

PROČ JE DŮLEŽITÉ ZKOUMAT STRAVOVACÍ CHOVÁNÍ DĚTÍ: VÝSLEDKY ČESKÉ STUDIE

WHY IT IS IMPORTANT TO STUDY CHILDREN'S EATING BEHAVIOUR: RESULTS OF A CZECH STUDY

Dana Hübelová¹ , Beatrice-Elena Chromková Manea¹ , Leona Mužíková² ,
Veronika Suchodolová², Lenka Hromková³ , Jiří Čeněk¹ , Anna Svozilová¹

¹ Ústav sociálních studií, Fakulta regionálního rozvoje a mezinárodních studií, Mendelova univerzita v Brně, Zemědělská 1, 613 00 Brno

² Ústav veřejného zdraví, Lékařská fakulta, Masarykova univerzita, Kamenice 735/5, 625 00 Brno

³ Ústav regionálního rozvoje, Fakulta regionálního rozvoje a mezinárodních studií, Mendelova univerzita v Brně, Zemědělská 1, 613 00 Brno

Abstrakt

Výskyt nadváhy a obezity celosvětově roste jak v dospělé populaci, tak u dětí a adolescentů, což může mít závažné zdravotní důsledky. Jedním z klíčových faktorů v prevenci nadváhy je adekvátní příjem potravy. Cílem této studie je vyhodnotit faktory stravovacího chování dětí a adolescentů, zejména aspekty omezení ve stravování, emoční jedení a vlivy externích faktorů. Pro měření těchto aspektů byl použit dotazník DEBQ-C (Dutch Eating Behaviour Questionnaire for Children), který obsahuje 21 otázek s pětibodovou škálou odpovědí: „nikdy“, „výjimečně“, „někdy“, „často“ a „velmi často“. Data byla hodnocena popisnou statistikou a komparativní metodou. Výzkumný vzorek tvořilo 98 participantů ve věku 11–17 let, z toho 53 dětí (23 chlapců a 30 dívek) z Dětské léčebny ve Křetině (experimentální skupina s obezitou nebo nadváhou) a 45 dětí (20 chlapců a 25 dívek) z Dětské léčebny v Ostrově u Macochy (kontrolní skupina s normální hmotností). U dětí s nadváhou a obezitou převažoval výskyt omezení ve stravování, vyšší citlivost na negativní emoce (smutek, starosti, rozrušení) a chuť na jídlo v přítomnosti externích podnětů, jako je konzumace jídla ostatními nebo procházení kolem fastfoodů. Z výsledků vyplývá, že intervence zaměřené na zlepšení stravovacích návyků by měly zahrnovat nejen podporu zdravé stravy, ale také rozvoj emoční regulace a zvládání vnějších podnětů.

Klíčová slova: zdraví, nadváha, obezita, stravovací chování, emoční a externí faktory

Abstract

The prevalence of overweight and obesity is increasing globally in both the adult population and in children and adolescents, with potentially serious health consequences. One of the key factors in preventing overweight is adequate food intake. The aim of this study is to evaluate the determinants of eating behaviour in children and adolescents, particularly the aspects of dietary restriction, emotional eating and the effects of external factors. To measure these aspects, the DEBQ-C (Dutch Eating Behaviour Questionnaire for Children) was used, which contains 21 questions evaluated with a five-point scale: „never“, „rarely“, „sometimes“, „often“ and „very often“. Data were analysed by use of descriptive statistics and comparative methods. The research sample consisted of 98 participants aged 11–17 years, including 53 children (23 boys and 30 girls) from the Children's Hospital in Kretin (experimental group with obesity or overweight) and 45 children (20 boys and 25 girls) from the Children's Hospital in Ostrov u Macocha (control group with normal weight). Overweight and obese children showed a prevalence of

dietary restriction, higher sensitivity to negative emotions (sadness, worry, upset) and craving for food in the presence of external stimuli such as eating by others or walking past fast food restaurants. The results suggest that interventions aimed at improving eating habits should include not only promoting healthy eating but also developing emotional regulation and coping with external stimuli.

Keywords: health, overweight, obesity, eating behavior, emotional and external factors

Úvod

V posledních desetiletích se výskyt nadváhy a obezity významně zvýšil. V České republice má vyšší než normální tělesnou hmotnost více jak 60 % dospělé populace (SZÚ, 2024), stoupá i počet dětí s nadváhou či obezitou. V roce 2021 mělo vyšší než normální tělesnou hmotnost 26 % dětské populace ve věkové kategorii 5–17 let, přitom v roce 1991 to bylo 10 % (Boženský *et al.*, 2022). Nadváha nebo obezita může mít vážné zdravotní následky, zvyšuje riziko kardiovaskulárních nemocí, diabetu 2. typu, nádorových onemocnění, kloubních potíží, poruch spánku, depresí a mnoha dalších. Jedním ze zásadních faktorů při rozvoji a prevenci nadváhy je adekvátní řízení příjmu potravy. Takové řízení příjmu potravy představuje složitý proces zahrnující vědomá i nevědomá rozhodnutí o tom, kdy začít a co jíst, jaké množství konzumovat a kdy přestat jíst. Nedostatečná regulace příjmu potravy hraje důležitou roli ve vývoji nadváhy a obezity, je pod vlivem vnitřního systému kontroly chuti k jídlu a vnějších podnětů prostředí. Zejména v prostředí, kde je potrava nadměrně dostupná, se ukazuje, že vnější podněty potlačují a ovlivňují signály vlastního těla. Tím vznikají vážné problémy s přesnou regulací příjmu potravy (Bilman *et al.*, 2017).

