

EVROPA NA CESTĚ KE ZVÝŠENÍ POHYBOVÉ AKTIVITY LIDÍ

11. dubna 2016 se konalo v Limassolu na Kypru čtvrté jednání národních koordinátorů sítě EU pro fyzickou aktivitu (European Union Physical Activity Focal Points Network). Reprezentanti Evropské komise a evropské regionální úřadovny WHO na něm představili nový informační dokument o stavu a rozvoji fyzické aktivity dětí, mládeže a dospělých v 28 státech unie, jako podklad k diskusi o podpoře fyzické aktivity a zlepšování tohoto procesu v dalším období. Dokument vznikl na doporučení Rady Evropy k podpoře fyzické aktivity zlepšující zdraví (HEPA – Health-Enhancing Physical Activity) a jeho smyslem bylo vypracovat validní informaci o fyzické aktivitě v členských státech. Práce na uvedeném dokumentu se zúčastnila také ČR a koordinoval ji český Focal Point v Centru podpory zdraví SZÚ.

Není bez zajímavosti citovat z projednávané publikace o fyzické aktivitě ve státech EU „Factsheets on health-enhancing physical activity in the 28 European Union member states of the European Region“ několik zajímavých údajů. Nejčastější způsoby transportu u lidí v evropských státech jsou automobil a veřejná doprava, chůze je na třetím místě, na čtvrtém používání bicyklů a na posledním motocykly. Povinná tělesná výchova na základních školách méně než 2 hod./týden je v 5 z 28 zemí, 2 hod./týden v 15 zemích a více než 2 hod./týden v 8 zemích. Na středních školách méně než 2 hod./týden ve 4 zemích, 2 hod./týden v 18 zemích a více než 2 hod./týden v 6 zemích. Fyzická aktivita jako součást vzdělávání profesionálů je u lékařů a fyzioterapeutů ve 14 zemích, u sester ve 12 zemích, u ostatních profesí

v 8 zemích. Propagace tělesné aktivity se v 18 zemích zaměřuje na změny chování, v 16 zemích na motivaci, v 11 na kulturní přijatelnost být fyzicky aktivní, ve 4 zemích na další stránky. Cílovou skupinou jsou ve 23 zemích lidé s nízkým socioekonomickým statutem, ve 21 zemích lidé s nízkou tělesnou aktivitou a starší populace, v 17 zemích etnické minority a v 9 zemích ženy před těhotenstvím a v jeho průběhu.

Podstatnou část zmíněné publikace tvoří data z jednotlivých zemí EU, kde jsou mj. údaje o podílu lidí, kteří splňují doporučení WHO pro úroveň fyzické aktivity. V ČR to je např. 28 % 11letých chlapců a 23 % 11letých dívek, 30 % 13letých chlapců a 19 % 13letých dívek, 25 % 15letých chlapců a 14 % 15letých dívek.

Jednání v Limassolu a na něm diskutované indikatory k monitoringu pohybové aktivity, které sloužily k vypracování citované publikace „Factsheets on health-enhancing physical activity in the 28 European Union member states of the European Region“, jsou jedním z kroků k realizaci doporučení Rady EU k podpoře fyzické aktivity pro zlepšení zdraví lidí.

Publikace je dostupná z <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/physical-activity/country-work/factsheets-on-health-enhancing-physical-activity-in-the-28-eu-member-states-of-the-who-european-region>

MUDr. Marie Nejedlá
National Physical Activity Focal Point
Centrum podpory zdraví, SZÚ Praha