

MEZINÁRODNÍ STRATEGIE BOJE S DĚTSKOU OBEZITOU A INICIATIVA ŠKOLA ZDRAVÉ VÝŽIVY

Jana FIALOVÁ

Abstrakt: Příspěvek představuje novou iniciativu Světové zdravotnické organizace (WHO) Škola zdravé výživy (Nutrition-Friendly School Initiative, NFSI) a zasazuje ji do kontextu již dříve zahájených intervenčních programů. Celosvětově se zvyšující výskyt onemocnění, která souvisejí s výživou a životním stylem, vede v posledních letech WHO k aktivitám podporujícím zdraví už od raného dětského věku. WHO vychází z předpokladu, že díky kvalitní, systematické a konzistentní výuce ve školách a úzké spolupráci s rodinou lze dosáhnout dlouhodobě zakotvených návyků zdravého životního stylu. Počátkem roku proto představila WHO nový program Škola zdravé výživy, který principiálně vychází z již dříve zavedených a v mnoha zemích osvědčených programů, ideově především z iniciativy Školy podporující zdraví (Health Promoting Schools), metodicky z iniciativy podporující zdravou výživu od narození, tedy kojení (Baby-friendly Hospital Initiative) a bezprostředně na ně navazuje. Cílem programu Škola zdravé výživy je vytvořit zázemí pro všechny aktivity podporující zdravý životní styl se zvláštním zřetelem na výživu a dostatečný pohyb dětí, a s důrazem na komunitní spolupráci. Právě aktivní zapojení širokého okruhu zainteresovaných aktérů (stakeholders), komplexní chápání problémů výživy jako součásti zdravého životního stylu, akreditace a pravidelné evaluace škol by měly být předností tohoto programu a zajistit jeho vysokou účinnost.

Klíčová slova: výživa dětí, aktivity podporující zdraví, škola, rodina a prostředí, intervenční programy WHO, škola zdravé výživy (NFSI)

1. Úvod: Teoretická východiska a důvody vzniku nové iniciativy

V mnoha zemích se v dnešní době setkáváme s dvojitým problémem v oblasti výživy: na jedné straně s podvýživou, na straně druhé s narůstající obezitou a to nejen u dospělé populace, ale ve stále větší míře i u dětí. S oběma problémy navíc často souvisí nedostatek mikronutrientů, proto tato situace bývá označována jako dvojitá zátěž (double-burden). Tohoto vývoje nejsou ušetřeny ani nejvyspělejší státy. Na základě mnoha vědeckých výzkumů je již známo, že tzv. neinfekční choroby, mezi něž můžeme

z určitého hlediska řadit i obezitu a jejichž výskyt poslední dobou dramaticky stoupá, úzce souvisejí jak se samotnou výživou, tak s celkovým životním stylem.

Výživové návyky a základní obrysy životního stylu se utvářejí hlavně v dětství. Největší vliv má zajisté rodina, ale v době, kdy se velká část rodin rozpadá nebo neplní svoje sociální funkce, zastupuje v mnoha ohledech rodinu alespoň částečně škola. V takové situaci má škola nelehký úkol, aby se při současném zachování autonomního výchovného působení těch rodin, které fungují, zároveň snažila pozitivně působit skrze spolupráci s rodiči i v těch případech, kdy rodiny nejsou úplné nebo vykazují funkční nedostatky. Mimo těchto sociálních vlivů se ale na utváření nutričních zvyklostí podílejí další okolnosti a faktory, jako je smyslové vnímání chutí, vůní a barev, kulturní zvyklosti, ale ve velké míře (u dětí obzvlášť) i vnější podněty, jako jsou např. reklama a marketing potravin.

Nedostatečné znalosti a kompetence a špatné či neúplné informace v této oblasti jsou hlavními důvody, proč se mnohé mezinárodní organizace snaží působit v oblasti zdraví a výchovy ke zdravému životnímu stylu. Všechna zde zmíněná fakta jsou i příčinou toho, proč byla Světovou zdravotnickou organizací (WHO) zformulována iniciativa Nutrition-Friendly School Initiative (NFSI), pro české prostředí nazvaná Škola zdravé výživy.

