

Souvislost pandemie COVID- 19 s dětskou obezitou

Před pandemií Covidu 19 se již mnohé státy světa začaly potýkat epidemií obezity, která se šíří nikoliv infekční cestou, ale životním stylem vyznačujícím se poměrně vysokou mírou nakažlivosti. O to více se jako závažnější problém dětská obezita, která má dopady na zdravotní stav dětí a jejich zdravotní stav v dospělosti, ale i na jejich sociální život. V současnosti jsou tedy Covid - 19 a obezita dvě epidemie, které negativně ovlivňují zdraví a pohodu dětí.

V mnohých vyspělých zemích můžeme sledovat rychlý nárůst obezity závažného stupně u dětí. COVID-19 je vysoce nakažlivé onemocnění u lidí, které způsobuje mnohá zdravotní rizika, hospitalizací a úmrtí. Obezita je identifikována jako nezávislý rizikový faktor závažnosti onemocnění COVID-19. Děti s obezitou jsou tedy vzhledem k onemocnění Covid 19 rizikovou skupinou. Mohou mít těžší průběh onemocnění COVID-19, včetně potřeby podpory dýchání.

Reakce na pandemii COVID-19 vyvolaly velké změny životního stylu, včetně nařízení zůstat doma a držet se v sociální izolaci s omezenými možnostmi kontaktů. Školy se zavřely a děti ztratily záchrannou síť pro přístup k výživným potravinám, bezpečné místo, povinné fyzické aktivity, sociální sítě a známé rutiny. Důsledky těchto omezení ohrožují především zdraví a pohodu dětí s obezitou. Hlavními determinanty zdraví jsou výživa a životní styl. Epidemie COVID-19 a obezita, zdánlivě tak vzdálené, jsou ve skutečnosti úzce propojeny: izolace, nuda, sedavý způsob života vedou k větší spotřebě kalorických potravin. Narůstající nadváha a obezita je pak rizikovým faktorem při onemocnění COVID - 19.

Pojďme se však vrátit ještě k době před pandemií Covid 19, kdy evropské státy zaznamenávaly již poměrně vysoké procento lidí s nadváhou, nebo obezitou v populaci. Při tomto nárůstu je třeba zohlednit socio-ekonomické a kulturní faktory. V západních zemích se totiž ukazuje, že příslušnost k znevýhodněné skupině znamená pro jejího člena větší pravděpodobnost obezity než u jeho vrstevníka patřícího k jiné společenské skupině, tedy ke skupině s vyšším socio-ekonomickým statutem.

Je tedy zřejmé, že obezita souvisí se socioekonomickými rozdíly udávajícími životní styl v rodinách, a tedy i životní podmínky dětí. Hlavními faktory, které ovlivňují obezitu jsou strava a fyzická aktivita. Ve společenské skupině s vyšším sociálně-ekonomickým statutem můžeme očekávat hodnotový systém stavící vysoko vzdělání, dosažení určité profesní úrovně, aktivní přístup k informacím, dostatečné materiální zabezpečení. Rodiče z této skupiny budou více dbát na to, aby jejich děti dobře prospívaly po stránce sociální i zdravotní. Budou si k tomu hledat potřebné informace a budou více ochotni přehodnocovat své výchovné strategie. Budou vést k dětem k dosažení dobrého vzdělání. Budou více rozvíjet jejich osobnost při volnočasových aktivitách. Jejich materiální zdroje jim umožní, aby svým dětem platily kroužky, členství ve sportovních oddílech, nebo jiných volnočasových a klubových aktivitách. V neposlední řadě budou ale také mít lepší přístup ke kvalitním nutričně vyváženým potravinám. Jejich předpokládaná obeznámenost se správnými stravovacími návyky se promítne i v jídelníčku jejich dětí. Oproti tomu u skupiny s nižším stupněm vzdělání lze očekávat omezenější přístup k novým informacím. Změna životního stylu je pro tuto skupinu hůře dosažitelná. Omezené finanční možnosti často neumožňují rodinám zajistit svým dětem pohybové volnočasové aktivity. Lze očekávat, že dietní návyky budou ustálené, často odolné vůči změnám směrem k

vyvážené zdravé stravě. Výběr a kvalita potravin budou přizpůsobené nižšímu finančnímu příjmu těchto rodin.



