

MONITORING NABÍDKY STRAVOVÁNÍ VE VYBRANÝCH ZÁKLADNÍCH ŠKOLÁCH A ZAŘÍZENÍCH ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ V ROCE 2011

MONITORING OF FOOD OFFER IN PRIMARY SCHOOLS AND SCHOOL CANTEENS IN 2011

JANA PILNÁČKOVÁ¹, MATOUŠ PILNÁČEK², JARMILA RÁŽOVÁ³, HANA STRÍTECKÁ⁴

¹Krajská hygienická stanice Libereckého kraje, Odbor hygieny dětí a mladistvých, Liberec

²Univerzita Karlova v Praze, Katedra sociologie, Praha

³Ministerstvo zdravotnictví ČR, Praha

⁴Univerzita obrany, Fakulta vojenského zdravotnictví, Katedra vojenského vnitřního lékařství a vojenské hygieny, Hradec Králové

SOUHRN

Autoři ve svém příspěvku uvádějí výsledky úkolu hlavního hygienika „Monitoring nabídky stravování v základních školách“. Cílem úkolu byl monitoring nabídky možnosti stravování, jeho pestrost a dostupnost žákům České republiky v základních školách. Sběr dat byl proveden v 493 základních školách v celé České republice pomocí řízených dotazníků a to na prvním i druhém stupni ZŠ.

Z výsledků dotazníkového šetření vyplývá, že sortiment nápojů a pokrmů, které děti během školního vyučování získávají, může být jedním z faktorů narůstající dětské obezity. Nabídka je problematická především v oblasti doplňkového prodeje, kde mají žáci přístup nejčastěji k potravinám s vysokým obsahem cukru. Naopak vlastní školní stravování se ukazuje jako poměrně vyhovující hlediskům zdravé výživy.

Pro zlepšení a ozdravení školního stravování bude nutné vyvolat širokou diskusi se všemi, kteří jeho nabídku ovlivňují a zamezit tak rozvoji nadměrné tělesné hmotnosti žáků v České republice.

Klíčová slova: školní stravování, stravovací návyky, nadváha u dětí, obezita dětí

SUMMARY

Presented are results of the task of the Chief Public Health Officer (hygienist) of the Czech Republic „The monitoring of food offer in primary schools“. The aim of this task was the monitoring of catering, its variability and availability for the pupils of primary schools in the Czech Republic. The data were collected using questionnaires in 493 primary schools in the whole Czech Republic.

The results of the questioning show that the offer of drinks and food, which children get in the school, can be one of the factors causing the increase of child obesity. The offer is problematic especially in the supplementary sale, in which the children can buy mostly high of sugar content food. On the other hand the food offer in school canteens generally fulfils the standards of healthy diet.

For the improvement of catering in primary schools, it will be necessary to stimulate a debate with everybody, who can affect the food offer; thus, stop the increase of child overweight and obesity in the Czech Republic.

Key words: school meals, dietary habits, overweight in children, child obesity

Úvod

V České republice dochází v současné době k nárůstu nadváhy a obezity u školních dětí, jejíž základní příčinou je nerovnováha mezi příjmem a výdejem energie. Světová zdravotnická organizace připisuje globální nárůst nadměrné tělesné hmotnosti mnoha faktorům. Mezi nejdůležitější je řazen globální posun v konzumaci potravin ke stravě, která je bohatá na energii, to znamená, že obsahuje vysoký obsah cukru a tuků, ale zároveň nízké množství vitamínů, minerálních látek a vlákniny (4).

Další příčinou objevující se nadváhy a obezity školních dětí je snížená pohybová aktivita způsobená nárůstem „sedavé“ povahy dětských aktivit, změnám ve způsobu dopravy a narůstající urbanizací (3, 5).

Děti tráví ve škole značnou část dne a předpokládá se, že zde konzumují alespoň 2 denní jídla (dopolední svačinu a oběd), a proto může školní stravování do značné míry ovlivnit jejich stravovací návyky a to jak pozitivně, tak i negativně (6).

