

## NADVÁHA A OBEZITA

### KDE HLEDAT INFORMACE:

<https://mzd.gov.cz/tiskove-centrum-mz/bud-fit-24-novy-program-pomaha-detem-s-nadvahou-ke-zdravjsimu-zivotnimu-stylu/>



„Obezita je opravdu vážný komplexní problém. Mimo jiné má také dopady na psychické zdraví dětí, což může vést k nižšímu sebevědomí, úzkostem či depresím. Je proto zásadní zahájit prevenci již v raném věku,“ upřesňuje senátor Bohuslav Procházka, praktický lékař pro děti a dorost a člen Výboru pro zdravotnictví Senátu ČR zapojený do tohoto projektu.

[Proč se zaměřit na děti s nadvahou?](#)

„Děti s nadvahou jsou ideální cílovou skupinou pro preventivní programy, protože jejich zdravotní stav je stále reverzibilní. U těchto dětí je vyšší šance na návrat k normální hmotnosti,“ vysvětluje odborný garant programu Petr Jehlička z České kardiologické společnosti.

Děti ve věku 6–11 let jsou navíc ochotnější přijímat změny v oblasti životního stylu, snadněji se učí novým vzorcům chování a správným stravovacím návykům.

<https://www.prevencedetskeobezity.cz/>



Obezita stále roste a problém budoucích generací je stále větší. Vytvořili jsme jednoduché materiály, aby lidé, kterí děti nejvíce ovlivňují, tedy rodiče a pedagogové věděli:

<https://zdravagenerace.cz/report/obezita/>