Zabývat se studiem stravovacích návyků a chování dětí ve vztahu k emočním a externím aspektům a ukazatelům omezení stravování je zásadní i v kontextu udržitelného rozvoje regionů a společnosti a kvality fyzického i psychického zdraví. Stravovací návyky a chování dětí jsou nejen otázkou individuálního zdraví, ale i společenské prosperity a udržitelného rozvoje. Význam tohoto tématu lze shrnout do několika klíčových oblastí:

- Zdraví a prevence nemocí – stravovací chování má přímý vliv na fyzické zdraví dětí, zejména v prevenci obezity, diabetu a kardiovaskulárních onemocnění. Děti, které se v raném věku nenaučí zvládat své emoce prostřednictvím jídla, jsou náchylnější k rozvoji těchto nemocí v dospělosti. Zdravé stravovací návyky mohou snižovat náklady na zdravotní péči v budoucnosti a přispívat k udržitelnosti zdravotních systémů (Lee *et al.*, 2023).
- Psychické zdraví a spokojenost – nežádoucí stravovací návyky, zejména emoční jedení a omezení stravování, mohou být spojené s psychickými problémy, jako je úzkost, deprese a nízké sebevědomí. Podpora „zdravého vztahu“ k jídlu už od dětství zlepšuje psychické zdraví, což má přímý vliv na celkovou kvalitu života a osobní spokojenost dětí (Puccio *et al.*, 2017).

- Vzdělání a budoucí pracovní síla – stravovací chování ovlivňuje kognitivní funkce a schopnost soustředění. Nevhodná strava může vést ke zhoršení školních výsledků, zatímco zdraví prospěšná strava podporuje mentální výkonnost (Benton, 2021). To je klíčové také pro rozvoj budoucí kvalifikované pracovní síly.
- Sociální a regionální udržitelný rozvoj – výchova ke zdraví prospěšnému stravování v dětství má dlouhodobý dopad na chování v dospělosti. To přispívá mj. k vytvoření kultury „udržitelné výživy“. Zdraví prospěšné návyky mají potenciál snížit dopady na životní prostředí, například snížením plýtvání potravinami nebo nižší spotřebou zdrojů při výrobě potravin, což je klíčové pro udržitelnost regionů (Christie, Waller, 2023).
- Prevence sociálních a zdravotních nerovností – intervence zaměřené na zlepšení stravovacích návyků dětí mohou pomoci snižovat sociální a zdravotní nerovnosti. Děti z nízkopříjmových rodin jsou často vystaveny většímu riziku rozvoje nevhodných stravovacích návyků a vyšší míře onemocnění. Podpora zdraví prospěšných stravovacích vzorců přispívá k větší rovnosti a spravedlivějšímu přístupu ke kvalitnímu zdraví (Díaz *et al.*, 2022).

Prezentovaný výzkum rizikových faktorů stravovacích návyků u dětí se zaměřuje na tři klíčová hlediska:

- a) aspekty omezení ve stravování;
- b) emoční a
- c) externí faktory.

Omezení konzumace stravy se týká vědomé kontroly příjmu potravy, často způsobeného tlakem na tělesný vzhled. Emoční stravování zahrnuje reakce především na negativní emoce, jako je stres, smutek nebo úzkost, které mohou vést k nadměrné konzumaci jídla. Externí stravování reaguje na vnější podněty, například obecně na jakoukoliv přítomnost jídla, ale také na vůni nebo vizuální podobu jídla, což může způsobit tzv. impulzivní jedení. Prezentovaný výzkum vychází ze studie DEBQ-C (*Dutch Eating Behavior Questionnaire for Children*; Vardle *et al.*, 2001) a pomáhá identifikovat rizikové faktory vzniku poruch příjmu potravy a rozvíjet preventivní intervence v českém prostředí.

Teoretická východiska

Výzkum stravovacích návyků a chování dětí ve vztahu k emočnímu, externímu a omezovacímu stravování se zaměřuje na aspekty, které souvisejí

buď s přejídáním, nebo s případnou regulací tělesné hmotnosti (Costa, Oliveira, 2023). Klíčovým nástrojem pro měření těchto aspektů je dotazník DEBQ-C (*Dutch Eating Behavior Questionnaire for Children*), který zkoumá emoční a externí vlivy a faktory omezující stravování (Vardle *et al.*, 2001). Tento dotazník pomáhá odhalit, jak děti reagují na emocionální stavy (např. úzkost, smutek, nuda) a okolní podněty (např. přítomnost jídla, chuť, vůně) prostřednictvím svého stravovacího chování. Uvedený dotazník je adaptací DEBQ (*Dutch Eating Behavior Questionnaire*), který byl původně vyvinut pro dospělé (van Strien *et al.*, 1986).

Omezení stravování jako vědomé a úmyslné omezení příjmu potravy s cílem regulovat tělesnou hmotnost, představuje významný fenomén v oblasti výzkumu stravovacích návyků. Již v raném věku dochází u některých dětí k osvojování omezovacích praktik, a to v důsledku vlivu prostředí, sociálních norem nebo vlastní tělesné nespokojenosti. Výzkumy ukazují, že tento typ stravovacího chování může mít závažné důsledky jak na psychologické, tak i na fyzické zdraví jedince. Dlouhodobé omezení jídla může vést k epizodám přejídání, které je charakterizované ztrátou kontroly nad příjmem potravy a konzumací velkého množství jídla v krátkém čase. Tento jev, nazývaný „cyklus omezení a přejídání“, nastává po období striktního omezení, kdy následuje nekontrolovaná konzumace jídla, což může vést k frustraci, selhání a ztrátě sebedůvěry (Polivy, Herman, 2020). Cykličnost mezi omezením a přejídáním může paradoxně přispět k rozvoji nadváhy a obezity, což je opačný výsledek původního záměru kontroly hmotnosti prostřednictvím restriktce (Mantzios *et al.*, 2021). Omezení stravování je rovněž spojováno s negativními psychologickými důsledky, jako je zvýšená úzkost, deprese a trvalý pocit nespokojenosti se svým tělem (Tan, Chow, 2019). U dětí a adolescentů může tento typ stravování zvýšit riziko rozvoje poruch příjmu potravy, jako je anorexie nebo bulimie (McLean *et al.*, 2022).