Vzhledem k těmto skutečnostem byl krajským hygienickým stanicím a Hygienické stanici hlavního města

Prahy zadán úkol hlavního hygienika „Monitoring nabídky stravování v základních školách“. Úkol vycházel z potřeby získat validní přehled o tom, zda dostupnost potravin, nápojů a pokrmů ve školách může být jednou z příčin dětské obezity a na základě těchto znalostí vyvolat širokou diskusi se všemi, kteří mohou nabídku školního stravování ovlivnit (vedoucí školních jídelen, ředitelé škol a zřizovatelé škol) a upozornit na jejich odpovědnost za zdraví dětí prostřednictvím jejich přímého vlivu na prostředí škol. Dalším záměrem bylo zahájit jednání o budoucnosti školního stravování a jeho významu pro zdraví dětí se všemi, kteří se podílejí na kvalitě školního stravování, a to nejenom v rámci tvorby politiky veřejného zdraví na regionálních úrovních, ale i na mezirezortní a národní úrovni.

Cíl

Cílem úkolu byl monitoring nabídky možností stravování, jeho pestrost a dostupnost žákům základních škol v České republice.

Metodika

Sběr dat proběhl formou řízeného dotazníku v období 1. 4. 2011 do 15. 5. 2011. Výběr škol pro toto šetření provedla Česká školní inspekce tak, aby soubor škol byl reprezentativním vzorkem a popisoval celkovou situaci České republiky.

Šetření se účastnilo všech 14 hygienických stanic, celkem bylo vyplněno 493 dotazníků, nejvyšší počet dotazníků zpracovala Krajská hygienická stanice Středočeského kraje (14 %) a Hygienická stanice Hlavního města Prahy (12 %). Pro srovnávání situace v nabídce školního stravování byly školy rozděleny podle velikosti na malé (do 100 žáků) – 193 z celkového souboru, střední (101–300 žáků) – 165 a velké (301 žáků a více) – 133. Dotazníková akce proběhla na prvním i na druhém stupni.

V jednotlivých školách se sledovala možnost nákupu potravin, pokrmů a nápojů v nápojových automatech, v jídelních automatech, ve školních kantýnách, ve školních jídelnách (příprava obědů a svačin) a v programu „Školní mléko“. Dále se sledovalo, zda má škola v rámci pitného režimu pro žáky k dispozici watercoolery, pítka, či připravuje vlastní nápoje.

Před zahájením úkolu hlavního hygienika proběhl konzultační den ve Státním zdravotním ústavu, kde byli pracovníci hygienických stanic seznámeni s metodikou vyplňování řízených dotazníků.

Výsledky

Nabídka jídel a svačin je prezentována jako průměrná frekvence nabídky pokrmů za jeden měsíc. Je důležité upozornit, že některé školní jídelny připravují více pokrmů v jeden den. Z toho důvodu je vhodné při interpretaci dat se zaměřit spíše na relativní poměry mezi jednotlivými druhy pokrmů, než na jejich absolutní četnost.

Nápoje ve školách:

Pro dodržení pitného režimu v průběhu celého dne jsou ve školách pro žáky k dispozici pouze v 4 % wa-

tercoolery a v 6,5 % pítka, v 37 % škola dětem nápoje připravuje, nejčastěji jsou **připravovány nápoje** v malých školách. Možnost výběru mezi slazeným a neslazeným nápojem je pouze v 9 % z celkového počtu 493 sledovaných škol.

Další možností získání nápoje je v nápojovém automatu, kdy se ve 12 % škol nachází 1 **automat na horké nápoje**, v 87 % automaty na horké nápoje ve školách nejsou. Nejčastější nabídkou těchto automatů je čokoláda (96 %), káva (48 %) a sladký čaj (74 %), ve 12 % automatů je v nabídce i instantní polévka.