2. Iniciativa *Škola zdravé výživy (NFSI)* a návaznost na související projekty

Škola zdravé výživy (NFSI) je nový intervenční preventivní program WHO zaměřený především na rozvoj zdravého školního prostředí ve všech aspektech, přičemž klade důraz zejména na zdravou výživu a zdravý životní styl. Zdůrazňuje význam komunitních prvků pro úspěšnost a dlouhodobou funkčnost programu, k zajištění kvality a efektivity používá standardizovaný akreditačně-evaluační systém.

Návaznost iniciativy a možnosti jejího propojení s jinými iniciativami a programy jsou široké. Vzhledem k tomu, že jde o celosvětově působící program, navazuje v jednotlivých regionech vždy na místně již rozpracované programy. Mezi ně patří především The FRESH Initiative (Focusing Resources on Effective School Health), na které se podílí vedle WHO také UNESCO, UNICEF, Světová banka a další partneři, program Child-Friendly Schools (UNICEF), dále program School Food and Nutrition Education Programme (FAO) a v Evropě zavedená a osvědčená iniciativa Health Promoting School (HPS), v České republice známá pod názvem Škola podporující zdraví nebo (zjednodušeně) Zdravá škola. Poslední důležitou iniciativou, kterou je třeba zmínit, je Baby-Friendly Hospital Initiative (BFHI). Přestože tento program přímo nezasahuje jako cílovou skupinu školní děti, WHO pro svoji novou iniciativu použila jeho úspěšnou metodiku spočívající především v naplňování zadaných jasně definovaných kritérií a rozvinutý akreditačně-evaluační systém.

Z již zmíněných iniciativ má v našich podmínkách pro NFSI zvláštní význam iniciativa HPS, protože v Evropě by na ni měla NFSI přímo navazovat a protože obě mají společné oblasti působnosti. Jsou cílené na školní prostředí, obě sdílí úsilí o zlepšení zdraví nejen dětí, ale také širší komunity, obě kladou důraz na dlouhodobý efekt.

Oba programy mohou fungovat samostatně, ale jejich přínos se pravděpodobně zvýší při současné nebo navazující implementaci.

Iniciativa Škola podporující zdraví (HPS) má v České republice podporu státních orgánů a to se odráží i ve skutečnosti, že je doporučována k implementaci ve vládním dokumentu Dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR – Zdraví pro všechny v 21. století. WHO předpokládá, že právě z důvodů logické a žádoucí návaznosti NFSI na HPS přijmou vlády nebo jimi pověřené státní orgány také tuto novou iniciativu mezi své priority.

3. Cíle a úkoly iniciativy NFSI

Hlavním cílem iniciativy NFSI je vytvořit rámec a možnosti pro další (i dílčí) intervenční preventivní programy a pokud možno v návaznosti na stávající a fungující iniciativy (HPS) zlepšit školní prostředí s ohledem na zdravý vývoj dětí, zlepšit významně kvalitu výuky ke zdraví tak, aby děti získaly během školní docházky především schopnosti samostatného rozhodování, vědomí osobní zodpovědnosti za vlastní zdraví a tzv. klíčové kompetence v oblasti zdraví, zdravé výživy a zdravého životního stylu.

Dalším cílem a současně nástrojem realizace iniciativy NFSI je vytvořit prostor ke spolupráci se všemi klíčovými partnery (stakeholders), a to nejen s rodiči, ale i se širší rodinou, okolní komunitou, zřizovateli škol a také s odborníky z oborů zabývajících se zdravím a zdravou výživou. Formálním, ale důležitým cílem je v neposlední řadě umožnit školám akreditovat se jako Škola zdravé výživy (Nutrition-Friendly School). Tato akreditace není jen stvrzením úspěšné realizace programu, ale současně má sloužit tomu, aby veřejnost a rodiče vybírající školu pro své děti měli možnost zhodnotit a srovnat cíle a priority jednotlivých škol i v této oblasti.