Emoční jedení (emoční puzení/nutkání/nutkání k jídlu, přejídání bez ohledu na sytost a v reakci na emoční stavy) se obvykle vyvíjí v dětství, přetrvává do dospělosti a je mnohdy spojené s rozvojem obezity. Původ emočního jedení zůstává nejasný, ale často se na něm podílí chování rodičů (např. kontrola stravovacích praktik a modelování; Herle *et al.*, 2017) a vlastnosti dítěte (např. temperament; Stone *et al.*, 2022). Emoční jedení dětí se v prvotních fázích života týká situací, kdy rodiče dávají svým dětem jídlo jako reakci na jejich emoce. To zahrnuje několik aspektů:

- utěšování, kdy rodiče mohou dávat dětem jídlo, aby je potěšili, když jsou smutné nebo naštvané (např. dítě spadne a ublíží si, může dostat sladkost, aby se cítilo lépe;
- odměna, kdy může být jídlo používáno jako odměna za dobré chování nebo úspěch (např. rodiče mohou slibovat zákusek, pokud dítě splní úkol nebo se dobře chová);

- sociální interakce, kdy rodiče mohou sdílet jídlo jako způsob, jak posílit emocionální spojení s dětmi (např. při rodinných oslavách, kde je jídlo součástí zábavy a
- vyhýbání se problémům, kdy mohou rodiče použít jídlo, aby odvrátili pozornost dětí od negativních emocí nebo stresových situací, čímž jim poskytují dočasnou útechu (Trevino *et al.*, 2021; Noh, Riu, 2020).

Externí puzení/nutkání k jídlu (externí stravovací signály) představuje situace, kdy jednotlivci jedí na základě vnějších podnětů, nikoli podle vnitřních signálů hladu nebo sytosti. Externí stravování jako forma stravování je spojována s nárůstem nevhodných stravovacích návyků a vyšší pravděpodobností obezity. Studie odhalily, že děti, které reagují na externí podněty, mají tendenci jíst více potravin s vysokým obsahem energie, což může vést k nárůstu hmotnosti. Takové pojetí jedení zahrnuje:

- vizuální podněty a stimulace, kdy děti vidí jídlo, které se jim líbí, a cítí potřebu ho sníst, i když nejsou hladové;
- sociální vlivy, které mohou představovat tlak ze strany ostatních (např. ostatní se stravují nebo konzumují jídlo z fastfoodu);
- vizuální podněty, kdy děti vidí jídlo (např. sladkosti nebo oblíbené občerstvení) a v reakci na to dají přednost jedení před jinou aktivitou
- reklamy a marketing, kdy jsou děti silně ovlivněny potravinovými reklamami a marketingem, což může vést k touze po nezdravých potravinách (Lindsay, Wallington, 2020; Gordon, Fulkerson, 2015).

Cíl výzkumu, metodika a použité metody

Cílem prezentovaného výzkumu je vyhodnotit faktory stravovacího chování dětí a adolescentů. Dílčí cíle pak detailněji specifikují stravovací chování:

Vyhodnotit

- aspekty omezení ve stravování;
- emoční faktory a
- externí faktory stravovacího chování.

Definované výzkumné otázky specifikují uvedené cíle: Existuje rozdíl stravovacího chování mezi dětmi a adolescenty s nadváhou a obezitou oproti dětem a adolescentům s normální hmotností? Existuje rozdíl mezi těmito dětmi v jednotlivých tématech stravovacího chování, tj. v:

- omezení stravování;
- emočních faktorech a
- externích faktorech?

Prezentované výsledky výzkumu jsou součástí rozsáhlejšího zkoumání vztahu dětí a adolescentů ke stravování s využitím systému eye-tracking a dotazování rodičů na témata zdraví a životního stylu dětí. Při dotazování rodičů dětských pacientů byl použitý modifikovaný dotazník z původní

Tab. I: Dotazník DEBQ-C česká varianta

Omezení stravování
Hlídáš si, co přesně jíš?
Jíš schválně jídlo, které ti pomáhá hubnout?
Když se jeden den přejiš, jíš druhý den méně než obvykle?
Jíš schválně méně, abys nepřibral/a?
Zkoušel/a jsi nejíst mezi jídly, abys zhubl/a?
Zkoušel/a jsi nejíst po večeři, abys zhubl/a?
Myslíš někdy při jídle na to, zda se po něm tloustne nebo hubne?
Emoční puzení/nutkání k jídlu
Máš chuť jíst, když jsi smutný/á?
Máš chuť jíst, když se cítíš osaměle?
Máš chuť jíst, když máš starosti?
Máš chuť jíst, když se ti věci nedaří?
Máš chuť jíst, když jsi rozrušený/á?
Máš chuť jíst, když máš strach?
Máš chuť jíst, když tě něco mrzí?
Máš chuť jíst, když se nudíš?*
Externí puzení/nutkání k jídlu
Máš chuť jíst, kdykoliv vidíš nebo cítíš dobré jídlo?
Máš chuť jíst, když jdeš okolo cukrárny nebo regálu se sladkostmi?
Máš chuť jíst, když vidíš, jak ostatní jedí?
Je pro tebe těžké vyhýbat se jídlu, které máš rád?
Máš chuť jíst, když jdeš okolo fastfoodu nebo stánku s občerstvením?
Když někdo připravuje jídlo, dostaneš chuť jíst?

* na základě literární rešerše byla otázka na „jeden z nudy“ doplněna jako nová otázka pro českou variantu
Zdroj: vlastní zpracování a modifikace podle DEBQ-C, Vardle *et al.* (2001)

studie Zdraví dětí 2016 (Kratěnová *et al.*, 2019). Eye-trackingové metody jsou metody využívající snímání pohybů očí během prezentace podnětů na obrazovce počítače.