Automat na chlazené nápoje se ve školách nachází nejčastěji 1 – ve 22 % z celkového počtu sledovaných škol, celkově je jich ve školách umístěno 147. Nejvíce automatů na chlazené nápoje se nachází ve velkých školách.

Jídelní automaty:

Jídelní automaty se nacházejí v 10 % ze sledovaného počtu škol, nejčastěji se v rámci jedné školy nachází 1 jídelní automat. Automaty jsou umístěny v 59 školách z celkového počtu sledovaných.

Kantýna:

Kantýna se nachází v 24 % z celkového počtu sledovaných škol. V 73 % případů ji provozuje třetí osoba nezávisle na školní jídelně. V 21 % ji provozuje školní jídelna při základní škole. Nejvíce se kantýny vyskytují ve velkých školách.

Školní jídelna:

Jeden pokrm bez možnosti výběru nabízí 60 % školních jídelen, výběr ze dvou pokrmů nabízí 32 % školních jídelen, výběr ze tří pokrmů nabízí 5 % jídelen a výběr z více než tří pokrmů nabízí 3 % jídelen. Malé školy poskytují možnost elektronického objednání pouze v malém počtu, naopak téměř 70 % velkých škol tuto službu zajišťuje např. objednáním jídla v jídelně přes internet nebo sledováním výběru jídla dítěte také přes internet. Bezobjednávkový systém výběru pokrmů je v 17 % sledovaných školních jídelen, 60 % sledovaných škol používá pro přípravu jídel konvektomat. 16 % škol používá dehydratované směsi jako základ k rychlé přípravě pokrmů.

Ve školních jídelnách se dotazník zaměřil na sledování frekvence pokrmů v měsíčním jídelním lístku. Jednotně byl pro toto hodnocení vybrán měsíc leden. Byly sledovány polévky, hlavní jídla, přílohy a nápoje.

Svačinky vlastní výroby, které poskytuje školní jídelna jako nadstandard

Svačiny v rámci školní jídelny se vyrábějí v 19 % sledovaných škol.

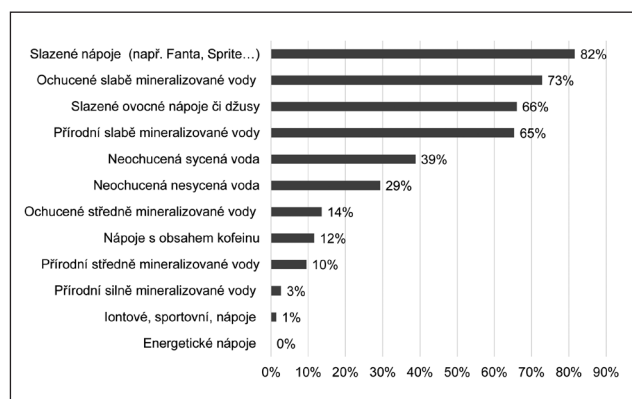
Školní mléko

Jako poslední byl sledován program „Školní mléko“. Účastní se ho 60 % sledovaných škol; nejvíce o něj mají zájem děti na prvním stupni v malých školách

Diskuse

Práce „Stravovací návyky žáků základních škol – porovnání dětí s normální hmotností a nadváhou a obezitou“ uvádí, že s věkem klesá počet žáků, kteří si nosí svačinu z domova. Nahrazují ji nákupem ve školním bufetu či automatu. Se stoupajícím věkem stoupá i počet žáků, kteří si alespoň jednou denně „něco“ v bufetu zakoupí (1). V návaznosti na tyto poznatky prezentovaný výzkum ukazuje, jaké potraviny jsou pro žáky během školního vyučování k dispozici.