4. Základní kritéria NFSI

Iniciativa BFHI, jejíž metodika je uplatněna v NFSI, je zaměřena na vytvoření přátelského prostředí na novorozeneckých odděleních prostřednictvím naplnění 11 základních kritérií. Podobně pro NFSI bylo zformulováno 22 základních kritérií, jejichž požadavky musí škola, která se chce akreditovat jako Škola zdravé výživy, splnit. Kritéria jsou rozdělena do pěti oblastí (I.-V.):

I. Oblast psané politiky:

1. Škola musí mít písemně zpracovanou strategii vypracovanou podle (následujících) požadavků NFSI, zahrnutou nejlépe do ŠVP.

II. Oblast kontaktů a spolupráce s veřejností:

2. Škola by měla informovat veřejnost o tom, že se hodlá zapojit do programu NFSI, případně o tom vyvolat diskusi, a během implementace pak pravidelně sdělovat veřejnosti informace týkající se NFSI.

3. Organizovat nebo spoluorganizovat, případně podporovat jiným způsobem aktivity pro zdraví určené pro rodiny i širší veřejnost.
4. Zajistit vzdělání pracovníků školy v oblasti výživy a zdravého životního stylu formou kurzů, školení, apod.

III. Oblast obsahu školního kurikula ve smyslu podpory zdravé výživy a zdravého životního stylu:

5. Součástí výuky by měla být ve všech věkových skupinách jedna lekce týdně buď přímo vyhrazená nutričnímu vzdělávání nebo integrovaná v jiných předmětech.
6. V rámci povinné výuky by měla být minimálně jedna lekce týdně věnována tělesným aktivitám.
7. Ročně by měla být zajištěna realizace pěti lekcí zaměřených na zdravý životní styl (vč. sexuální výchovy, protidrogové výchovy, aj.).
8. Pravidelně, optimálně jednou ročně by měla proběhnout kontrola a případně revize kurikula s ohledem na naplňování záměrů NFSI.

IV. Oblast tvorby školního prostředí podporujícího zdravý vývoj dětí:

9. Škola a její zaměstnanci mají aktivně podporovat zdravé nápoje a potraviny všude tam, kde mají zodpovědnost a umožněný přístup, tj. ve školním stravování, snack barech, kantýnách a dalších prodejních místech v prostorách školy.
10. Škola má pozitivně prezentovat zdravou výživu a aktivní životní styl na kontaktních a informačních místech školy.
11. V prostorách školy i jejího okolí by nemělo být umožněno působení reklamy na sladké, tučné a výživově chudé potraviny a nápoje.
12. Má být zajištěn kapacitně dostatečný, čistý a udržovaný prostor pro stravování dětí.
13. Má být zajištěn hygienicky odpovídající provoz kuchyně v případě, že ji škola má.
14. Dětem i zaměstnancům má být zajištěn přístup k nezávadné pitné vodě.
15. Správné hygienické a zdravotní návyky dětí by měly být podporovány výchovou, příkladem dospělých i vybaveností školy.
16. Má být zajištěno splnění hygienických požadavků na sociální zařízení.
17. Má být vytvořeno odpovídající vnitřní, případně venkovní sportoviště pro tělesnou výchovu a umožnit jejich využívání dětmi i mimo vyučování, např. během přestávek a po vyučování.
18. Škola má účinně bojovat proti šikaně, diskriminaci a násilí ve škole, nevyhýbat se řešení těchto problémů a zprostředkovat pomoc v případě potřeby.
19. Důležitá je akceptace role školy a jejích pracovníků jako pozitivních vzorů ve výchově jim svěřených dětí.

V. Oblast podpůrných zdravotních služeb:

20. Pravidelné sledování růstu a vývoje dětí (to je v našich podmínkách a našem legislativním systému neprosaditelné, ale tuto funkci plní spolehlivě dětská praktická lékařská).

21. Efektivní spolupráce s rodinou zejména v případech, kdy má dítě problémy s nadváhou, případně s PPP (poruchy příjmu potravy).
22. Naplnění funkce školy jako prostředníka pro zprostředkování kontaktů na odborníky v případě zdravotních problémů dětí (pedagogicko-psychologické poradenství, poradenství v oblasti stravování, kontakty na praktické a zubní lékaře, apod.).

