABEM

Fakulta zdravotnických studií

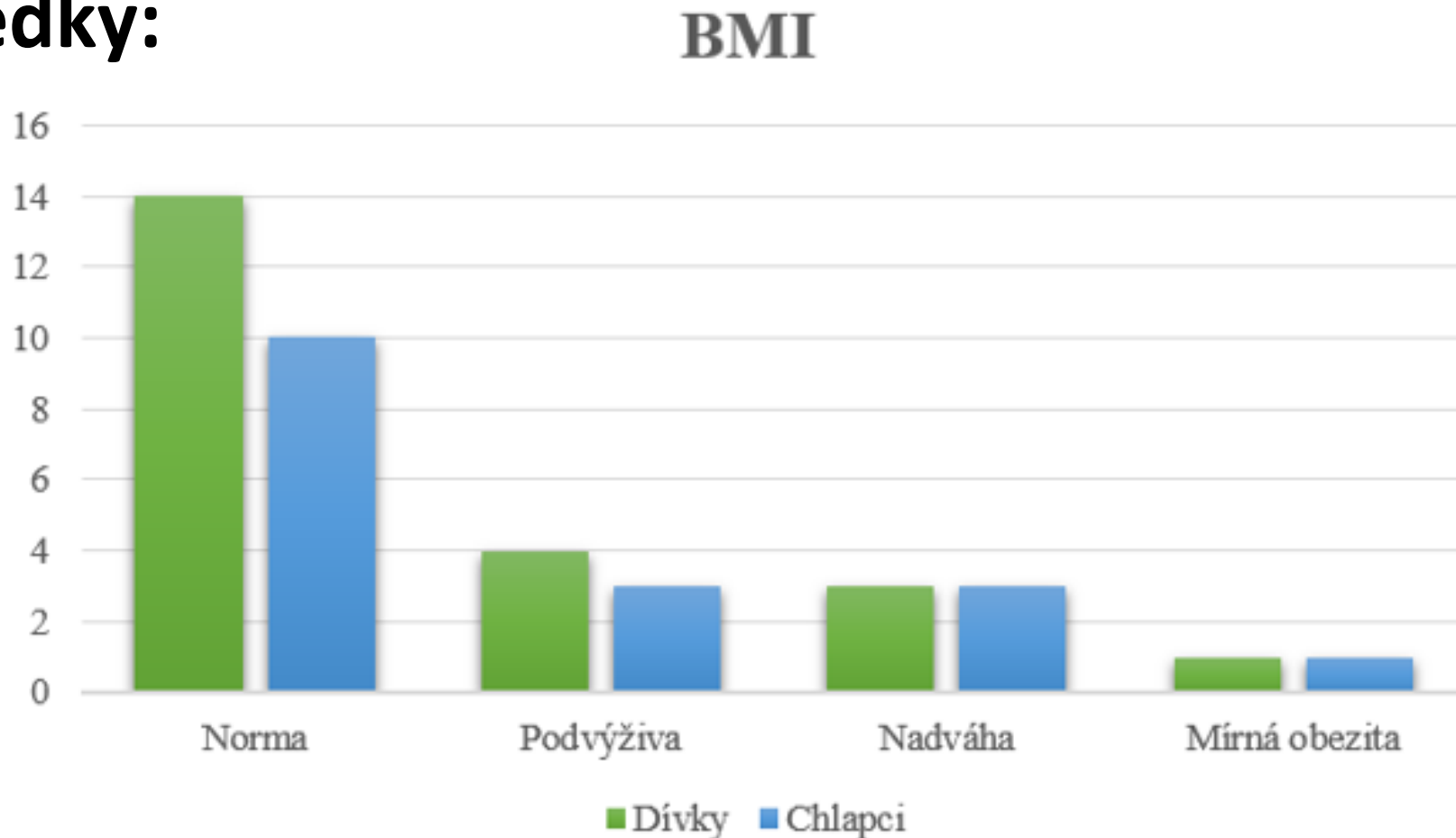
- **DP *Pilotní projekt analýzy zdravotního stavu středoškolské mládeže v Ústeckém kraji* (Mgr. Kališková)**
- „...nedostatečnou fyzickou aktivitou je postiženo 80 % adolescentů ve věku 11-17 let (WHO 2019)“
- „Prevalence **dětské obezity** v České republice se dle strategického dokumentu Zdraví 2030 pohybuje nad 24 % (MZCR 2022) ... Zvláště alarmující je projekce vývoje obezity pro rok 2030, kdy se předpokládá nárůst prevalence na 35 %.“

