

NutriCHEQ

Podporujeme výživu batolat

Nástroj pro diagnostiku a řešení nedostatků ve výživě batolat

Odborná garance programu NutriCHEQ

Pracovní skupina OSPDL ČLS JEP: MUDr. Natália Szitányi, MUDr. Bohuslav Procházka, MUDr. Alena Hanzlová, MUDr. Pavla Chudíková, MUDr. Naděje Kočnarová, MUDr. Ludmila Nováková, MUDr. Radim Petro, MUDr. Jarmila Seifertová, MUDr. Eva Šípková, MUDr. Jarmila Vospělová

Spolupracující externí experti: doc. MUDr. Jiří Bronský, Ph.D., Mgr. Tamara Starnovská, MUDr. Alena Šebková, MUDr. Petr Tláškal, CSc.

Úvod

NutriCHEQ je praktický nástroj pro diagnostiku a řešení nedostatků ve výživě batolat. Právě v batolecím období, mezi 1. a 3. rokem života dítěte se nacházejí kořeny **celoživotních návyků** i nejčastějších **chyb ve stravování**. Ty mohou mít v budoucnu zásadní vliv pro rozvoj civilizačních onemocnění a tím celkové **zdraví v dospělosti**.

Na přelomu let 2013/2014 proběhla pod vedením a odbornou záštitou Společnosti pro výživu a OSPDL ČLS JEP multicentrická observační studie: **Nutriční návyky a stav výživy dětí časněho věku**¹. Do studie se zapojilo více než 800 kojenců a batolat z ČR. Z výsledků studie je zřejmé, že v časně výživě dětí se objevují některé stravovací zvyklosti, které je nutné včas odhalit a napravit. Oproti doporučení dětí přijímají více bílkovin, téměř dvojnásobek nasycených mastných kyselin, nedostatek nenasycených mastných kyselin, nadměru jednoduchých cukrů. Studie prokázala nedostatečnou konzumaci mléka, nízkou konzumaci červeného masa a ryb, nedostatek pestré stravy.

Uvedení programu NutriCHEQ v ČR je realizováno ve spolupráci s předními odborníky v oblasti výživy kojenců a batolat. Vznikl za odborné garance OSPDL ČLS JEP, podpory Společnosti pro výživu, MZ ČR a Nadačního fondu 1000 DNÍ DO ŽIVOTA.

NutriCHEQ byl vypracován za účelem použití v primární péči u „zdravých“ batolat ve věku 12–36 měsíců. Program byl klinicky validován jako součást průzkumu na 370 batolatech ve Velké Británii a Irsku, lokálně validován na 130 batolatech.

Metodika

Součástí programu NutriCHEQ pro batolata je ověřený dotazník, průvodce hodnocením a rozsáhlá nabídka příruček pro rodiče.