Z výsledků si lze povšimnout, že v automatech na chlazené nápoje se nejčastěji objevují slazené nápoje (82 %), ochucené slabě mineralizované vody (73 %) a slazené ovocné nápoje a džusy (66 %), jak je uvedeno na obr. 1. Také v nabídce jídelních automatů jsou podle výsledků na obr. 2 nejvíce zastoupeny (86 %) balené cukrovinky. V kantýně, která je součástí školy, jsou v sortimentu nejčastěji zastoupeny slané chuťovky (67 %), čerstvé pečivo (58 %) a jemné pečivo (56 %), z nápojů to jsou slazené ovocné džusy (75 %), ochucené středně mineralizované vody (66 %), viz obr. 3 a 4. V programu „Školní mléko“, jak uvádí obr. 12, je v nabídce nejčastěji ochucené mléko (93 %). Z uvedeného jasně vyplývá, že nejčastěji nabízené potraviny a nápoje jsou s vysokým obsahem cukru a mohou být jedním z důvodů narůstající dětské obezity (1).

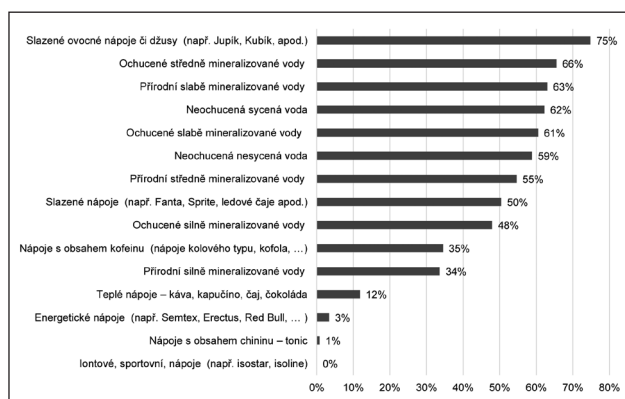


Obr. 1: Nabídka v automatech na chlazené nápoje (relativní počet automatů nabízejících daný nápoj).

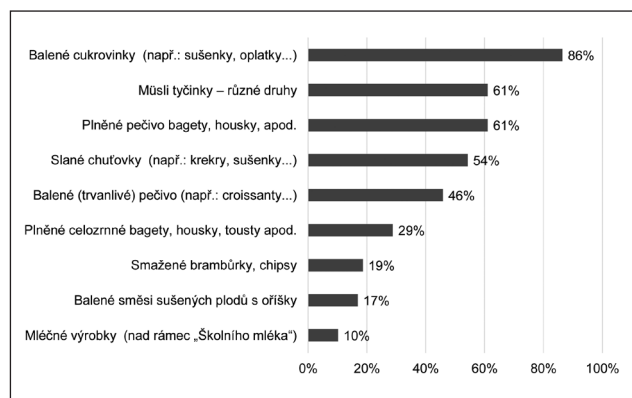
Pro změnu nabídky školních automatů či kantýn bude třeba apelovat na ředitele škol, kdy v současné době v České republice záleží na jejich rozhodnutí, zda automat ve škole umístí, či jaký sortiment bude školní kantýna nabízet (1).

Daleko lepší situace je v nabídce vlastních školních jídel, kdy pestrost jídelníčků je v některých krajích připomínkována pracovníky hygieny dětí a mladistvých a spotřební koš základních potravin použitých pro přípravu pokrmů je legislativně uzákoněn vyhláškou MŠMT č. 107/2005 Sb., o školním stravování a dozorován Českou školní inspekcí.

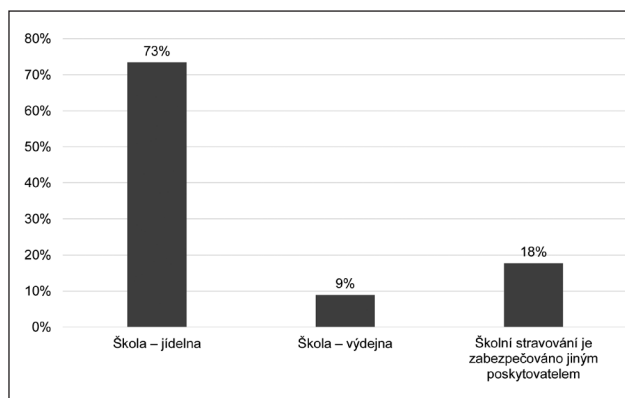
Za kladné lze považovat dostatečnou nabídku zeleninových a luštěninových polévek (obr. 6), ryb (obr. 7), frekvenci přípravy zeleniny tepelně opracované i syrové ve formě přílohy a časté podávání rýže (obr. 8).



