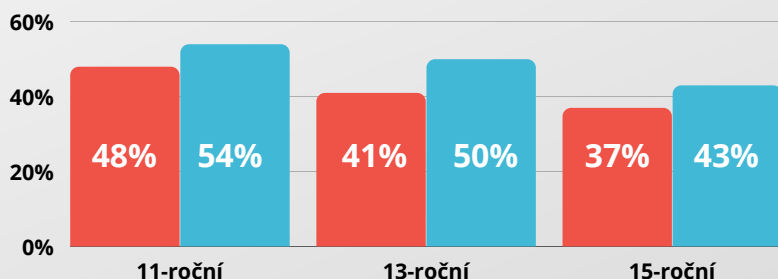


# RIZIKO OBEZITY U DETÍ: ŽIVOTOSPRÁVA ŠKOLÁKOV

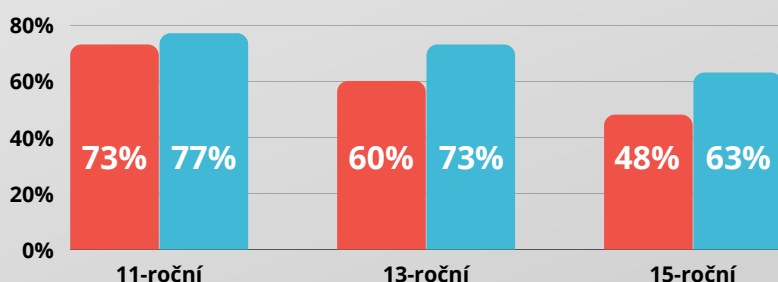
Podľa údajov NCZI evidujú lekári v ambulanciách pre deti a dorast **vyše 12-tisíc obéznych detí**. V rámci prevencie obezity je kľúčové nastaviť správne stravovacie návyky a zdravý životný štýl už v detstve. Nezastupiteľnú úlohu tu majú rodičia, keďže sú pre deti vzorom.

## Raňajkovanie školákov počas pracovných dní



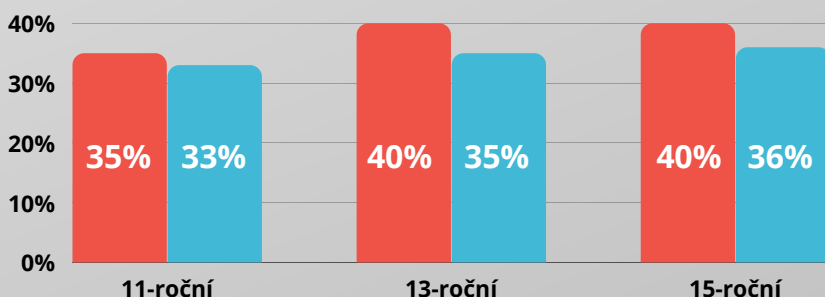
Približne polovica 11-ročných a iba dve pätiny 15-ročných školákov raňajkovala každý pracovný deň. Od roku 2010 klesá počet školákov, ktorí raňajkujú každý pracovný deň.

## Spoločné stravovanie s rodičmi



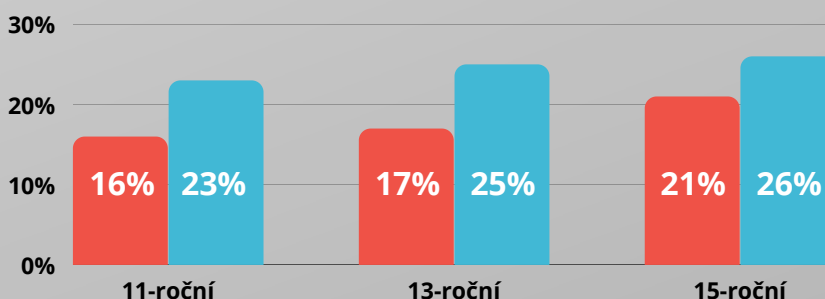
Chlapci vo veku 13 a 15 rokov stolovali so svojimi rodičmi častejšie ako dievčatá. Mladší školáci stolovali s rodičmi častejšie než starší.

## Konzumácia sladkostí



Viac ako každé tretie dieťa uvádza, že jedáva sladkosti denne alebo viackrát za deň. Medzi rokmi 2010 a 2018 pozorujeme klesajúci trend konzumácie vo všetkých vekových kategóriách okrem 11-ročných dievčat.

## Konzumácia sladených nápojov



Približne pätina detí uvádza, že pije sladené nápoje každý deň. Viac ako raz týždenne pila energetické nápoje až tretina 15-ročných chlapcov.