Větší množství kalorií spotřebovaných během dne je nejvýznamnějším faktorem způsobujících obezitu. Odhaduje se, že ti, kteří mají větší finanční potíže, mají tendenci jíst vysoce kalorická jídla, jako jsou nezdravé potraviny, slazené nápoje a další nezdravá jídla. Cena produktů je jedním z hlavních faktorů, které ovlivňují nákup spotřebitelů a posunuje měřítko ve prospěch škodlivějších potravin na úkor těch zdravých, které jsou často finančně nákladnější.

Světová zdravotnická organizace jako první upozornila na to, že mezi sociálně-ekonomicky znevýhodněnými částmi populace je větší výskyt případů obezity (viz <https://www.ilgiornaledelcibo.it/obesita-e-diseguaglianza-economica/>). Tito lidé jsou také více vystaveni riziku diabetu 2. typu, ischemické choroby srdeční a mozkové mrtvice. Vyšší výskyt je pozorován také u dětí a mladých lidí žijících v rodinách s omezenými, nebo nedostatečnými ekonomickými zdroji, ale především v rodinách, v nichž je úroveň vzdělání nižší. Status rodiny a její životní styl mohou mít tedy konkrétní dopad na pravděpodobnost vzniku obezity u dítěte. Příčiny mohou být spojeny se skutečnými náklady na jídlo, ale také s menším povědomím o rizicích spojených s nezdravým stravováním.

Souvislost sociálně-ekonomického kontextu dětí a jejich rodin s narůstajícím výskytem obezity a narůstajícím výskytem obezity dětí začal být brán v potaz již před pandemií COVID - 19. Proticovidová opatření, která byla na společnost uvalena, ještě více rozevřela tyto nůžky sociálních rozdílů a způsobila i to, že mnozí se tímto sociálním sítím různým omezení a restrikcí propadli na nižší životní úroveň.

Pandemie COVID-19 spustila kaskádu požadavků na děti a jejich rodiče. Vzhledem k tomu, že školy a dětské skupiny se uzavřely. Lidé přestali chodit do zaměstnání a zůstávali doma a někteří i zaměstnání ztratili. Rodiny se musely vyrovnat s mnoha stresory, včetně nejistoty ohledně budoucnosti. Stres spouští aktivaci reakcí našeho těla jako odezvu. Pokud jsme vystaveni silnému, častému vleklému stresujícímu podnětu, dochází k trvalé aktivaci systém reakčních odpovědí na

stres, což způsobuje tzv. toxický stres, který může vést k chronickým zdravotním problémům, včetně obezity.

Podporující vztah s dospělými může u dětí pomoci utlumit působení stresujícího zážitku a podpořit adaptaci dítěte. Avšak vysoká míra stresu rodičů v důsledku ztráty zaměstnání, izolace a neočekávané práce z domova a výuky dítěte pouze zvyšuje potíže rodičů s poskytováním podpůrné přítomnosti dětem. Stres spojený s COVID-19 neúměrně postihuje zranitelné populace, které již zažívají toxický stres z chudoby, nebo jiného společenského znevýhodnění.

Pandemie se dramaticky ukázala jako akcelerátor nerovnosti. Socio-ekonomický status a kulturní úroveň mohou určovat nerovnost v přístupu ke zdravé stravě a mít vliv na riziko rozvoje chronického onemocnění a obezity. Uzavření škol přineslo kritické problémy mající dopad na životní styl dětí. Nerovnost v přístupu ke vzdělání se tu však rozevřela také s nároky na technické IT vybavení domácností. Nemnoho dětí a studentů bylo vyloučeno z online výuky pro nedostatek počítačů, připojení a sdílení jednoho zařízení více členy rodiny.