Výzkumný vzorek je tvořený 53 participanty (z toho 23 chlapců a 30 dívek) z Dětské léčebny ve Křetíně (experimentální skupina dětí s obezitou nebo nadváhou) a 45 participanty (z toho 20 chlapců a 25 dívek) z Dětské léčebny v Ostrově u Macochy (kontrolní skupina dětí s normální hmotností). Participanty jsou ve věku 11–17 let, kdy je konkrétní věk vždy poměrně rovnoměrně zastoupený. Sběr dat probíhal v měsících červenec až září 2024, a to ve dvou turnusech v obou léčebnách, které jsou čtyřtýdenní. Participanty byli dotazováni vždy ve stejném denním čase mezi 10–11 hodinou. Tento čas byl zvolený záměrně v době po svačině, aby byli všichni participanty shodně sytí. Dotazování

participantů probíhalo na tabletu za přítomnosti výzkumníka. Pro hodnocení výsledků je použita metoda popisné statistiky a komparativní metoda srovnávací odpovědi respondentů z léčebny Křetín (obézní děti a děti s nadváhou) a z léčebny Ostrov u Macochy (dětí s normální hmotností).

Dotazník DEBQ-C je přeložený z anglického originálu do češtiny metodou zpětného překladu, aby byla zajištěna ekvivalence významu jednotlivých položek. Proces překladu zahrnoval tři kola odborné diskuse zaměřené na identifikaci a přesnou formulaci termínů, které nejsou v češtině běžně užívané. Tato diskuse probíhala mezi odborníky v dané oblasti s cílem zajistit srozumitelnost a adekvátnost překladu, a to jak z hlediska jazykového, tak kulturního. Důraz byl kladen na zachování původního významu dotazníku a jeho aplikovatelnosti v českém kontextu (Tab. I). Frekvence jevů v odpovědích na jednotlivé otázky byla stanovena pomocí běžně používané pětibodové škály (Likertova škála) s možnostmi: „nikdy“, „výjimečně“, „někdy“, „často“ a „velmi často“.

Výsledky výzkumu

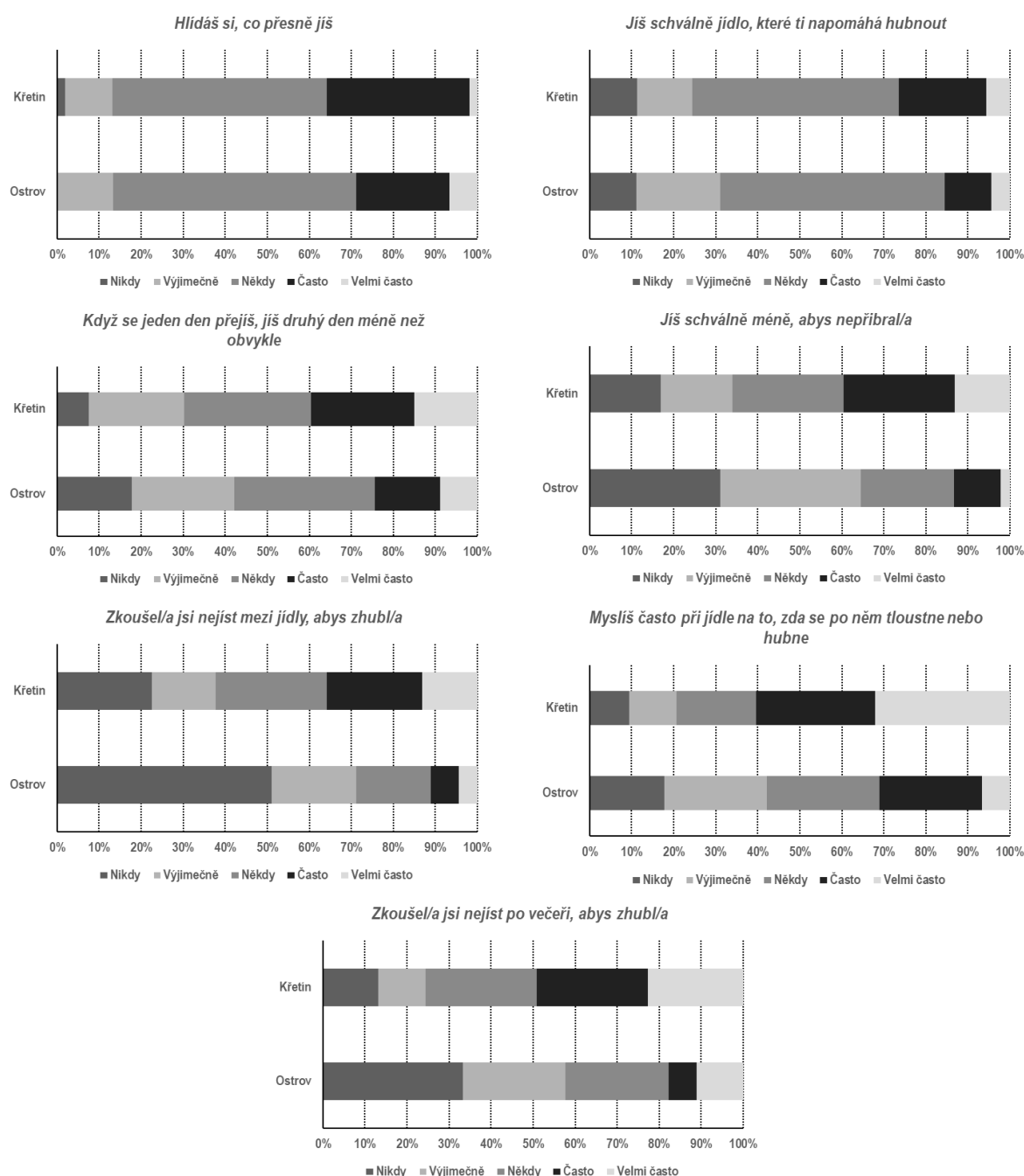
Prezentace odpovědí participantů je koncipovaná jako srovnání dětských pacientů s nadváhou nebo obezitou (léčebna Křetín) a pacientů s normální hmotností (léčebna Ostrov u Macochy). Odpovědi jsou rozdělené podle témat dotazníku DEBQ-C do tří výše uvedených témat stravovacího chování:

- aspekty omezení ve stravování;
- emoční faktory a
- externí faktory stravovacího chování.