- **DP Pilotní projekt analýzy zdravotního stavu středoškolské mládeže v Ústeckém kraji (Mgr. Kališková)**
- „Pyšná (2022) uvádí rozdíly **pohybové aktivity** a **hodnot BMI** před a po pandemii COVID-19 u středoškoláků v severních Čechách. Již před pandemií 69 % z 1456 žáků nesplňovalo doporučené množství fyzické aktivity týdně a pouze 67 % žáků mělo optimální hmotnost dle hodnot Body Mass Indexu (BMI). Po skončení pandemických restrikcí došlo ke snížení počtu jedinců v kategorii optimální hmotnosti BMI o 7,5 % a zároveň došlo k nárůstu počtu žáků u obezity 1. stupně o 1,66 %.“

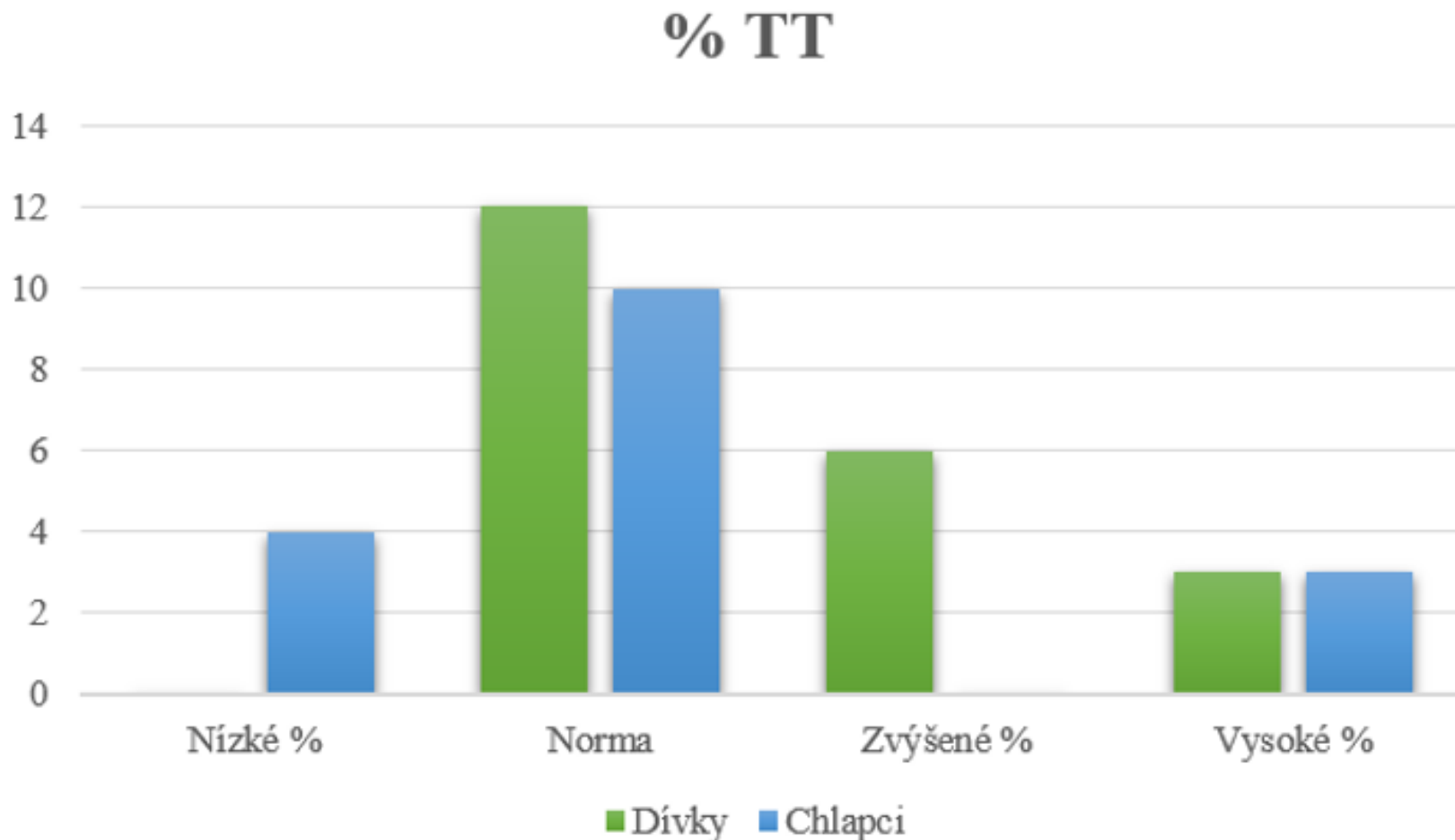
- **DP *Pilotní projekt analýzy zdravotního stavu středoškolské mládeže v Ústeckém kraji* (Mgr. Kališková)**
- „S dospíváním se také pojí **rizikové chování**. Rizikovým chováním se rozumí takové chování, při kterém narůstají zdravotní, sociální, výchovná a další rizika pro jedince či společnost (Bártík 2010). Do této oblasti můžeme zařadit také **užívání návykových látek**. V České republice je podíl mladistvých kuřáků (15-19 let) 10 %. Další oblastí je konzumace alkoholu. Podíl dětí, které mají zkušenosti s alkoholem, každoročně stoupá.“