Zhruba po roce a půl od vypuknutí pandemie můžeme bilancovat nárůstem případů deprese a úzkosti a děti jsou v tomto ohledu nejrizikovější kategorií. Strach z COVID-19, úzkost, veškerá omezení, nejistota to vše jsou složky, které mají vliv na životní styl. Na děti mělo zcela jistě negativní dopad ztráta kontaktu a interakce s vrstevníky v důsledku uzavření škol, sportovních center a kroužků. Omezení aktivit každodenního života vedla k nárůstu hmotnosti u značného počtu dětí. Dalšími následky těchto omezení jsou ale zmiňovány také stavy malátnosti, poruchy spánku, bolesti hlavy, změny nálad, podrážděnost.

Rodiny patřící do vrstvy společnosti s vyšším socio-ekonomickým statusem byly v době restrikcí lépe vybavené, aby jim čelily a dokázaly se jim lépe přizpůsobit. U této skupiny populace lze očekávat, že kvalita jejich bydlení a vybavení domácností jim umožnila snadnější „přečkání“ tvrdého lockdownu. Lze očekávat, že tito lidé vyvinuli více snahy a měli také více možností, jak si zachovat svůj životní styl a jeho rytmus, alespoň v přijatelných alternativách. Rodiče pravděpodobně více dbali na dodržení optimálního denního režimu střídáním výuky, odpočinku a pohybu. Oproti tomu děti z rodin s nižším socio-ekonomickým statusem přišly v době uzavření škol o volnočasové aktivity, které jim jejich rodiče nemohli, anebo jen velmi omezeně nahradit. Rodiče s nižším vzděláním nemohli také nahradit vyučujícího pedagoga a pomoci tak dětem doučit se školní látku při neprobíhající výuce. Omezené finanční možnosti a zaběhnutý životní styl již před pandemií omezovaly tyto rodiny a jejich děti v hledání alternativ a uvrhly je tak ještě ve větší sociální izolaci, pasivitu, malátnost, rezignaci, bezradnost.

Pandemie COVID - 19 ukázala, že škola má mnohem zásadnější význam pro vývoj dítěte, než by se mohlo považovat. Její význam nelze zužovat na získání vzdělání, ale je třeba jej vidět mnohem komplexněji, jelikož ovlivňuje celkové psychosociální zdraví dětí. Jak se COVID - 19 rozšířil po celém světě, mnoho zemí přistoupilo k uzavření škol s cílem zpomalit přenos a snížit zátěž zdravotního systému. Již teď se ale ukazuje, jako vážné a škodlivé důsledky to mělo na psychickém i zdravotním stavu dětí toto opatření mělo, a to zejména pro ty, kteří žijí v chudobě a komunitách s nedostatečnou péčí, nebo nedostatečným zázemím, ať už po stránce materiální, nebo sociální, rodinné.



Vlastislavova 152/4
140 00 Praha 4, Nusle

Tel.: +420 222 269 841

e-mail: jana.skopova@w4w.cz

© EPRAVO.CZ - Sběrka zákonů, judikatura, právo | www.epravo.cz

Další články:

- [Digitální důkazy z webu v soudním řízení: jak doložit, co bylo online zveřejněno?](#)
- [V lednu přišel šok. Ze seznamu zmizely tisíce soudních překladatelů](#)
- [Koupě nemovitosti v Rakousku: vedlejší náklady v praxi](#)
- [Legal Innovation Day 2026: Praktické využití umělé inteligence v právní praxi](#)
- [Prémiový rezidenční komplex Bakers Court přináší na realitní trh komfortní bydlení s 5* službami](#)
- [Festival jako prestižní teambuilding](#)
- [Spojení Generali České a Právní ochrany D.A.S. přináší první výhodu: navýšení pojistného limitu na 5 milionů](#)
- [Kultura jako prestižní benefit: Proč by právní firmy měly sázet na „inteligentní zážitky“? Rozhovor s JUDr. Martinou Jankovskou](#)
- [Wolters Kluwer uvádí na český trh AI právní pracovní prostor Libra s integrovaným obsahem ASPI](#)
- [Jak ušetřit na energiích, aniž byste porušili zákon](#)
- [SLUTO DAŇOVÁ & ÚČETNÍ firma roku 2025: Kdo se letos zařadil mezi špičky oboru?](#)