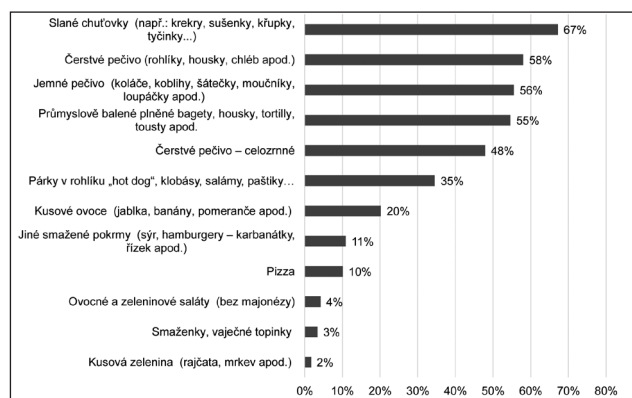
Obr. 4: Kantýna – nabídka nápojů (relativní počet kantýn nabízejících daný nápoj).



Obr. 2: Nabídka v jídelních automatech (relativní počet automatů nabízejících danou potravinu).



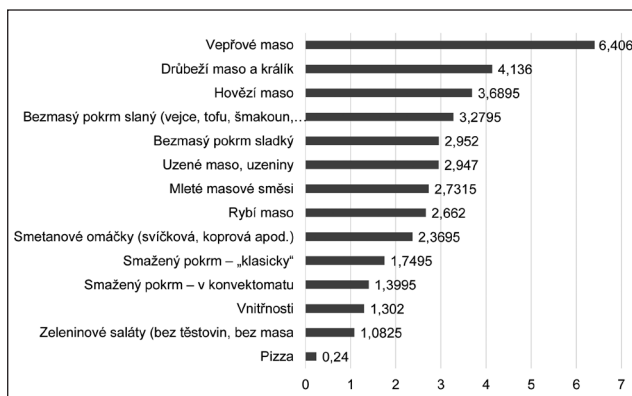
Obr. 5: Poskytovatel školního stravování.



Obr. 3: Kantýna – nabídka potravin (relativní počet kantýn nabízejících danou potravinu).



Obr. 6: Jídelna – nabídka polévek (průměrná frekvence nabídky pokrmu za jeden měsíc).

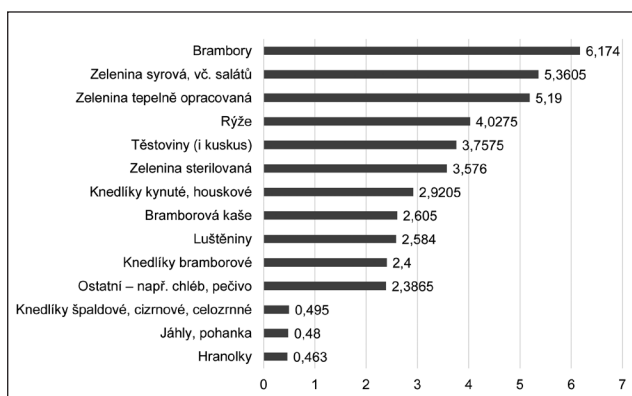


Obr. 7: Jídelna – nabídka hlavních jídel (průměrná frekvence nabídky potravin za jeden měsíc).