5. Postup implementace a získání akreditace NFSI

Škola, která bude mít zájem se zapojit do iniciativy NFSI, zformuje pracovní skupinu pro NFSI, ve které by kromě ředitele nebo jím pověřeného zástupce měli být reprezentanti učitelů, neučitelských pracovníků (např. vedoucí školní jídelny), rodičů, zřizovatele školy a odborníků ze sektoru zdravotnictví.

Pracovní skupina na základě autoevaluačního manuálu provede zhodnocení situace ve škole.

Podle výsledků tohoto vlastního hodnocení vytvoří tzv. akční plán, do kterého bude zahrnut návrh, jakým způsobem bude na konkrétní škole dosahováno kritérií NFSI, a časový rozvrh jejich plnění. Výsledky sebehodnocení i akční plán zašle škola Národní radě NFSI, která by měla být ustanovena vládními orgány (v případě České republiky nejspíše ministerstvem školství nebo zdravotnictví).

Potom bude následovat období samotné implementace NFSI, kdy se škola bude snažit dostat všem požadavkům NFSI ve všech kritériích podle stanoveného harmonogramu. Až se škole podaří kritéria NFSI naplnit, provede druhé sebehodnocení a jeho výsledky opět zašle Národní radě pro NFSI spolu se žádostí o akreditaci. Posléze bude následovat externí hodnocení, po jehož případném kladném výsledku bude informován Mezinárodní koordinační tým NFSI a škola bude moci být akreditována jako Škola zdravé výživy. Opakované evaluace budou prováděny v pravidelných, zřejmě dvouletých intervalech od získání akreditace.

6. Závěr

K NFSI se již připojily některé země prostřednictvím svých vládních organizací, za všechny je možno zmínit např. USA, Kanadu, Brazílii, Finsko, Dánsko, Irsko, Slovinsko nebo Chorvatsko. V České republice je zatím v jednání ustanovení Národní rady pro NFSI a začlenění programu NFSI mezi priority státních institucí, součástí tohoto procesu je i řešení otázky připojení nebo vytvoření návaznosti na HPS. V současné době připravuje Ústav preventivního lékařství Lékařské fakulty Masarykovy univerzity pilotní zavedení NFSI na několika školách. Výsledky pilotních projektů a získané poznatky mohou odhalit problémy a překážky s ohledem na možnou plošnou implementaci NFSI v ČR. Na základě těchto pilotních studií bude také možno navrhnout úpravy programu pro podmínky ČR a následně zpracovat manuál pro implementaci tak, aby realizace programu také v českém prostředí co nejvíce napomohla rozšíření zdravých stravovacích návyků a zdravého životního stylu mezi dětmi.

INTERNATIONAL STRATEGIES AGAINST CHILDHOOD OBESITY AND NUTRITION-FRIENDLY SCHOOL INITIATIVE

Abstract: This article presents a new initiative from the World Health Organisation (WHO) – the Nutrition-friendly School Initiative (NFSI) – and places it in the context of previous intervention programmes. The globally increasing occurrence of diseases associated with nutrition and lifestyle has led the WHO in recent years towards activities promoting health from early childhood. The WHO proceeds from the assumption that engrained healthy lifestyle habits can be achieved by means of high-quality, systematic and consistent instruction in schools and close co-operation with the family. The WHO presented its new Nutrition-friendly School Initiative programme at the beginning of the year. The programme is based largely on programmes previously introduced and operated successfully in a large number of countries. The programme's ideas are taken largely from the Health Promoting Schools initiative, while its methodology is based closely on its initiative supporting healthy nutrition from birth, i.e. breastfeeding (The Baby-friendly Hospital Initiative). The aim of the Nutrition-friendly School Initiative is to create the right conditions for all activities promoting a healthy lifestyle, with special attention paid to nutrition and sufficient exercise for children, and with an emphasis on community co-operation. The active engagement of a wide range of interested parties (stakeholders), a comprehensive understanding of the problems of nutrition as part of a healthy lifestyle, and the accreditation and regular evaluation of schools should be the great advantages of the programme, ensuring a high level of effectiveness.

Keywords: the nutritional habits of children, activities promoting health, the school, the family and the community, WHO intervention programmes, the Nutrition-friendly School Initiative (NFSI)