- **Pilotní projekt pro Ústecký kraj (Mgr. Eliška Kališková)**
- **Inspirace: ANALÝZA ŽIVOTNÍHO STYLU A ZDRAVÍ MLÁDEŽE V KRAJI VYSOČINA (2012, 2017):**
- **v ní 960 žáků ze 46 tříd 22 vybraných SŠ**
- **vyšetření zdravotního stavu: KT, BMI, těl.tuk, Waist to Hip Ratio (index pas/boky), Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti (TF po 30 dřepech)**
- **dotazník 36 otázek: prevence, strava, kouření, pohyb, alkohol, drogy, sexuální aktivita**

- **Pilotní projekt pro Ústecký kraj**
- **40 žáků SZŠ Most (vyšetření, 25 otázek) ... vybrané výsledky:**

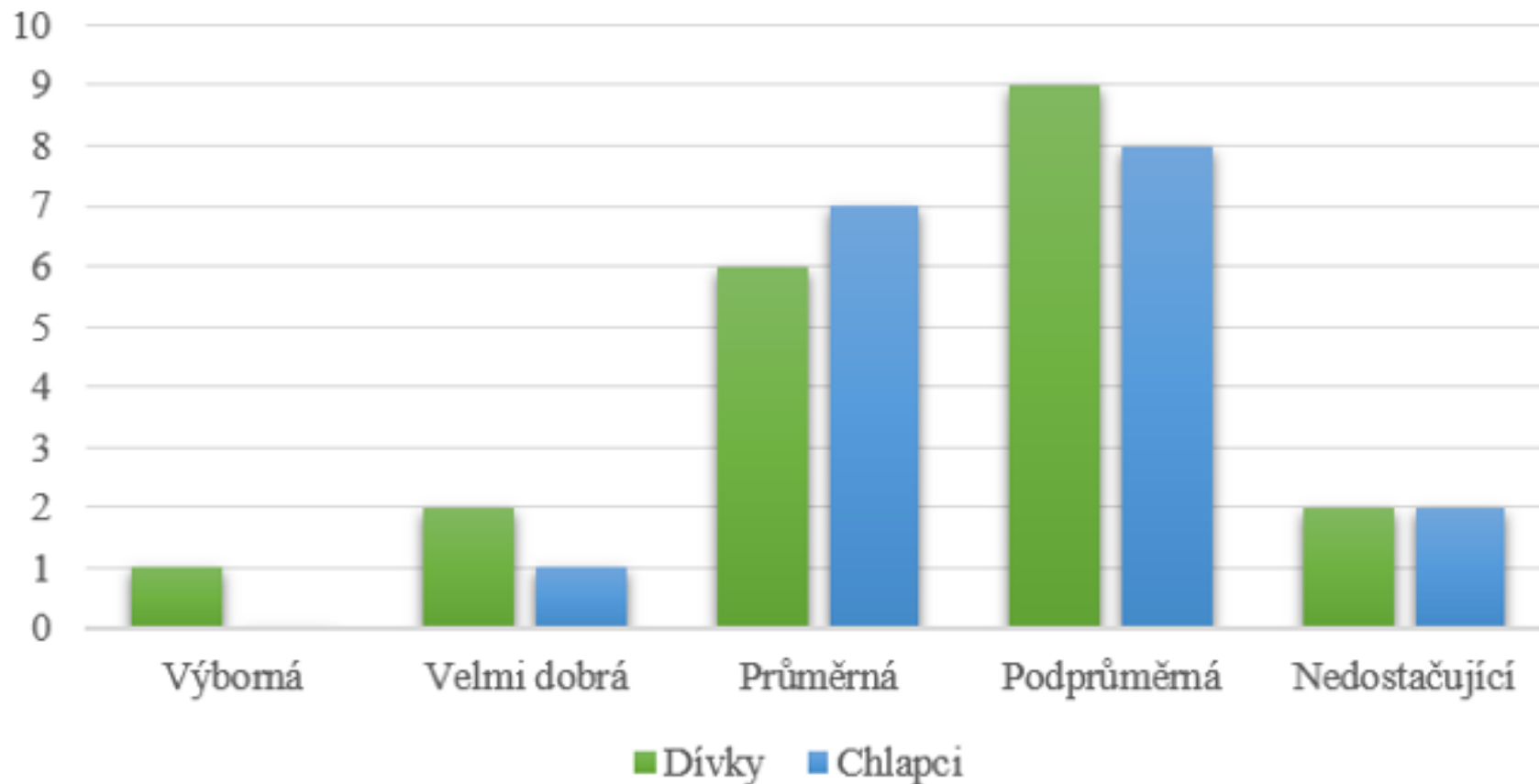


- **Pilotní projekt pro Ústecký kraj**
- **vybrané výsledky:**



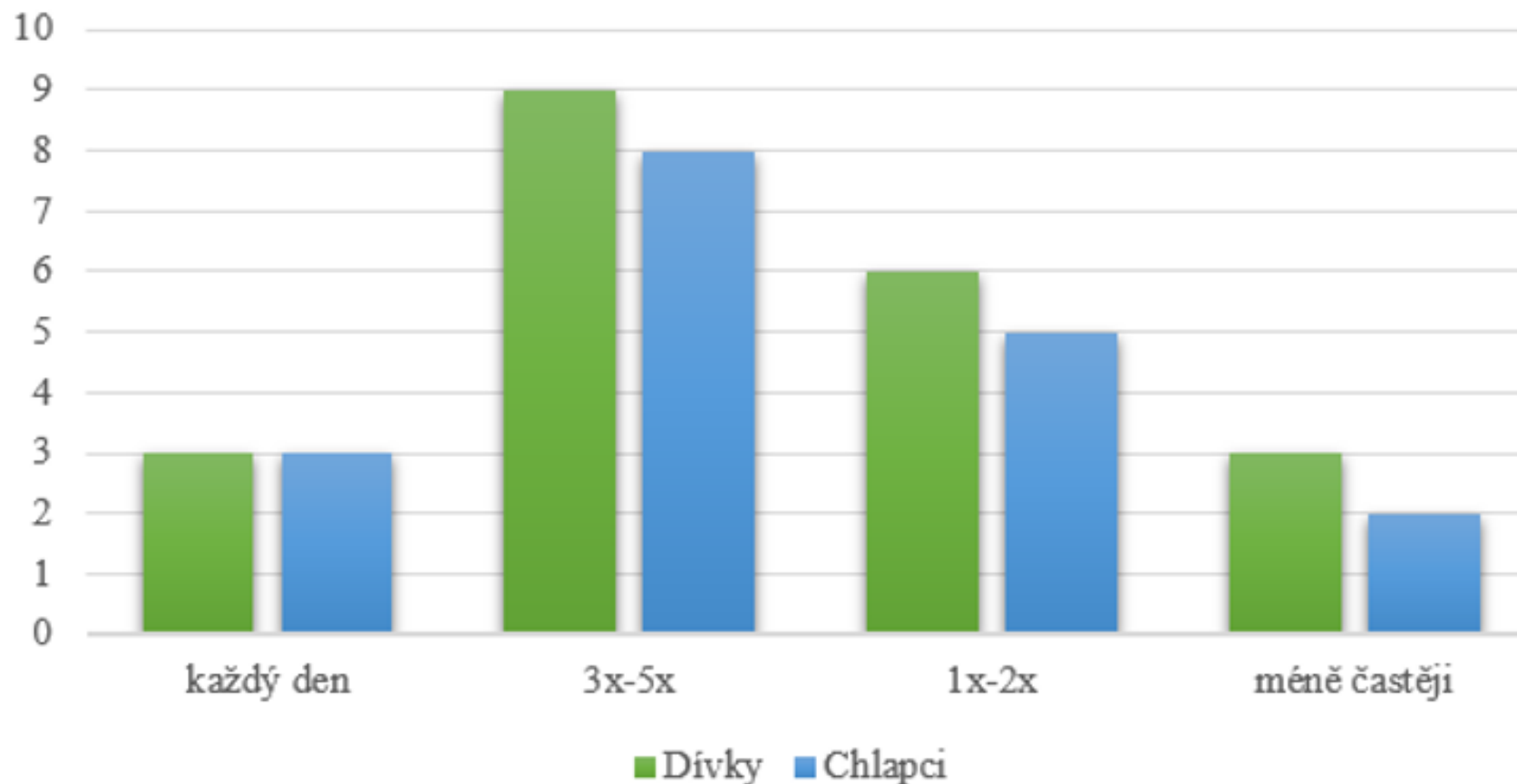
- **Pilotní projekt pro Ústecký kraj**
- **vybrané výsledky:**