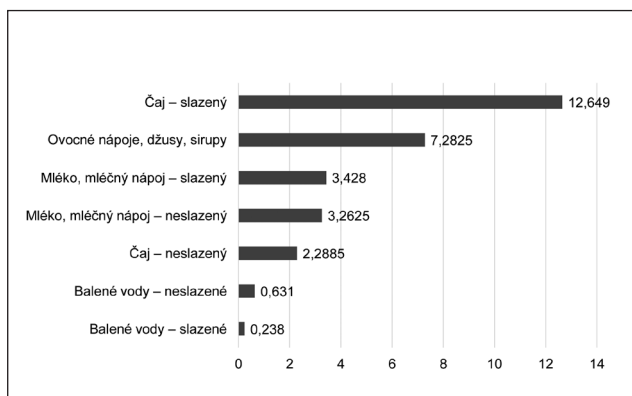
Na druhé straně mají jídelničky řadu nedostatků. Z uvedených obrázků frekvence nabídky pokrmů ve školních jídelnách (obr. 6–11) vyplývá, že by bylo vhodné snížit počet pokrmů především z vepřového masa, vynechat uzené maso a uzeniny. Naopak by bylo přínosné zvýšit podíl bezmasých slaných jídel, která se vyskytují průměrně pouze třikrát v měsíci (obr. 7). V sortimentu nápojů jako součást oběda lze doporučit snížení nabídky sladkého čaje nebo umožnit vždy výběr slazeného a neslazeného nápoje (obr. 9).

Svačiny připravované v rámci školní jídelny nabízejí nejčastěji v měsíci obložené chleby a lze kladně hodnotit, že 5x měsíčně se jako součást svačin objevuje ovoce a zelenina (obr. 10).

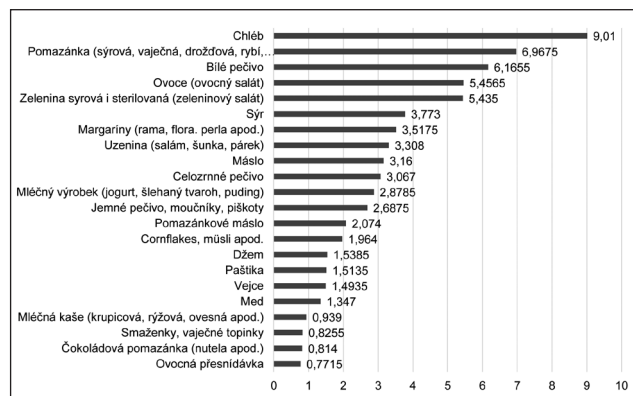
K podobným závěrům dochází i Slavíková, kdy uvádí, že při hodnocení jídelních lístků vybraných škol byly zjištěny rezervy v jejich sestavování, které by bylo možné napravit lepší kombinací živin a přispět tak k jejich



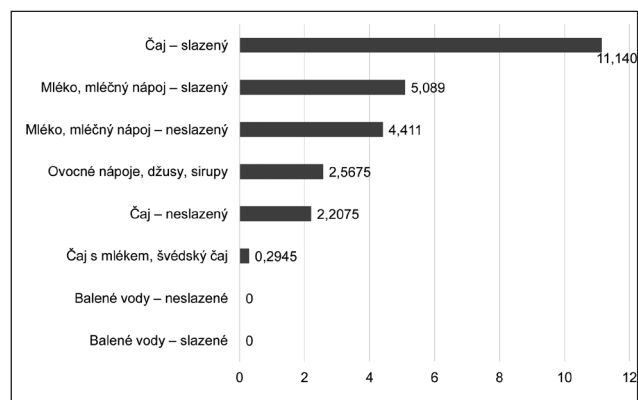
Obr. 8: Jídelna – nabídka příloh (průměrná frekvence nabídky potravin za jeden měsíc).