Hodnocení se zaměřuje především na podíly odpovědí „často“ a „velmi často“.

a) Při srovnání odpovědí ve vztahu k aspektům omezení ve stravování formulovaných otázkami 1–7 (Tab. I) je jednoznačné, že u participantů vykazujících problémy s hmotností (léčebna Křetín) se výrazněji projevuje vliv omezení stravování. Týká se to jak kontroly množství jídla, tak vyšší pravděpodobnosti výskytu omezovacích praktik a podvědomé snahy o (sebe)kontrolu. Ve všech případech se u těchto participantů ukazuje vyšší míra kontroly, tj. zastoupení odpovědí „často“ a „velmi často“. V léčebně Křetín si hlídá více než 35 % participantů přesně, co jí, téměř 28 % z nich jí schválně jídlo, které pomáhá hubnout, 40 % jí méně druhý den potom, co se přejedlo a stejný podíl jí schválně méně, aby nepřibralo, více než 35 % zkouší nejíst mezi jídly, téměř 50 % zkouší nejíst po večeři a více než 60 % z těchto dětských pacientů při jídle myslí na to, jestli mu ovlivní tělesnou hmotnost (Obr. 1).

b) Srovnání odpovědí souvisejících s emočním chováním, resp. emočním puzením/nutkáním k jídlu již nepřináší tak jednoznačné výsledky (otázky 8–15; Tab. I) ukazuje, že větší podíl

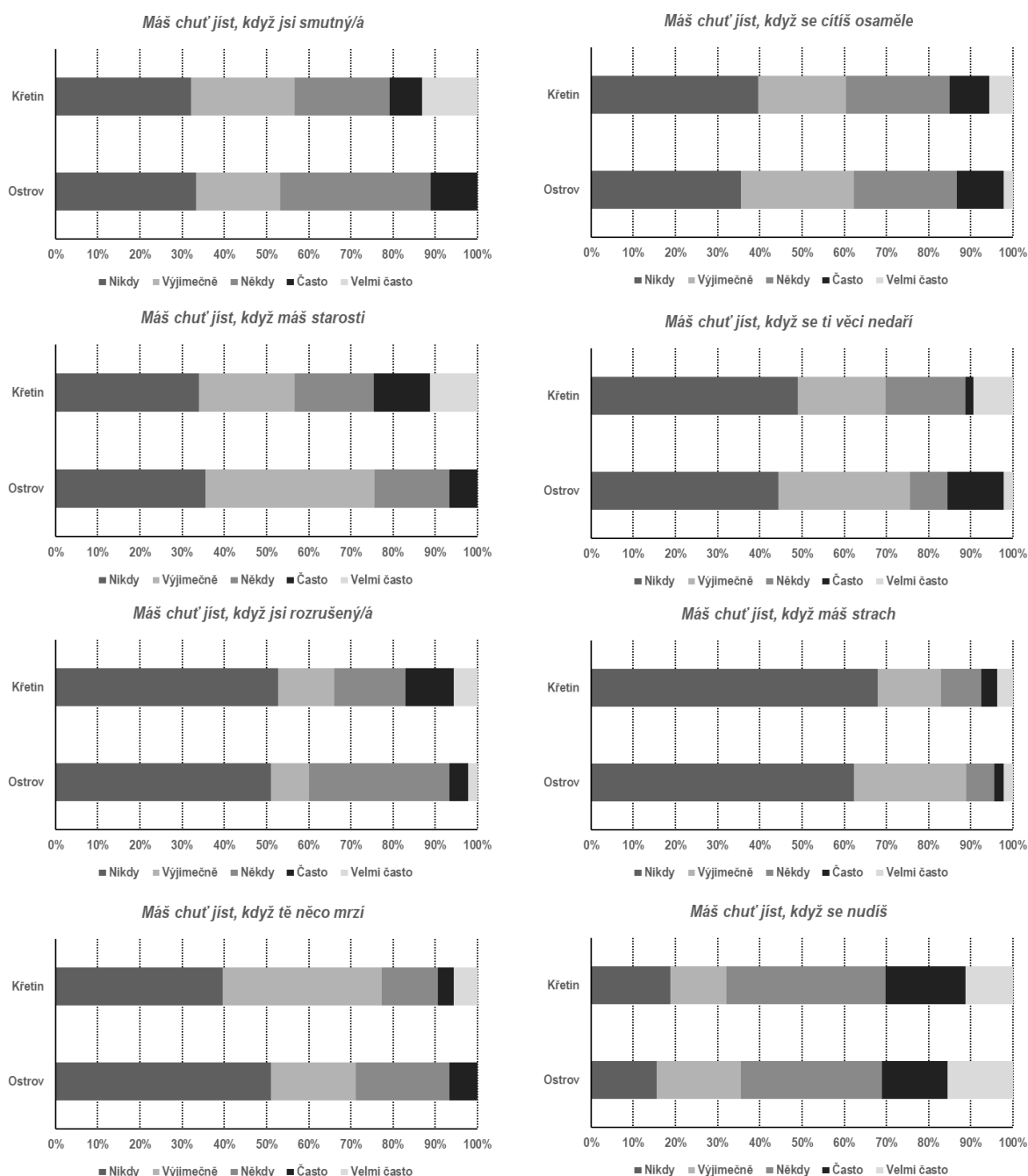


Obr. 1: Srovnání odpovědí v oblasti omezení stravování (Křetín N = 53; Ostrov N = 45)
Zdroj: vlastní výzkum (2024)

participantů s nadváhou nebo obezitou (léčebna Křetín) vykazuje nutkání k jídlu v případě pocitů smutku (přes 20 %), starosti (25 %), rozrušení (18 %), a pokud je něco mrzí (téměř 10 %; vždy hodnocené výběrem možností „často“ a „velmi často“). Podobný podíl výběru možností „často“ a „velmi často“ v souvislosti s emočním jedním je u dětí s nadváhou a obezitou i u dětí s normální hmotností je v případě pocitů osamělosti (15 % léčebna Křetín a 12 % léčebna Ostrov u Macochy) a nudy (okolo 30 %). Naopak

větší podíl daných možností u dětí s normální hmotností (léčebna Ostrov u Macochy) je v případě pocitů neúspěchu („...když se ti něco nedaří“), a to 15 %, zatím to u dětí s nadváhou a obezitou je to 10 % (léčebna Křetín; Obr. 2).

