

PRAHA
24. ledna 2025

HLAVNÍ BODY PREZENTACE KE SNÍDANI S NOVINÁŘI – PROGRAM BUĎ FIT 24

ÚVODNÍ SLOVO - prof. MUDr. Vlastimil Válek, CSc., MBA, EBIR

- *Prevence jako klíč ke zdravému obyvatelstvu*
- *Ministerstvo zdravotnictví ve spolupráci Národního screeningového centra ÚZIS ČR pod odbornou garancí České lékařské komory*
- *Nový preventivní program připraven ke spuštění.*
- *Inovativní prvek v podobě zapojených moderních prvků elektronizace*

VLIV COVID-19 NA NÁRŮST DĚTSKÉ OBEZITY V ČR – MUDr. Bohuslav Procházka, člen Výboru pro zdravotnictví Senátu ČR

- *Proč se obezitou zabývat?*
Jedná se o nejvíce rozšířený rizikových faktor pro např. kardiovaskulární onemocnění, ohrožuje společenský komfort dítěte, vede k ortopedickým problémům, kožním změnám apod.
- *Obézní dítě bude ze 75-80 % obézní dospělý.*
- *Studie popisují významný nárůst dětí s nadváhou a obezitou.*
- *Po pandemii Covid-19 došlo k nárůstu nadváhy a obezity u všech dětských věkových skupin.*

PŘEDSTAVENÍ PROGRAMU BUĎ FIT 24 – MUDr. Petr Jehlička, Ph.D., člen představenstva České lékařské komory a člen České kardiologické společnosti

- *Roční program BUĎ FIT 24 je zaměřen pro děti ve věku 6-11 let s nadváhou. Nadváha je lehce reverzibilní stav, navíc u této věkové skupiny nedochází k hormonálním vlivům a poruchám příjmu potravy.*
- *Klíčové je zapojení praktických lékařů pro děti a dorost a celé rodiny dítěte.*
- *Jedná se o roční účast ve hře v mobilní aplikaci a edukaci na webovém portálu nzip.cz/bf24.*
- *Vizí programu je přejít na celonárodní úroveň a zapojit jednotlivé regiony.*
- *Iniciátorem programu je Česká lékařská komora, realizátorem Národní screeningové centrum ÚZIS ČR za podpory dalších odborných institucí. Program je financován z Operačního programu Zaměstnanost Plus.*

PILÍŘE PROGRAMU BUĎ FIT 24 - Mgr. Kristýna Martináková, Národní screeningové centrum

- *Pilíři programu jsou praktičtí lékaři pro děti a dorost (PLDD), fitness náramky, mobilní aplikace a webový portál.*
- *Zapojení PLDD provedou iniciální náborový pohovor s vhodnou rodinou. Následně PLDD děti kontrolují v tříměsíčních intervalech během 1 roku (celkem 5 návštěv). U dětí pravidelně kontrolují váhu, výšku, krevní tlak a spokojnost s aplikací.*
- *Každé zapojené dítě získá zdarma fitness náramek, brožuru, vizitku s ID v programu a pexeso.*
- *Fitness náramky slouží k monitoringu pohybové aktivity a kroků během dne. Zároveň tyto údaje odesílají do mobilní aplikace.*
- *Mobilní aplikaci budou účastníci používat zejména během herních týdnů, tedy 7 po sobě jdoucích kalendářích dnů v každém měsíci (po dobu 12 měsíců). V těchto herních týdnech budou s pomocí rodiče zaznamenávat svůj jídelníček. Pohybová aktivita bude automaticky vyhodnocena pomocí fitness náramku. Každý herní večer tak aplikaci vyhodnotí rovnováhu mezi pohybem a stravou.*
- *Pokud se hráči podaří splnit cíle v herním týdnu, získá postavu superhrdiny. Cílem je pak získat tým 9 superhrdinů za celý rok.*
- *Důležitý je v mobilní aplikaci herní princip, gamifikace. Aplikace uživateli hravou formou pravidelně připomíná nutriční a pohybová pravidla.*
- *Webový portál komplexně doplňuje celý program. Jedná se o podpůrnou platformu jak pro rodiče a děti, tak pro lékaře. Pro rodiče a děti jsou zde dostupné základní informace o programu, pravidla hry a edukativní články o zdravém životním stylu. Pro lékaře jsou zde dostupné možnosti zapojení a databáze pro sběr dat v rámci programu.*

POHYBOVÁ EDUKACE - prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D., Pedagogická fakulta, Univerzita Karlova

- *V mobilní aplikaci se nachází edukační pohybová pop-up okna, která děti vzdělávají v oblasti pohybu.*
- *Na webovém portálu se účastníci i široká veřejnost může vzdělávat v pohybu dětí. Rodiny zde najdou tipy na konkrétní cviky a tréninky pro děti.*

NUTRIČNÍ EDUKACE - Ing. Martin Pávek, STOB s.r.o.

- *V mobilní aplikaci se nachází edukační výživová pop-up okna, která děti vzdělávají v oblasti výživy dětí.*
- *Na webovém portálu se rodiče mohou inspirovat, jak mohou dětem postupně zlepšit jídelníček.*

SBĚR A HODNOCENÍ DAT V RÁMCI PROGRAMU BUĎ FIT 24 - Ing. Jan Hlúbik, Ph.D., Český institut informatiky, robotiky a kybernetiky, České vysoké učení technické v Praze

- *Fitness náramek Garmin Vivosmart 5 je přizpůsoben pro dětskou ruku a pohodlný ke každodennímu nošení. Propojení náramku s aplikací probíhá prostřednictvím aplikace Garmin Connect.*
- *V rámci programu probíhá sběr dat prostřednictvím mobilní aplikace, pravidelných návštěv u praktického lékaře pro děti a dorost a pomocí dotazníků.*
- *Analýzu dat bude realizovat Národní screeningové centrum ÚZIS ČR.*