



**Centrum podpory  
a  
ochrany zdravia**

Rok 2023

## Úvod

Centrum podpory a ochrany zdravia vzniklo v Trnave 24.11.2021. Fakulta zdravotníctva a sociálnej práce v súčasnosti uskutočňuje študijné programy aj výskum v oblasti verejného zdravotníctva pod gesciou Katedry verejného zdravotníctva. Katedra verejného zdravotníctva sa v súčasnosti orientuje na viacero oblastí výskumu, jednou z nich je aj oblasť vzdelávania v podpore a ochrane zdravia.

Podpora zdravia je zameraná na vytváranie zdravých životných, pracovných a behaviorálnych predpokladov s cieľom prevzatia zodpovednosti jednotlivcov či sociálnych skupín za svoje vlastné zdravie. V tejto súvislosti má Centrum ambíciu venovať sa hodnoteniu dopadu vybraných rizikových faktorov na zdravie obyvateľstva. Ochrana zdravia predstavuje súbor opatrení, ktorých cieľom je predchádzať vzniku a šíreniu ochorení prostredníctvom kontroly dodržiavania prijatých opatrení v oblasti hygieny a epidemiológie. V tomto smere Centrum má zámer výskumne a projektovo riešiť oblasť vzťahov medzi prijatými opatreniami a dopadmi na zdravie a zdravotný stav vybraných cieľových skupín.

Rizikové faktory životného štýlu majú za následok viac ako polovicu z celkových úmrtí na Slovensku, a to najmä znížená fyzická aktivita, stravovacie návyky, konzumácia alkoholu a fajčenie, čo predstavuje rozdiel oproti EÚ o 39%. (Európska komisia, 2020). Aj napriek tomu, že za ostatné obdobie bol dosiahnutý pokrok v znižovaní podvýživy, je príliš pomalý a nevyrovnaný. Prevenciou je výživová a nutričná gramotnosť, ktorá je na elimináciu rizikových faktorov výživy najefektívnejšia v mladšom a strednom veku. Nadmerný príjem energie, nasýtených tukov, trans-mastných kyselín, cukru a soli z potravín a zo stravy a tiež nízka konzumácia zeleniny, ovocia a celozrnných výrobkov vedú k nárastu civilizačných ochorení. Centrum má zámer vzdelávať aj v oblasti nutričnej a výživovej gramotnosti.

Podľa Institute for Health Metrics and Evaluation najčastejšími príčinami rokov života strávených v invalidite (YLDs) boli v Slovenskej republike v rokoch 2005 až 2015 neinfekčné ochorenia. Na prvom mieste muskuloskeletálne deformity, na druhom duševné poruchy a závislosti, na treťom iné nešpecifikované neinfekčné ochorenia (Zdroj: GBD, 2015). Je dôležité zaoberať sa touto problematikou, a to nie len pre jej trvalý nárast, ale predovšetkým pre časté komplikácie, ktoré spôsobujú vyššiu chorobnosť. Prevalencia muskuloskeletárnych ochorení má na Slovensku stúpajúci trend, a preto je dôležité hľadať spôsob ako zvyšovať povedomie o možnostiach prevencie pred vznikom týchto ochorení. Podstatné je prepracovať zastaralé plány pre pohybový rozvoj a prispôsobiť ich človeku dnešnej doby. Pohybová gramotnosť detí má výrazne klesajúcu tendenciu. V intervenovaní pohybovej gramotnosti u detí je tiež jedna

z oblastí zamerania Centra. Čím skôr si dieťa osvojí potrebné znalosti, zručnosti a návyky a čím skôr sa podarí prispieť k formovaniu jeho postojov, názorov, tak tým väčším prínosom môže byť zdravotná a pohybová gramotnosť pre jeho zdravie. Cieľom je začať túto pohybovú gramotnosť budovať už od predškolského veku v materskej škole a následne počas celého priebehu štúdia na základnej škole. Pilotne pripravujeme metodický materiál „Kurikulum“, ktorý zdravotno-pohybové povedomie bude začleňovať do všetkých oblastí štúdia.

