

Tato práce se zabývá vlivem rodiny na konzumaci slazených nápojů u dětí předškolního věku. Vzhledem k zvyšující se prevalenci nadváhy a obezity v populaci je potřeba hledat nové způsoby, jak tomuto trendu aktivně předcházet. Teoretická část práce se zabývá převážně příčinami a vlivy vzniku nadváhy a obezity. Podrobněji rozebírá vlivy neovlivnitelné jako je genetika nebo rasové či etnické rozdíly. A také vlivy ovlivnitelné, kam můžeme zařadit například socioekonomické postavení, stravovací návyky, včetně konzumace slazených nápojů, fyzickou aktivitu, spánek, stres nebo také vlivy rodiny. Rodina má velký vliv na dítě a jeho život od raného dětství. A to jak pozitivní, tak negativní. Již bylo publikováno mnoho studií, které sledovaly souvislosti mezi socioekonomickou situací rodiny, místem bydliště, nevhodnou stravou, nadměrnou konzumací slazených nápojů, malou fyzickou aktivitou a pravděpodobností vzniku nadváhy a obezity. Několik z nich je zmíněno právě v této práci. Je potřeba výsledky těchto studií šířit mezi laickou veřejnost a snažit se motivovat ke změně špatných návyků v populaci. Experimentální práce se zabývá dotazníkovým šetřením, ve kterém bylo zjišťováno, zdali existuje korelace mezi rodičovskými zvyky z dětství, aktuální konzumací slazených nápojů rodiči a množstvím konzumovaných sklenic slazeného nápoje jejich dítěte. Taktéž jejich motivací změnit tyto nevhodné návyky a jestli se jim daří omezování pití slazených nápojů u jejich potomků. Z výsledků vyplývá, že je pravděpodobná korelace mezi konzumací slazených nápojů v dětství rodičů, stejně tak jejich aktuální konzumací slazených nápojů a množství vypitých sklenic dítětem. Největší pravděpodobná korelace byla vidět u motivovaných rodičů – těch, kteří uvedli, že se snaží pití slazených nápojů u svého dítěte omezit. Je tedy patrné, že pokud chceme změnit návyky u dětí, je potřeba začít právě u rodičů. Pouze 24 % respondentů uvedlo, že jejich dítě slazený nápoj nepije vůbec. Vzhledem k alarmující prevalenci dětské nadváhy a obezity vidím akutní potřebu hledat další možné cesty, jak měnit špatné návyky dětí, a to již od nízkého věku prostřednictvím edukace rodičů a jiných dospělých, kteří s dětmi přichází pravidelně do styku. A to i například zaměstnanci mateřských škol a dalších podobných zařízení. Vidím obrovský potenciál v zapojení nutričních terapeutů do preventivních programů, zaměřujících se na prevenci nadváhy a obezity v populaci. Takový program by se měl zabývat rodinami s malými dětmi, které aktuálně začínají s modelováním stravovacích návyků a učení tak svých dětí. A zabránění tak dalšímu přenosu špatných návyků na další generace. Zároveň by bylo vhodné omezit dostupnost slazených nápojů a cukrovinek ve školských zařízeních a také jejich cenovou dostupnost, například vyšším zdaněním, stejně jako je tomu u tabákových výrobků či alkoholu.