



Univerzita Palackého  
v Olomouci



Genius loci...

## Tisková zpráva

### Univerzita Palackého představila alarmující výsledky největší výzkumné studie o životním stylu mladé generace v Evropě

Olomouc (15. března 2016) – České děti mají nedostatek pohybu, volný čas tráví u počítače a vynechávají snídani a večeře s rodinou. Nadprůměrné jsou také v pití alkoholu, užívání tabákových výrobků a kouření marihuany. Takové jsou hlavní závěry největší evropské výzkumné studie Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), která mapuje životní styl mladé generace. Do studie je zapojeno 220 tisíc školáků ze 42 zemí světa. Výzkum pod záštitou Světové zdravotnické organizace v České republice zajišťuje Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci.

Studie HBSC, do které je Česká republika zapojena od roku 1994, tak znovu potvrzuje negativní trendy v životním stylu mladé generace. „Studie HBSC je klíčovým zdrojem dat o životě dospívajících jedenácti-, třinácti- a patnáctiletých dětí a zároveň důležitým nástrojem preventivních snah v této oblasti. Mapuje úroveň pohybové aktivity, trávení volného času, šikanu, užívání alkoholu, tabákových výrobků, marihuany a další determinanty zdraví v sociálním kontextu rodiny, školy a vrstevníků,“ uvedla Alena Šteflová, ředitelka Kanceláře Světové zdravotnické organizace v České republice.

„Dlouhodobě si v mezinárodním srovnání nevedeme dobře, a to dokonce v celé řadě ukazatelů, které v HBSC studii sledujeme. Věkové období rané adolescence je přitom klíčové z pohledu životního stylu jedince v dospělosti,“ dodal hlavní řešitel studie Michal Kalman z fakulty tělesné kultury.

Studie HBSC také odhaluje některá závažná fakta zejména s ohledem na trendy. Například výskyt nadváhy a obezity u patnáctiletých chlapců se za posledních patnáct let více než zdvojnásobil. Zatímco v roce 1998 trpělo nadváhou nebo obezitou 9 procent chlapců v současné době je to téměř 23 procent.

Podle náměstka ministra zdravotnictví a hlavního hygienika České republiky Vladimíra Valenty se ministerstvo zdravotnictví snaží situaci změnit. V srpnu 2015 byly vládou schváleny akční plány strategie Zdraví 2020, které obsahují celou řadu opatření zaměřených na podporu zdraví mladé generace i dospělých. „Klíčovými tématy jsou také pohybová aktivita a výživa,“ doplnil Valenta.

Jeden ze spoluautorů studie, vedoucí katedry rekreologie fakulty tělesné kultury Zdeněk Hamřík, navrhuje určitá řešení: „Opatření ke zvýšení pohybové aktivity dětí musí být plošná a jejich těžiště musí ležet mimo výkonově orientované sportovní aktivity. Ty totiž vždy zasáhnou jenom část dětí, většinou těch, které jsou již aktivní.“ Jako vhodné příklady uvádí zavedení aktivních přestávek či zvýšení počtu hodin tělesné výchovy. Rodiče zároveň nabádá, aby děti nevozili do školy autem a raději volili chůzi nebo kolo.

## **Klíčová zjištění výzkumné studie HBSC:**

Většina českých dětí hodnotí své zdraví a svou životní spokojenost pozitivně. V mezinárodním srovnání však Česká republika zaujímá jedna z posledních míst v obou hodnocených kategoriích.

Přibližně 4 z 10 dětí napříč věkovými a genderovými kategoriemi utrpělo za poslední rok úraz, který musel být ošetřen lékařem.

Naprostá většina dětí v České republice má nedostatek pohybové aktivity (cca 80 %), většina dětí zároveň tráví příliš mnoho času u televize a počítače. Trávení volného času u počítače roste s věkem. Z pohledu mezinárodního srovnání se i přes tato zjištění české děti pohybují nad průměrem zemí zařazených do HBSC.

Úroveň nadváhy a obezity je 29 % u jedenáctiletých, 28 % u třináctiletých a 23 % u patnáctiletých chlapců. U dívek je výskyt nadváhy a obezity zhruba poloviční. České děti se v tomto ohledu neliší od mezinárodního průměru. Výrazně nadprůměrně však uvádějí držení diety či jiné aktivity na snížení váhy. U patnáctiletých je to 19 % chlapců a 37 % dívek.

Přibližně 35 % jedenáctiletých, 45 % třináctiletých a 50 % patnáctiletých pravidelně nesnídá, což řadí ČR výrazně pod mezinárodní průměr HBSC. Většina dětí (cca 70 %) zároveň nevečeří společně s rodinou a ČR je v tomto ohledu jednou z posledních zemí mezinárodních tabulek.

České děti se ve srovnání s mezinárodním průměrem výrazně neliší v konzumaci ovoce, méně ale konzumují zeleninu. Pravidelnou konzumaci zeleniny uvádí cca 27 % jedenácti- a třináctiletých a 24 % patnáctiletých. V konzumaci slazených nápojů je ČR mírně pod průměrem zemí HBSC. Pravidelné pití slazených nápojů uvádí méně než 20 % adolescentů napříč věkovými a genderovými kategoriemi.

Většina českých dětí napříč věkovými kategoriemi si čistí zuby více než jednou denně. V tomto ohledu jsou české děti nad průměrem zemí HBSC.

České děti začínají výrazně dříve ve srovnání s mezinárodním průměrem pít alkohol, kouřit cigarety a marihuanu.

Pravidelně pije alkohol 20 % patnáctiletých chlapců a 14 % dívek. Opakovanou opilost uvádí přibližně 30 % patnáctiletých, což je výrazně více, než je mezinárodní průměr zemí HBSC.

Cigarety kouří pravidelně 11 % patnáctiletých chlapců a 16 % patnáctiletých dívek. Přes to, že oproti datům z roku 2012 došlo ke zlepšení, ČR je ve srovnání zemí HBSC stále v tomto ohledu nadprůměrná.

Zkušenosti s marihuanou uvedlo 23 % patnáctiletých dívek i chlapců. Jde o vysoký nadprůměr, ČR je v mezinárodních tabulkách na šestém nejhorším místě.

Výrazně méně dětí oproti mezinárodnímu průměru uvádí zkušenosti se šikanou (do 5 %) a kyberšikanou (do 2 %). České děti naopak výrazně častěji oproti mezinárodnímu průměru uvádějí, že se s někým popraly.

Necelých 25 % patnáctiletých má zkušenosti s pohlavním stykem, což je ve srovnání s mezinárodním průměrem mírně více. České děti zároveň ve srovnání s průměrem zemí HBSC uvádějí častější použití kondomu či hormonální antikoncepce.

## Plná verze mezinárodní zprávy HBSC

**Kontakt:**

Michal Kalman | hlavní řešitel HBSC studie v ČR  
Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého  
E: [michal.kalman@hbsc.org](mailto:michal.kalman@hbsc.org) | M: 777 752 822

Zdeněk Hamřík | zástupce hlavního řešitele HBSC studie v ČR  
Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého  
E: [zdenek.hamrik@hbsc.org](mailto:zdenek.hamrik@hbsc.org) | M: 604 156 687  
[www.hbsc.upol.cz](http://www.hbsc.upol.cz)

Gabriela Sýkorová Dvorníková | tisková mluvčí  
Univerzita Palackého v Olomouci | oddělení komunikace  
E: [gabriela.sykorova@upol.cz](mailto:gabriela.sykorova@upol.cz) | T: 585 631 020 | M: 733 690 461  
[www.upol.cz](http://www.upol.cz)