**Bod č.**

**Zastupiteľstvo Bratislavského samosprávneho kraja**

Materiál na rokovanie Zastupiteľstva

Bratislavského samosprávneho kraja

21. júna 2013

**Informácia o projekte efektívnej podpory kardio-metabolického zdravia v prostredí stredných škôl Bratislavského samosprávneho kraja -**

**”Rešpekt pre zdravie „**

Materiál predkladá: Materiál obsahuje:

1. Návrh uznesenia

PhDr. Gabriella Németh 2. Dôvodová správa

podpredsedníčka BSK 3. Stanoviská komisíí

Zodpovedný:

MUDr. Valerián Potičný, MPH

riaditeľ odboru zdravotníctva

Spracovateľ:

PhDr. Valburga Mesárošová

sestra samosprávneho kraja

Bratislava

jún 2013

Návrh uznesenia

**UZNESENIE č. .......... / 2013**

zo dňa 21.6.2013

Zastupiteľstvo Bratislavského samosprávneho kraja po prerokovaní materiálu

1. **berie na vedomie**

Informáciu o projekte efektívnej podpory kardio-metabolického zdravia v prostredí stredných škôl Bratislavského samosprávneho kraja – **„Rešpekt pre zdravie“.**

**Efektívna podpora kardio-metabolického zdravia v prostredí stredných škôl Bratislavského samosprávneho kraja.**

**„ Rešpekt pre zdravie“**

**( Dôvodová správa )**

**Prvým z cieľov** projektu je získanie relevantných informácii o výskyte kardiometabolického rizika v populácii študentov stredných škôl, ktoré sú v pôsobnosti BSK. Dôvodom je vysoký výskyt chronických ochorení a ich rizikových faktorov v dospelej populácii SR.

**Realizácia:** BSK v partnerstve s  RÚVZ BA

**Prostredie** projektu

- **58 stredných škôl a cca 19 000 študentov**

* **merania vykonané na cca 5000 študentoch vo veku 14-18 rokov**
* **255 údajov o stave zdravia každého študenta**
* **Trvanie projektu- apríl 2010- december 2012**

**Metódy**

1. Dotazníky

2. Antropometrické a fyziologické merania - tlak krvi, tepová

frekvencia, telesná výška, hmotnosť, telesné obvody

3. Odbery krvi

**Pomoc pri meraniach**

- 146 študentov a 20 pedagógov SZU, LFUK a SZŠ .

**PRVÉ ZISTENIA**

1. **Výskyt zvýšených hodnôt tlaku krvi (TK)**

V prostredí škôl sa optimálne hodnoty TK zistili len u 38% chlapcov a  u 85% dievčat. U 62% chlapcov a 15% dievčat sa zistili vyššie než optimálne, resp. zvýšené hodnoty TK.

1. **Výskyt nadhmotnosti a obezity**

Optimálne hodnoty BMI boli namerané u 63% chlapcov, 66% dievčat. Nadhmotnosť a obezita spolu však boli zistené u 31% chlapcov a 20% dievčat. Nižšia než optimálna hmotnosť sa vyskytla častejšie u dievčat, a to v 14%, než u chlapcov, v 6%.

1. **Telesná hmotnosť a tlak krvi**

Hodnoty systolického a diastolického tlaku krvi u chlapcov a dievčat s nadhmotnosťou a obezitou sú štatisticky významne vyššie než u študentov s optimálnou hmotnosťou.

1. **Metabolický syndróm** sa definuje ako spoločný výskyt viacerých faktorov, ktoré významne zvyšujú riziko ochorení obehového systému a  ochorenia na cukrovku druhého typu.

* Centrálna obezita
* Triacylglyceroly zvýšené hodnoty/ zlé tuky/
* HDL-C znížené hodnoty/ dobré tuky/
* Vyšší tlak krvi
* Inzulínová rezistencia

1. **Výskyt metabolického syndrómu**

* 2 faktory 13% chlapcov a 9,5% dievčat
* **3-5 faktorov má 5,3% študentov!!!**
* Populácia dospelých 18-29 rokov v SR má výskyt metabolického syndrómu v 4,3%

1. **Analýza výživových návykov**

* 52% ch a 56% d nekonzumuje ryby vôbec
* len 25% ch a 40% d konzumuje čerstvé ovocie denne
* len 14% ch a 24% d konzumuje čerstvú zeleninu denne
* 62% ch a 64% d konzumuje DENNE/ takmer denne komerčné sladkosti!!!
* 39% ch a 30% d pije sladené nápoje takmer denne,
* 30% ch a 18% d pije kolové nápoje takmer denne
* 38% ch a 25% d konzumuje denne/takmer denne údeniny
* 25% ch a 19% d konzumuje denne alebo skoro denne solené pochutiny

1. **Obedy**

**LEN 29% chlapcov a 27% dievčat navštevuje školskú jedáleň!!!**

54% ch a 50% d má doma denne teplú stravu, cca 10% má doma studenú stravu a cca 10% sa stravuje inde ako doma alebo v škole.

1. **Nákupy v školskom bufete**

56% ch a 60% d uprednostňuje rýchle občerstvenie a len 16% ch a 17% d si tam kúpi ovocie.

1. **Zdravie ohrozujúce návyky**

* **62% d a 49% ch nešportuje !!!**
* **40% d a 18% ch sa vyhýba telesnej výchove !!!**
* **36% d a 40% ch sedí v pracovné dni pred TV alebo PC viac ako 5 hod. denne, cez víkend je to 63% d a 69% ch !!!**
* **36% d a 32% ch pravidelne fajčí !!!**
* **61% d a 30% ch aplikuje laické diéty na schudnutie**

Na základe výsledkov tohto projektu sa VUC BA do budúcna zameria na spoluprácu so školami a študentmi v nasledovných rovinách:

* **Zlepšenie pohybovej aktivity študentov budovaním ihrísk a možností športového vyžitia v rámci škôl**
* **Zabezpečiť v  spolupráci s  vedením škôl lepšiu dochádzku na telesnú výchovu**
* **Vyvinúť iniciatívu na zmenu školského stravovania tak, aby sledovalo celosvetové trendy stravovania vo výžive detí**
* **Obmedziť predaj zdraviu neprospešných potravín v školských bufetoch**













**Dievčatá Chlapci**

**chlapci**

**dievčatá**

