

Děti s obezitou se záměrně vyhýbají pohledu na nezdravé potraviny

22.5.2025 - | Mendelova univerzita v Brně

„Všechny děti v první fázi výzkumu vyplnily dotazník zaměřený na jejich stravovací návyky a poté absolvovaly dvě experimentální úlohy hodnocené pomocí metody eye-tracking, a to sledování obrázků různých typů potravin a výběr mezi těmi zdravějšími a zdraví méně prospěšnými, respektive potravinami, které jsou vysoce a nízce průmyslově zpracované,“ přiblížil hlavní autor studie Jiří Čeněk z Fakulty regionálního rozvoje a mezinárodních studií MENDELU.

Z výsledků výzkumu vyplývá, že děti s obezitou trávily významně méně času pohledem na vysoce průmyslově zpracované potraviny, mezi které patří například sladkosti, chipsy nebo slazené nápoje. Naopak se déle dívaly na zdravější alternativy – ovoce, zeleninu nebo čerstvě připravená jídla složená z běžných průmyslově nezpracovaných surovin. *„Tento jev lze označit za inverzní zkreslení pozornosti. Zatímco se v minulosti předpokládalo, že lidé s obezitou věnují jídlu více pozornosti, my jsme u dětí zjistili opak – zdá se, že některé z nich se pohledu na nezdravé jídlo vědomě vyhýbají,“* řekl Čeněk.

Kromě sledování obrázků různých typů potravin vědci a vědkyně zkoumali také rozdíly v preferencích. Děti s obezitou si v testu častěji vybíraly zdravější varianty potravin. Důležitým zjištěním bylo, že délka pohledu na konkrétní obrázek úzce souvisela s následnou volbou – čím déle se dítě dívalo na určitou potravinu, tím větší byla pravděpodobnost, že si ji nakonec vybere. *„Ukazuje se, že děti mají často velmi dobré povědomí o zdravých a nezdravých potravinách, což svědčí o tom, že edukační programy ve školách fungují. Mnohem více však záleží na rodinném prostředí, které ovlivňuje každodenní volby. Právě rodiče by si proto zasloužili větší podporu v oblasti výživového vzdělávání,“* doplnila Dana Hübelová, spoluautorka studie z FRRMS MENDELU.

Tyto výsledky mají praktické dopady. Podle autorů by mohlo pomoci například to, že zdravější potraviny budou ve školách či domácnostech umístěny na viditelných a snadno dostupných místech, zatímco méně zdravé možnosti budou vizuálně upozaděny. *„Podobný přístup, kterém se říká chytré prostředí, se již využívá v řadě školních jídeln v zahraničí. Naše zjištění ukazují, že i krátce prezentované vizuální podněty mohou ovlivnit volbu dítěte. Stačí malá změna v prostředí – třeba to, co je jako první na očích – a děti se častěji rozhodnou pro zdravější variantu,“* uvádí Dana Hübelová. Důležitou roli podle autorského týmu mohou hrát i reklamy na nezdravé potraviny, které by měly být lépe regulovány – zejména ty, jež cílí na děti a dospívající. Právě oni jsou vůči vizuálním podnětům obzvláště citliví, a právě vizuální podněty mohou výrazně ovlivnit jejich stravovací rozhodnutí.

Výzkumu se zúčastnilo 77 dětí ve věku od 11 do 17 let rozdělených do dvou skupin. Jednu skupinu tvořily děti s obezitou a nadváhou, které se účastnily léčebného pobytu v dětské léčebně zaměřené na snižování hmotnosti. Druhou kontrolní skupinu pak tvořily děti s běžnou hmotností.

Kontakt pro bližší informace: doc. PhDr. Dana Hübelová, Ph.D., dana.hubelova@mendelu.cz, +420 734 509 405, Ústav sociálních studií FRRMS MENDELU

<https://mendelu.cz/deti-s-obezitou-se-zamerne-vyhybaji-pohledu-na-nezdrave-potraviny>