TĚLESNÁ ZDATNOST



- **Pilotní projekt pro Ústecký kraj**
- **vybrané výsledky:**

POHYBOVÁ AKTIVITA



- **91 SŠ (35 tis. žáků) v Ústeckém kraji**
- **odhad nákladů plošné realizace (4-5 mil.)**



- **Interní grant *Znalosti o výživě a potravinová gramotnost studentů zdravotnických studijních programů FZS UJEP a 3. LF UK v souvislosti s antropometrickými ukazateli a vybranými rizikovými faktory* - dotazník, měření (Mgr. Miroslava Zemanová, Ph.D. et al.)**

- Jedním z významných faktorů ovlivňujícím zdraví člověka je výživa.
- Studenti jako dospívající a mladí dospělí jsou důležitou cílovou skupinou pro podporu zdraví a prevenci nemocí.
- Studium ošetrovatelství a dalších zdravotnických studijních programů připravuje studenty k napomáhání uspokojování biologických, psychických, sociálních a spirituálních potřeb nemocného.
- Všeobecné sestry tak hrají klíčovou roli v primární prevenci a vzhledem ke své profesi by měly mít vysokou úroveň výživové a potravinové gramotnosti.

- **Interní grant (Dr. Zemanová) - měření**

Účastníkům výzkumu bude prostřednictvím váhy s přesnou analýzou celého těla (Beurer BF 1000) stanovena tělesná hmotnost, tuk (orgánový/břišní), procento svalů. Změřen bude obvod pasu, hladina cholesterolu (celkový cholesterol, HDL cholesterol, LDL cholesterol a triglyceridy) a glukózy odběrem kapilární krve. Bude proveden monitoring krevní tlaku a tepové frekvence na profesionálním přístroji OMRON HBP-1120 s funkcí automatického rozpoznání nesprávného postupu měření a detekcí poruch srdečního rytmu. Kuřáctví účastníků výzkumu bude ověřeno přístrojem pro měření koncentrace oxidu uhelnatého z dechu (Greisinger GCO 100).

- **Interní grant (Dr. Zemanová) – průběžné výsledky:**
- **V letech 2022 a 2023 ... celkem 506 studentů**
 - **350 z FZS UJEP (studenti všech studijních programů)**
 - **156 z 3. LF UK (fyzioterapie, nutriční terapie, dentální hygiena)**
- **Cca 10 % studentů má zvýšené hladiny cholesterolu a krevních lipidů, z toho několik jedinců velmi významně (odesláni k praktikovi)**
- **Víme, že cca 30 % respondentů nemá dostatečnou svalovou hmotu, 59 % má vyšší obsah tuku v těle**

- **Průběžné výsledky – dotazníky:**
 - Navzdory celkem dobré informovanosti o vláknině nekonzumují studenti dostatek zeleniny, ovoce ani luštěnin, tedy jejich zásadních zdrojů.
 - Své stravování by chtělo změnit k lepšímu 86 % studentů FZS.
 - Své znalosti o výživě hodnotí jako dostatečné 49 % studentů.
 - Téměř čtvrtina studentů (22 %) konzumuje denně sladké nápoje.
 - 58 % studentů FZS nekonzumuje nikdy energetické nápoje.

Další probíhající šetření

- Stravovací zvyklosti studentů FZS a FUD UJEP
- Kardiovaskulární riziko zdravotních sester
- Životní styl zdravotních sester
- Predikce kardiovaskulárních rizikových faktorů dospělé populace (podpořeno KÚ ÚK)

Akce pro laickou veřejnost

- Den zdraví
- Jarmark chutí
- Noc vědců



DĚKUJI ZA POZORNOST



UNIVERZITA J. E. PURKYNĚ V ÚSTÍ NAD LABEM

Fakulta zdravotnických studií

ÚSTECKÝ KRAJ – CESTOU ZDRAVÉHO ROZVOJE, 13. 3. 2024