Hlavnou úlohou bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci (ďalej len BOZP) je chrániť to najdôležitejšie čo máme a to je zdravie každého z nás. Ochrana zdravia pri práci je zabezpečovaná stavom pracovných podmienok eliminujúcich vplyv nebezpečných a škodlivých faktorov pracovného procesu alebo prostredia. Podpora zdravia na pracovisku sa vzťahuje na všetko, čo robia zamestnávateľi, ich zamestnanci a spoločnosť pre to, aby sa zlepšilo zdravie a pocit spokojnosti pri práci. Úlohou všetkých zainteresovaných na zabezpečovaní systému BOZP je vytvárať také pracovné podmienky, v ktorých nebudú vznikať choroby z povolania, pracovné úrazy ani iné poškodenia zdravia z práce. Dosiagnúť tento stav je možné len efektívnou prácou orientovanou na zdravie zamestnancov. Táto práca zahŕňa komplex aktivít od posudzovania zdravotných rizík, kategorizácie prác cez manažment zdravotných rizík, intervenčné programy až po zvyšovanie zdravotného uvedomenia.

EURÓPSKA KOMISIA. 2020. [online]. 2020. [cit. 2021 09-16]. Dostupné na:

[https://ec.europa.eu/slovakia/news/state\\_of\\_health\\_eu\\_and\\_slovakia\\_2019\\_sk](https://ec.europa.eu/slovakia/news/state_of_health_eu_and_slovakia_2019_sk)

GLOBAL BURDEN OF DISEASE. (GBD). 2015 [online]. 2020. [cit. 2021 09-16]. Dostupné na:

<https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>

## **Ciele**

Centrum má v tomto smere ambíciu svojimi aktivitami prispievať k zvyšovaniu zdravotnej gramotnosti ako zamestnávateľov, zamestnancov, tak aj širokej laickej i odbornej verejnosti a neposlednom rade aj študentov zdravotníckych odborov. Naším cieľom je rôznymi formami šíriť osvetu ako veľmi je dôležité zdravie pri práci pre dosiahnutie plnohodnotného kvalitného života; rovnako chceme vytvárať priestor pre vedecko-výskumnú, projektovú a publikačnú činnosť kolektívu KVZ a poskytovať poradenskú a expertíznu činnosť externým organizáciám.

## **Personálne obsadenie**

Riešiteľský kolektív pripravovaných projektov je zložený z členov KVZ – tak profesorov docentov, odborných asistentov, ako aj výskumných pracovníkov, doktorandov a študentov magisterského štúdia, ktorí budú zapojení do pripravovaných projektov v rámci nich budú pripravovať publikácie.

Doc. Ing. Margaréta Kačmariková, PhD. MPH. [margareta.kacmarikova@truni.sk](mailto:margareta.kacmarikova@truni.sk)

Doc. PhDr. Róbert Ochaba, PhD., MPH., univ. prof. [robert.ochoba@truni.sk](mailto:robert.ochoba@truni.sk)

PhDr. Kristína Grendová, PhD. MPH. [kristina.grendova@truni.sk](mailto:kristina.grendova@truni.sk)

PhDr. Michaela Machajová, PhD. MPH. [michaela.machajova@truni.sk](mailto:michaela.machajova@truni.sk)

Mgr. Michal Rafajdus , PhD. MPH. [michal.rafajuds@truni.sk](mailto:michal.rafajuds@truni.sk)

## **Aktivita za rok 2023**

### **Prednášky**

4.3.2023 – Svetový deň obezity – pozvaná prednáška (ECPO)

- <https://www.facebook.com/sklonsk/posts/pfbid027ZcdSU69QkDeTDM5gARe4P3gQ4P1i5tx9SdxLZdEkHJM11fLvE7QxfZEiXykipNgl>
- Porozprávajme sa o obezite - pozvaná prednáška (SKLONsk -Slovenská koalícia ľudí s obezitou a nadváhou)
- [bit.ly/3KO0mYF](https://bit.ly/3KO0mYF)

6.3.2023 – Spoločnosť Duolife - pozvaná prednáška

- <https://youtu.be/qCeWQ0K1j8>
- 9.3.2023 – Spoločnosť OBERMEYER HELIKA - pozvaný webinár so zameraním na ergonómiu
- <https://youtu.be/qiXsfyuAzso>
- 20.3.2023 - Sedenie je nové fajčenie: „Odlepte sa!“ - pozvaný webinár (EDUprofiPHARM)

7.3.2023 - Všetko je možné

- Život treba žiť, nie prežívať, odkázal študentom motivátor Tomáš Masaryk

- <https://fzsp.truni.sk/aktuality/zivot-treba-zit-nie-prezivat-odkazal-studentom-motivator-tomas-masaryk>

### **Záverečné bakalárske a diplomové práce, dizertačná práca**

- Zvyšovanie zdravotnej gramotnosti zavedením vzdelávacích aktivít do výučbového procesu žiakov 4. ročníka vybraných základných škôl

### **Plánové aktivity na rok 2024**

- Prednášky
- Workshopy
- Publikácie