c) Při komparaci odpovědí v kontextu externího chování, resp. externím puzeáním/nutkáním k jídlu je zřejmé, že existují různé vnější situace, které ovlivňují stravovací chování jiným způsobem u participantů s nadváhou a obezitou (léčebna Křetín) a participantů s normální



Obr. 2: Srovnání odpovědí v oblasti emočního puzení/nutkání k jídlu (Křetin N = 53; Ostrov N = 45)

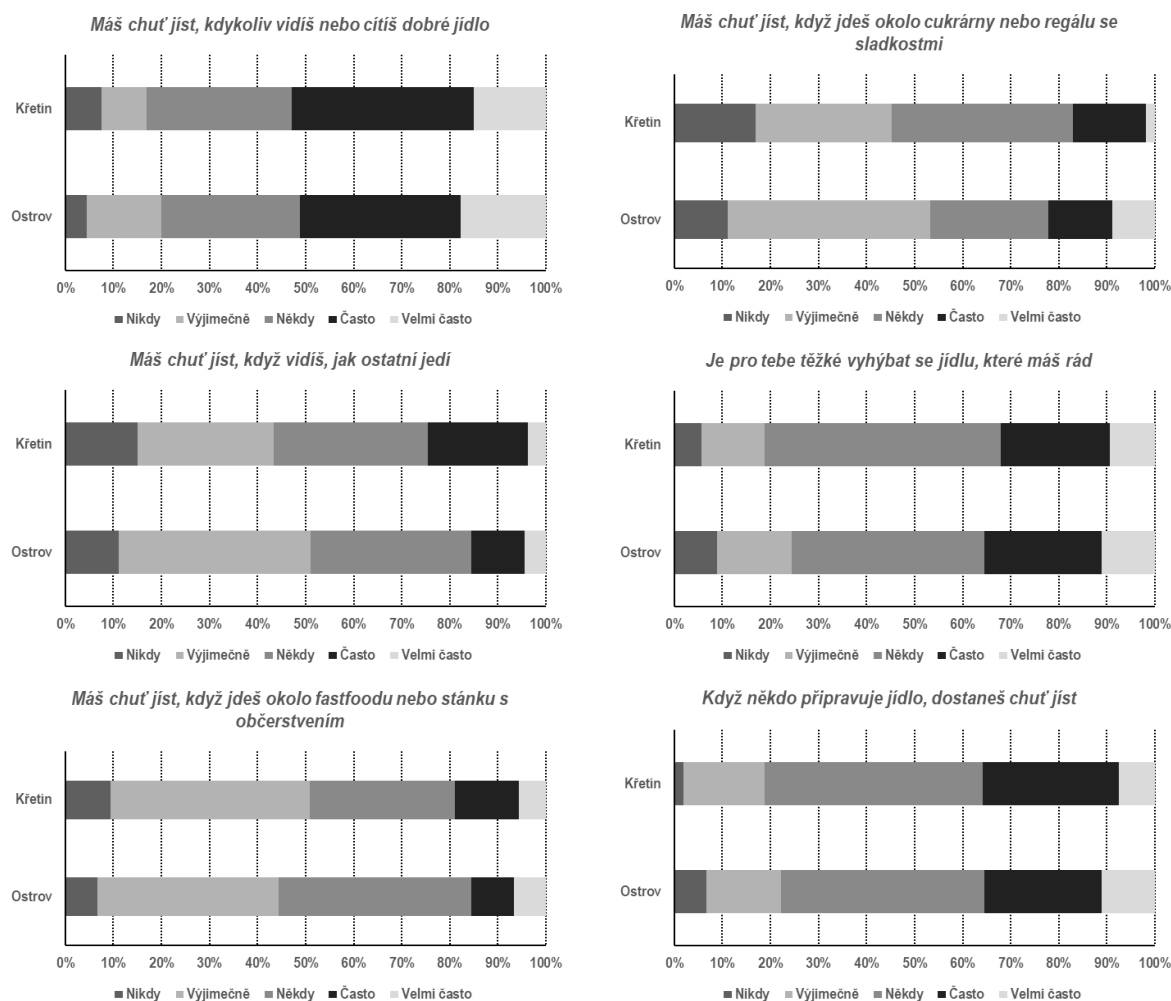
Zdroj: vlastní výzkum (2024)

hmotností (léčebna Ostrov u Macochy; otázky 16–21; Tab. 1). U dětí s nadváhou a obezitou převažuje podíl odpovědí „často“ a „velmi často“ v případě chuti na jídlo, pokud jí ostatní (25 %) a pokud jdou okolo fastfoodu nebo stánku s občerstvením (téměř 20 %). Bez větších rozdílů mezi dětmi s nadváhou a obezitou a dětmi s normální hmotností je u podílů odpovědí „často“ a „velmi často“ podobný u chuti na jídlo, pokud ho vidí nebo cítí (okolo 50 %) a pokud někdo jídlo připravuje (okolo 35 %).

Děti s normální hmotností (léčebna Ostrov u Macochy) vykazují větší chuť jíst, pokud jdou okolo cukrárny nebo regálu se sladkostmi (22 %) a je pro ně těžší se vyhybat jídlu, které mají rády (35 %; Fig. 3).