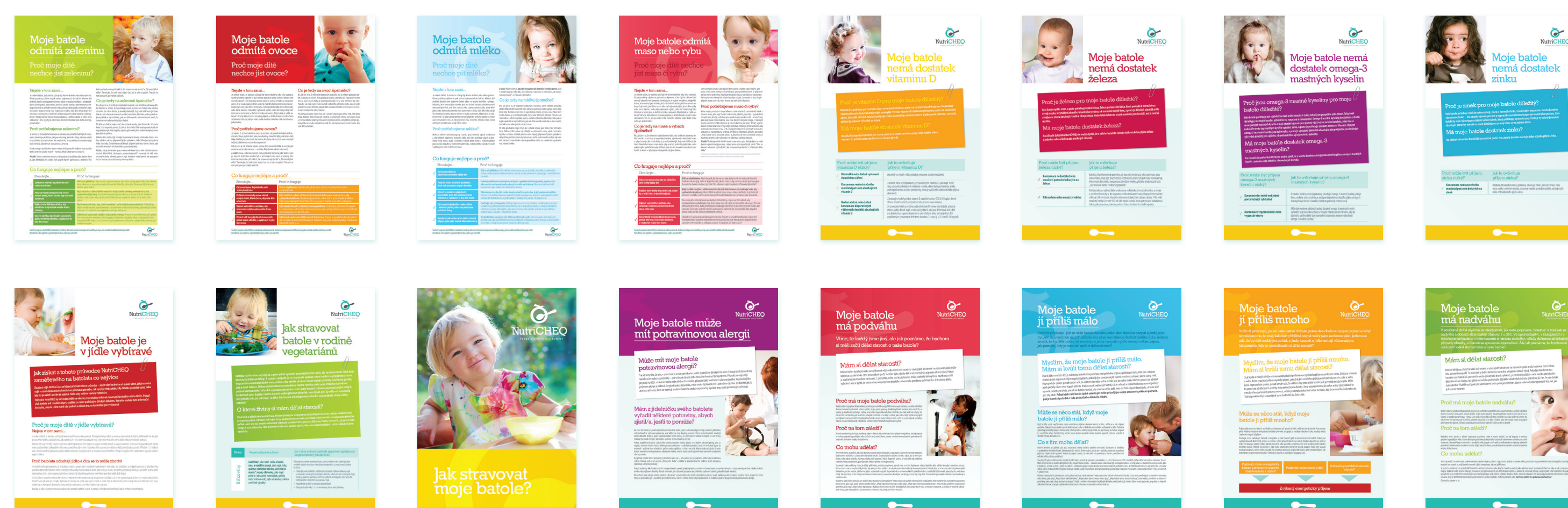


Dotazník

Průvodce hodnocením

1. Rodič vyplní dotazník v čekárně/elektronicky předem – 5–10 min.
2. PLDD zreviduje vyplněný dotazník a vyhodnotí možné oblasti rizika
3. PLDD diskutuje výsledky s rodiči, předá edukační brožuru „Jak stravovat moje batole“ a případně odkáže na další vhodné brožury, které je možno si stáhnout v elektronické podobě
4. Pro batolata ve vysokém riziku je naplánováno další vyšetření
5. Při další návštěvě PLDD zkontroluje dodržování doporučení

Dotazník s 19 otázkami poskytuje informace, zaměřené na správné složení stravy, její vyváženost, stravovací návyky dítěte a i subjektivní postoj rodiče ke stravování dítěte. Umožňuje pro pediatra ucelený pohled na stravu batolete. Bodové vyhodnocení (skóre) v části 1 (A,B) poskytuje informace o kvalitativních i kvantitativních nedostatkách ve stravě, v části 2 upozorní na nedostatky ve stravovacích návycích. Po vyhodnocení dotazníku pediatr problematické okruhy komunikuje s rodičem. Doporučí s ohledem na výsledek některý z 15 rozsáhlých edukačních materiálů, cílených na konkrétní situace.



Příručky pro rodiče

Realizace projektu

Implementace do praxe PLDD je realizována ve spolupráci s OSPDL ČLS JEP. NutriCHEQ byl poprvé představen na Mezioborové konferenci (září 2015) a je součástí školicích seminářů 1000 dní pro PLDD. Na konci listopadu 2015 bude NutriCHEQ představen široké veřejnosti formou tiskové konference pod záštitou odborných garantů projektu. Následně bude komunikován jako součást osvětové kampaně pod záštitou iniciativy 1000 dní.

Závěr

Dotazník NutriCHEQ byl navržen k tomu, aby sloužil jako rychlá a časově nenáročná pomůcka PLDD při identifikaci batolat, u nichž existuje riziko související s výživou. Má pomoci lékařům zaměřit jejich úsilí právě na tyto děti a současně poskytnout informační materiály a zdroje, které je možné nabídnout rodičům jako návod k řešení zjištěných problémů souvisejících se stravováním.

Informace k programu a příručky NutriCHEQ pro rodiče naleznete v elektronické podobě na www.1000dni.cz.

¹ Výsledky multicentrické observační studie, 2013–2014: „Nutriční návyky a stav výživy dětí časněho věku v České republice“.

Tláškal P, Kvalová E, *Szitányi N, *Procházka B, Boženský J, *Šebková A, Balková M, *Růžičková R, *Kočnarová N, *Schwarzová M, *Brančík E, *Adamová R, *Křížová H, *Mošnářová A, *Škřiba T, *Vospělová J, *Andelová H, *Salamanová L, *Kastnerka C, *Lošanová J, *Nová J, *Nykodýmová E. Společnost pro výživu, *Odborná společnost praktických dětských lékařů