

## Abstrakt

Diplomová práce se zabývá metodami, které se používají při edukaci dětského obézního pacienta. Dále je věnována tvorbě nového edukačního materiálu, který má pomoci v boji s dětskou obezitou. Tento edukační materiál je připraven na podobném principu, jako edukační materiál pro diabetické pacienty s názvem Konverzační mapy TM.

Teoretická část je věnována třem hlavním tématům. Prvním zpracovaným tématem je dětská obezita. Konkrétně jsou rozebrány rizikové faktory, které napomáhají rozvoji tohoto onemocnění, prevence a léčba tohoto onemocnění. Dále je podrobně zpracováno téma edukace. Třetí hlavní téma je již konkrétně zaměřeno na edukaci v dětské obezitologii a edukační materiály, které se této problematice věnují.

V praktické části je hodnocena kvalita prevence dětské obezity a její konkrétní dopad u dětí ve věku 11-15 let. Tato část je realizována kvantitativním výzkumem, kde jsem pro zjištění potřebných dat použila anonymní nestandardizovaný dotazník, který obsahoval 14 otázek. Cílem dotazníku bylo zjistit dvě skutečnosti. V první řadě mě zajímalo, kde děti získávají přesné informace o zdravém životním stylu. Toto zjištění ovlivnilo tvorbu edukačního materiálu. Také mě zajímalo, jaké je skutečné stravovací chování dětí ve věku 11-15 let. Z šetření vyplývá, že děti, jejichž snídaně obsahuje větší množství jednoduchých cukrů, nebo nesnídají vůbec, jsou unavené již okolo deváté hodiny dopolední. Tato hypotéza se však potvrdila jen částečně, jelikož nadváha a obezita byla zastoupena také u dětí, které snídají pečivo s máslem, sýrem a šunkou. Jedním z možných vysvětlení je nedostatek respondentů, kteří se do tohoto výzkumu zapojili. Dalšími zkoumanými oblastmi jsou vlivy kvality snídaně a oběda na rozvoj obezity. Také bylo předpokládáno, na základě všeobecně známých doporučení, že děti z rodin, které nejedí společně alespoň jednou krát denně mají vyšší hmotnost. Tento předpoklad se potvrdil. Dalšími dílčími cíli bylo zjištění vlivu konzumace sladkostí a sladkých nápojů, a sportování na rozvoj obezity. Nejvíce obézní děti byly ty, které konzumovaly sladkosti denně a ve větším množství (3-5 ks). Cílem této práce bylo také zjištění, kde se děti nejčastěji setkají s informacemi týkající se zdravého životního stylu. Nejvíce dětí odpovědělo, že se o zdravém životním stylu dozvědělo ve škole. Doporučením pro praxi je to, aby děti pravidelně snídali, a to komplexní sacharidy doplněné plnohodnotnými bílkovinami spolu s ovocem a zeleninou. Dále konzumace obědů ve školní jídelně, vyhýbání se pití slazených nápojů a omezení konzumace sladkostí. Významem této práce je porovnání těchto výsledků s teoretickými hypotézami a zaměření prevence obezity, tak aby byla co nejúčinnější

**Klíčová slova:** dětská obezita, edukace, edukační plán