Shrnutí a diskuze výsledků

Po vyhodnocení faktorů stravovacího chování dětí a adolescentů je možné konstatovat, že existují rozdíly mezi dětmi s nadváhou a obezitou a dětmi



Obr. 3: Srovnání odpovědí v oblasti externího puzení/nutkání k jídlu (Křetín $N = 53$; Ostrov $N = 45$)
Zdroj: vlastní výzkum (2024)

s normální hmotností. Výsledky výzkumu v dětských léčebnách a srovnání odpovědí participantů s nadváhou a obezitou a participantů s normální hmotností ukazuje relativně jednoznačné tendence.

- Omezení ve stravování: u participantů s nadváhou a obezitou, na rozdíl od participantů s normální hmotností, jednoznačně převažuje podíl těch, kteří vykazují různé typy omezení ve stravování.
- Emoční puzení/nutkání k jídlu: participant s nadváhou a obezitou deklarují oproti participantům s normální hmotností větší podíl těch, kteří jsou ovlivnění při konzumaci jídla pocitem smutku, starostí, rozrušení, a pokud je něco mrzí. Obě skupiny v případě emočního puzení/nutkání k jídlu deklarují největší podíl chuti na jídlo v případě nudy, což se týká třetiny všech zkoumaných dětí.
- Externí puzení/nutkání k jídlu: u participantů s nadváhou a obezitou v komparaci s participanty s normální hmotností převažuje podíl těch, kteří mají chuť na jídlo v případě, pokud jedí ostatní

anebo pokud jdou okolo fastfoodu či stánku s občerstvením.

Prezentované výsledky potvrzují řadu závěrů, které byly popsány v již publikovaných odborných studiích. Omezení ve stravování může být často spojené s větším rizikem přejídání a následného přibírání na váze. To naznačuje, že děti, které se snaží omezovat jídlo, mají často problém s dlouhodobou kontrolou hmotnosti (Wardle *et al.*, 2001). Omezování konzumace jídla může paradoxně vést k vyšší spotřebě kalorií při porušení těchto omezení (Ogden, Thomas, 1999). Potvrdilo se, že děti s nadváhou nebo obezitou častěji jedí v reakci na negativní emoce, jako jsou smutek, starosti nebo rozrušení. Tento vzorec dokládá i studie Braet *et al.* (2008). Ta zjistila, že emoční jedení je častější u dětí s nadváhou a obezitou a je spojeno s neschopností regulovat emoce jiným způsobem než prostřednictvím jídla. Emoční nutkání k jídlu u obézních dětí často souvisí s vyšší mírou stresu a úzkostí (van Strien *et al.*, 2013). V naší studii však stojí za zmínku, že děti s normální hmotností také vykazují určitou míru

emočního jedení, zejména při pocitech neúspěchu, což by mohlo naznačovat, že emoční jedení není výlučně problémem dětí s nadváhou, ale může být širším problémem zvládnutí stresu a emocí u dětí. Děti s nadváhou a obezitou častěji vykazují touhu jíst, když ostatní jedí nebo když procházejí kolem

stánku s občerstvením, což potvrzuje i studie Jansen *et al.* (2003), která identifikovala silnější reakci na potravinové stimuly u dětí s nadváhou. Externí faktory, jako je vůně nebo vidění jídla, mohou spouštět konzumaci jídla, i když děti necítí hlad (van Strien, 2018).

Závěr

Príspevek prezentuje úvodní deskriptivní přehled odpovědí dětských pacientů v Jihomoravských léčebnách. Naše výsledky ukazují, že děti s nadváhou nebo obezitou mají tendenci více omezovat své stravování, což může být kontraproduktivní. Emoční jedení je významnější u dětí s nadváhou, ačkoliv i děti s normální hmotností vykazují určitou míru tohoto chování. Externí puzeň k jídlu je problémem obou skupin, i když děti s nadváhou jsou na vnější stimuly citlivější. Na základě těchto zjištění by intervence zaměřené na zlepšení stravovacích návyků měly zahrnovat nejen podporu zdravé stravy, ale i rozvoj emoční regulace a strategie zvládnutí vnějších podnětů. Další plánované analýzy se budou mj. zaměřovat na rozdíly ve stravovacím chování mezi chlapci a dívkami a budou hledat souvislosti se sociálními faktory, přestože jsou si autoři vědomí možného zkreslení výsledků z důvodů menšího výzkumného vzorku.

Zkoumání stravovacího chování dětí je klíčové pro pochopení toho, jak se vyvíjí jejich vztah k jídlu, a jaké faktory mohou ovlivňovat riziko vzniku nadváhy, obezity či dalších zdravotních problémů (např. diabetes, kardiovaskulární onemocnění, poruchy metabolismu). Včasná intervence a identifikace nevhodných stravovacích vzorců a návyků tak mohou mít zásadní význam pro prevenci chronických neinfekčních onemocnění, které jsou často spojovány s nezdravým stravováním.

Poděkování

Príspevek vznikl za podpory projektu TQ01000275 s názvem Nástroje prevence chronických neinfekčních onemocnění: Inovativní postupy a produkty hodnocení zdraví dětí a rizik obezity, který je spolufinancován se státní podporou Technologické agentury ČR v rámci Programu SIGMA. Poděkování patří všem participantům a pracovníkům Jihomoravských dětských léčeben, zejména MUDr. Kateřině Bednaříkové, Mgr. Jarmile Prudilové a Ivoně Procházkové.