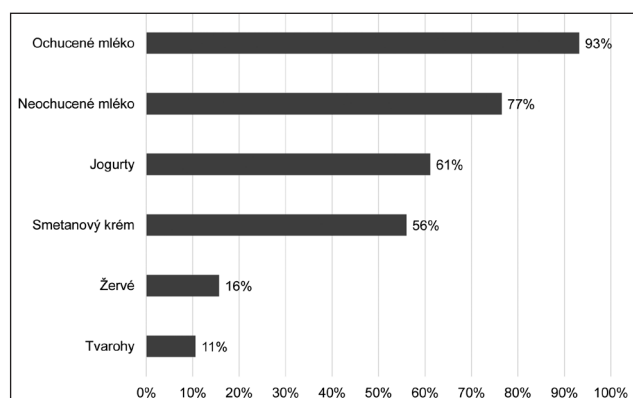
Obr. 9: Jídelna – nabídka nápojů (průměrná frekvence nabídky nápojů za jeden měsíc).



Obr. 10: Svačiny – nabídka potravin (průměrná frekvence nabídky potravin za jeden měsíc).



Obr. 11: Svačiny – nabídka nápojů (průměrná frekvence nabídky nápojů za jeden měsíc).



Obr. 12: Program školní mléko (relativní frekvence škol účastnících se programu školní mléko nabízejících danou komoditu)

ozdravení při respektování současné legislativy týkající se školního stravování (2).

Závěr

Z české i světové literatury vyplývá, že se počet dětí s nadměrnou hmotností (nadváhou i obezitou) za posledních deset let téměř zdvojnásobil. Tento nárůst je spojován s nevhodnou, energeticky bohatou stravou a sníženou nebo zcela nulovou fyzickou aktivitou. Zároveň je nutné si uvědomit, že většinu špatných stravovacích návyků si děti nesou z domova. Škola jako výchovná instituce by měla na děti působit i v rovině stravovacích návyků, které si ponesou do dospělosti.

Při vyhodnocování údajů dotazníkového šetření se ukázalo, že možnosti stravování, které děti během po-

bytu ve škole mohou získat, především sortiment doplňkového prodeje, tuto výchovnou funkci narušuje.

Je proto nutné, jak si úkol hlavního hygienika v úvodu předsevzal, na základě získaných znalostí vyvolat širokou diskusi se všemi, kteří mohou nabídku školního stravování ovlivnit a zahájit jednání o budoucnosti školního stravování a jeho významu pro zdraví dětí se všemi, kteří se podílejí na kvalitě školního stravování nejenom v rámci tvorby politiky veřejného zdraví na regionálních úrovních, ale i na mezirezortní a národní úrovni.

LITERATURA

1. Střítecká H, Hlúbik P. Stravovací návyky žáků základních škol - porovnání dětí s normální hmotností a nadváhou/obezitou. *Hygiena*. 2012;57(4):128-34.
2. Slavíková M, Vlčková L, Skorkovský J. Screening nutriční úrovně školního stravování v České republice. *Hygiena*. 2010;55(3):77-85.
3. Humeníková L, Gates GE. Dietary intakes, physical activity, and predictors of child obesity among 4-6th graders in the Czech Republic. *Cent Eur J Public Health*. 2007 Mar;15(1):23-8.
4. Kosti RI, Panagiotakos DB. The epidemic of obesity in children and adolescents in the world. *Cent Eur J Public Health*. 2006 Dec;14(4):151-9.
5. Vitáriušová E, Babinská K, Košťálová L, Rosinský J, Hlavatá A, Pribilincová Z, et al. Food intake, leisure time activities and the prevalence of obesity in schoolchildren in Slovakia. *Cent Eur J Public Health*. 2010 Dec;18(4):192-7.
6. Veselá J, Staňková H. Eating habits of primary school pupils. In: Řehulka E, et al. *School and health* 21. No. 3/2008. Vol. 3, Social and health aspects of health education. Brno: MSD; 2008. p. 149-58.

Došlo do redakce: 9. 2. 2015

Přijato k tisku: 16. 4. 2015

MUDr. Jana Pilnáčková
Krajská hygienická stanice Libereckého kraje
Odbor hygieny dětí a mladistvých
Husova 64
460 01 Liberec 1
E-mail: jana.pilnackova@khslibc.cz