



ROLE SESTRY V PREVENCI DĚTSKÉ OBEZITY

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Autor:

Tereza Bechová

Vedoucí práce:

Mgr. Marie Břendová, PhD.

Vysoká škola zdravotnická, o.p.s.



MOTIVACE

A young boy with short brown hair, wearing a blue long-sleeved shirt, is the central figure. He is holding a silver tray with several pastries on the left and a wire basket filled with various fruits (apples, pears, oranges, and bananas) on the right. His hands are raised in a questioning or explanatory gesture, and he has a thoughtful expression on his face. The background is plain white.

- **OSOBNÍ ZKUŠENOST**

- **PRACUJI NA ODDĚLENÍ, KDE ŘEŠÍME TUTO PROBLEMATIKU**

- **ZAVÁŽNÝ PROBLÉM SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

- Teoretická část: 31 stran
- Praktická část: 35 stran

- Použitá literatura v českém jazyce: 31
 - Knihy – 14
 - Odborné články – 9
 - Internetové zdroje – 8
- Použitá literatura v cizím jazyce: 4
 - Knihy – 3
 - Internetové zdroje - 1

TEORETICKÁ ČÁST PRÁCE

KAPITOLY:

- Obezita
- Příčiny vzniku obezity
- Metody zjišťování obezity
- Následky obezity
- Prevence obezity
- Role sestry v prevenci
- Léčba obezity



PRAKTICKÁ ČÁST PRÁCE

KAPITOLY:

- Průzkum
- Prezentace získaných údajů
- Diskuze
- Doporučení pro praxi



CÍLE PRÁCE

CÍL TEORETICKÉ ČÁSTI:

1: Shromáždit dohledatelné publikované poznatky o problematice dětské obezity.



CÍLE PRÁCE

CÍLE PRAKTICKÉ ČÁSTI:

- 1:** Pomocí analýzy dokumentů zjistit, kolik ze sledovaných dětí snížilo svoji hmotnost během absolvování lázeňského pobytu zaměřeného na redukci dětské obezity v letech 2010 – 2014.
- 2:** Zmapovat u kolika dětí, které lázeňskou léčbu absolvovaly, nedošlo s odstupem jednoho roku k nárůstu hodnoty BMI.
- 3:** Zjistit stravovací a pohybové návyky současných žáků základních škol.

PRŮZKUMNÉ OTÁZKY

1: Jakému procentu dětí se podaří během lázeňské léčby zredukovat svoji hmotnost alespoň o 5 kilogramů?

2: Jaké procento dětí dokáže po návratů z lázní zabránit opětovnému nárůstu hodnoty BMI?

3: Je strava současných dětí adekvátní jejich pohybové aktivitě?

METODOLOGIE

- **Metoda průzkumu:** analýza dat, dotazník
- **Místo realizace průzkumu:** ordinace PLDD
v Příbrami, Základní škola pod Svatou Horou
v Příbrami
- **Doba průzkumu:** prosinec 2015 – květen 2016
- **Charakteristika respondentů:** žáci 5. a 9. ročníků

Cíl č. 1: Pomocí analýzy dokumentů zjistit, kolik ze sledovaných dětí snížilo svoji hmotnost během absolvování lázeňského pobytu zaměřeného na redukci dětské obezity v letech 2010 – 2014.

Průzkumná otázka č. 1: Jakému procentu dětí se podaří během lázeňské léčby zredukovat svou hmotnost alespoň o 5 kilogramů?

	do 5 kilogramů	5 a více kilogramů
Celkem	3 děti	61 dětí
Relativní četnost (%)	5 %	95 %

Cíl č. 2: Zmapovat u kolika dětí, které lázeňskou léčbu absolvovaly, nedošlo s odstupem jednoho roku k nárůstu hodnoty BMI.

Průzkumná otázka č. 2: Jaké procento dětí dokáže po návratů z lázní zabránit opětovnému nárůstu hodnoty BMI?

	Nižší BMI	Stejně BMI	Vyšší BMI
Celkem	6 dětí	0 dětí	58 dětí
Relativní četnost (%)	9 %	0 %	91 %

A young boy with short brown hair, wearing a blue long-sleeved sweater, is the central figure. He is holding a silver tray with several pastries on the left and a wire basket filled with various fruits (apples, oranges, pears, and bananas) on the right. His hands are raised in a questioning gesture, palms facing up. The background is plain white.

Cíl č. 3: Zjistit stravovací a pohybové návyky současných žáků základních škol.

Průzkumná otázka č. 3: Je strava současných dětí adekvátní jejich pohybové aktivitě?

Jak často jím sladkosti	Každý den	Několikrát týdně	Méně než jednou týdně	Vůbec
Celkem	66	9	4	2
Relativní četnost (%)	82 %	11 %	5 %	2 %
Jak často sportuji	Každý den	Několikrát týdně	Méně než jednou týdně	Vůbec
Celkem	11	27	13	30
Relativní četnost (%)	14 %	33 %	16 %	37 %

DOPORUČENÍ PRO PRAAXI

DOPORUČENÍ PRO RODIČE

- zajímat se o stravu svých dětí
- dbát, aby děti měly dostatečný příjem ovoce a zeleniny
- naučit děti preferovat neslazené nápoje
- omezit u dětí konzumaci sladkostí a slaných pochutin
- podporovat děti v pohybové aktivitě
- upřednostňovat stravování dětí ve školních jídelnách, než jim poskytovat finance na to, aby si koupily, na co budou mít chuť
- jít dětem příkladem ve zdravém životním stylu

DOPORUČENÍ PRO ŠKOLY

- omezit množství automatů
- snažit se ve školních jídelnách umožnit dětem výběr z více chodů
- být otevřeni edukačním programům na prevenci dětské obezity
- brát v hodinách tělesné výchovy v potaz schopnosti obézních dětí

DOPORUČENÍ PRO SESTRY

- aktivně se zajímat o problematiku obezity
- účastnit se vzdělávacích akcí na prevenci obezity
- zapojit se do prevence obezity u svých pacientů



DOPORUČENÍ PRO MZČR

- vytvořit edukační program na prevenci dětské obezity a následně uvolnit dostatečné množství financí k uvedení programu do praxe
- zaškolit sestry v edukační činnosti preventivního programu
- zlepšit komunikaci mezi lázeňskými zařízeními a PLDD
- zahrnout rodiče do lázeňské léčby

ZÁVĚR

- Obezita je celospolečenským problémem, který ovlivňuje nejen zdraví nemocného jedince, ale v důsledku i ekonomiku státu.
- Prevence je vždy lepší varianta než léčba.



**DEKUJI ZA
POZORNOST**