Literatura

- BENTON, D. 2021. The influence of dietary factors on school performance and cognitive function in children. *Nutrition Reviews*. 79(6), 693–709.
- BILMAN, E., VAN KLEEF, E., VAN TRIJP, H. 2017. External cues challenging the internal appetite control system - Overview and practical implications. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*. 57(13), 2825–2834.
- BOŽENSKÝ, J. 2022. Obezita u dětí v roce 2022 a co bude dál? In: BOŽENSKÝ, J. (ed.). *Meduca*. Olomouc: Solen.
- BRAET, C., CLAUS, L., GOOSSENS, L., VAN VLIJBERGHE, L. 2008. Emotional eating in overweight youngsters: The role of parental rejection and emotional distress. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 49(6), 621–629.
- CHRISTIE, B., WALLER, R. 2023. Environmental sustainability education: Fostering sustainable behaviors in children through food and waste practices. *Journal of Environmental Education*. 54(1), 23–39.
- COSTA, A., OLIVEIRA, A. 2023. Parental Feeding Practices and Children's Eating Behaviours: An Overview of Their Complex Relationship. *Healthcare*. 11(3), 400.
- DÍAZ, A., RIERA, P., MASJUAN, R. 2022. Reducing Socioeconomic Inequalities through Childhood Nutrition Programs: Evidence from Systematic Reviews. *Current Nutrition Reports*. 11(3), 123–138.
- GORDON, R. A., FULKERSON, J. A. 2015. The influence of food marketing on children's eating behaviors: A review of the literature. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. 47(3), 207–219.
- HERLE, M., FILDES A., RIJSDIJK, F., STEINSBEKK, S., LLEWELLYN C. H. 2017. The Home Environment Shapes Emotional Eating. *Child Development*. 89(4).
- JANSEN, A., MULKENS, S., VAN DEN HOUT, M. A. 2003. External eating as a personality trait: Assessing its generalizability. *Behaviour Research and Therapy*. 41(8), 997–1005.
- KRATĚNOVÁ, J., ŽEJGLICOVÁ, K., PUKLOVÁ, V. 2019. Zdraví dětí 2016. *Demografie*. 61(1), 53–60.
- LEE, J. M., PILLI, S., GEBREMARIAM, A., KEIRNS, C. C., DAVIS, M. M., VIJAN, S., GURNEY, J. G., CLARK, S. J. 2023. Childhood Obesity and Cardiovascular Disease Risk. *Current Atherosclerosis Reports*. 25(12), 1147–1158.

- LINDSAY, A. C., WALLINGTON, S. F. 2020. The role of parental feeding practices in the development of children's eating behaviors: A systematic review. *Appetite*. 154, 104785.
- MANTZIOS, M., WILSON, J. C., LINNELL, M., MORRIS, P. 2021. The role of restrictive eating patterns in disordered eating, weight gain, and obesity. *Eating Behaviors*. 43, 101539.
- MCLEAN, S. A., GRIFFIN, C., TCHANTURIA, K., HARRISON, A. 2022. Eating disorders and the over-control cycle: A review of the evidence. *Frontiers in Psychology*. 13, 812212.
- NOH, H. J., RYU, S. K. 2020. External eating, emotional eating, and weight status in children: A structural equation modeling approach. *Nutrients*. 12(1), 115.
- OGDEN, J., THOMAS, D. 1999. The role of familial values in understanding the impact of social class on childhood obesity. *Health Education Research*. 14(5), 653–660.
- POLIVY, J., HERMAN, C. P. 2020. Restrained eating and food intake. *Obesity*. 28(6), 1025–1029.
- PUCCIO, F., FULLER-TYSZKIEWICZ, M., YOUSSEF, G. J., MITCHELL, S., BYRNE, M., ALLEN, N. B. 2017. A systematic review and meta-analysis on the association between eating pathology and depression. *Journal of Affective Disorders*. 227, 353–363.
- STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV. 2024. Více než 60 procent Čechů má nadváhu, trpí jí až čtvrtina dětí. Obezita způsobuje závažné zdravotní komplikace. *Státní zdravotní ústav* [cit. 2024-10-01]. <https://szu.cz/aktuality/vice-nez-60-procent-cechu-ma-nadvahu-trpi-ji-az-ctvrtina-deti-obezita-zpusobuje-zavazne-zdravotni-komplikace/>
- STONE, R. A., BLISSETT, J., HAYCRAFT, E., FARROW, C. 2022. Predicting preschool children's emotional eating: The role of parents' emotional eating, feeding practices and child temperament. *Maternal and Child Nutrition*. 18(3), e13341.
- TAN, C. C., CHOW, C. M. 2019. Stress and emotional eating: The mediating role of eating dysregulation. *Personality and Individual Differences*. 141, 134–139.
- TREVINO, S. D., KELLY, N. R., BUDD, E. L., GIULIANI, N. R. 2021. Parent Gender Affects the Influence of Parent Emotional Eating and Feeding Practices on Child Emotional Eating. *Frontiers in Psychology*. 12, 654237.
- VAN STRIEN T. M., FRIJTERS J. E. R., BERGERS, G. P. A., DEFARES, P. B. 1986. The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behaviour. *International Journal of Eating Disorders*. 5(2), 295–315.
- VAN STRIEN, T., CEBOLLA, A., ETCHEMENDY, E., GUTIÉRREZ-MALDONADO, J., FERRER-GARCÍA, M., BOTELLA, C., BAÑOS, R. 2013. Emotional eating and food intake after sadness and joy. *Appetite*. 66, 20–25.
- VAN STRIEN, T. 2018. Causes of emotional eating and matched treatment of obesity. *Current Diabetes Reports*. 18(6), 35.
- WARDLE, J., GUTHRIE, C. A., SANDERSON, S., RAPOPORT, L. 2001. Development of the Children's Eating Behaviour Questionnaire. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*. 42(7), 963–970.

Kontaktní adresa autora

doc. PhDr. Dana Hübelová, Ph.D.: dana.hubelova@mendelu.cz.  <https://orcid.org/0000-0002-2551-8792>
 Beatrice-Elena Chromková Manea, M.A., Ph.D.: beatrice-elena.manea@mendelu.cz,

 <https://orcid.org/0000-0002-3849-5067>

PhDr. Leona Mužíková, Ph.D.: muzikova@ped.muni.cz.  <https://orcid.org/0000-0002-2327-0260>

Mgr. Veronika Suchodolová: veronika.suchodolova@med.muni.cz

Ing. Lenka Hromková: lenka.hromkova@mendelu.cz.  <https://orcid.org/0000-0003-4362-5097>

Ing. Mgr. Jiří Čeněk, Ph.D.: jiri.cene@mendelu.cz.  <https://orcid.org/0000-0002-2543-5532>

Anna Svozilová: xsvozil1@mendelu.cz