



RNDr. Petr Fořt, CSc.
nezávislý expert ve výživě

Jak řešit výživové poradenství? Aneb Obezita a hubnutí v pořadu "Máte slovo" (14. ledna 2016) - komentář a stanovisko odborníka

Rostoucí výskyt obezity je celospolečenským problémem, jehož řešení je obtížné v důsledku názorové nejednoty a sporů mezi medicínou a „poučenými laiky“ – výživovými poradci

Problém obezity v české populaci zneklidňuje lékaře a další odborníky ve výživě. Naneštěstí také vychytralé laiky. Angažují se také farmaceutické společnosti! Jak je u nás „dobrým zvykem“, z jakéhokoliv problému, týkajícího se zdraví, lze udělat mediální senzaci, tím spíše, že jde o dobrý byznys. Výživa je fenoménem „o kterém se mluví“ a který tudíž zajímá především média.

Aktivity státních orgánů, potažmo medicíny, se míjejí účinkem. Podle názoru autora tohoto článku je to proto, že na veřejnost působí nekontrolovatelný soubor nepříznivých vnějších vlivů. Na prvním místě je to tzv. „obezogenní prostředí“. To je kombinace pasivního a přitom stresujícího životního stylu spolu se snahou co nejvíc ušetřit na jídle. Tím, kdo určuje způsob stravování populace, nejsou lékaři! Na prvním místě to je zemědělsko-potravinářský komplex. Tomu nejde o „zdraví národa“, ale o zisk. Čím víc lidí zkonzumují (jakýchkoliv) potravin, tím se mu bude dařit lépe výrobcům. Taktika v&yac ute;robců (p)otravin, marketingově dotažená do dokonalosti, určuje stravovací návyky populace a tudíž její zdravotní stav. Projevuje se to například zveřejňováním odborníky neregulovaných neetických reklam na potraviny, o nichž ani naprostý laik nemůže říci, že jsou „zdravé“. Tradiční průpovědkou klientů v poradnách je: „já vím, že to není zdravé, ale když je to tak dobré a levné...“. Jinak řečeno, lidé takové potraviny kupují jen díky trikům producentů.

Situace vyžaduje sofistikované řešení. Nejprve však musí dojít ke konsensu mezi medicínou (a její „výkonnou rukou“ - nutričními terapeuti) a „poučenými laiky“, kterým se říká „výživoví poradci“.

My, kdo jsme v řešení problému angažováni, jsme proto s napětím očekávali, jak bude probíhat diskuze v TV pořadu „Máte slovo“. Teoreticky to mohla být jedna z prvních příležitostí k zahájení jednání o konsensu s cílem sjednotit názory a následné „ozdravné postupy“. Proto vstupní otázkou mělo být: „Co lékaři udělají s rostoucím výskytem obezity v ČR? Jak přispějí k teoretickému úsilí státních institucí tento ožehavý problém řešit?“ Nestalo se tak v důsledku nekorektního moderování.

V situaci, kdy lékaři nejsou schopni problém, spadající do jejich kompetence řešit, veřejnost hledá alternativní možnosti. Mezi ty ně patří „samoléčba“. Proto jsou tak oblíbené knihy o dietách a tištěnými médii prezentované rady v podobě obsahově si odporujících, ne odborně formulovaných článků. Výsledkem je zmatek, který způsobí, že veřejnost ignoruje „odborná doporučení“.

Světová zdravotnická organizace odhaduje, že v tuto chvíli „drží dietu“ třetina ženské populace rozvinutých zemí. LZE TO POVAŽOVAT ZA NORMÁLNÍ?

Přitom „dietáři“ jimi zvolenou dietu nekonzultují s lékaři. Vědí, že by se dočkali odmítnutí. Lékařů, specializovaných na poradenství ve výživě je žalostně málo, tento obor není „oficiální“ specializací na lékařských fakultách. Veřejnost tedy hledá pomoc mimo medicínu. To se daří díky aktivitám tzv. výživových poradců. To většinou nejsou lékaři ani nutriční terapeuti. Situaci nemůže vyřešit ani několik privátních klinik či státem placených lékařů, tuto činnost provozujících jako privátní praxi.

Logicky uvažující člověk by očekával, že lékaři budou na stávající situaci reagovat rozšířením dostupnosti svých „výživových“ služeb. Není tomu tak. Výsledkem je, že lékaři začali protežovat nutriční terapeuty. Jde o osoby se středoškolským, nyní však také bakalářským zdravotnickým vzděláním. Paradoxní je, že v privátní poradenské praxi tito odborníci působí minimálně.

Proč se člověk, trpící silnou nadváhou či obezitou, nemůže svěřit do péče odborných lékařů? Protože v ČR je jich kritický nedostatek. Našel jsem přibližně 30 obezitologů, několik specializovaných státních pracovišť a několik privátních obezitologických klinik. Na Slovensku je specializovaných lékařů 2x tolik, což při počtu obyvatel dává veřejnosti cca 4x větší šanci než v ČR. O tom, jak diametrálně lepší je situace v rozvinutých státech raději nemluvit.

Těmi, kdo se má starat o zdraví populace jsou lékaři. Mají vysoký společenský kredit. Vadí mi jejich odmítavý postoj vůči absolventům jiných typů vysokoškolského vzdělání humanitního směru. Podle jejich názoru kdo není MUDr., byť disponuje tituly z jiných vzdělávacích institucí, by neměl vykonávat privátní služby, související se zdravím. Na jednu stranu to lze pochopit, na druhou jde o aroganci moci, kterou lékařům nikdo nedelegoval. A to se naplno projevilo v diskuzi.

Nedivím se lékařům, že „nemají rádi“ výživové poradce. Vždyť oni studovali medicínu 6 let, absolvovali odborné "kolečko" a atestace, a najednou je tu někdo, kdo si vydělává (někdy) stejně dobře jako oni poté, co absolvuje týdenní kurz? To přece jasná chyba v legislativě!

Nicméně podle mých zkušeností má mnoho výživových poradců větší znalosti výživy než lékaři a nutriční terapeuti. To proto, že se musí zabývat řešením konkrétních problémů svých klientů. Odsuzování výživových poradců, ba dokonce jejich označování za šarlatány není plně oprávněné. Vždyť do péče výživových poradců se již svěřuje mnoho osob z řad středního zdravotního personálu, ba dokonce lékařů! TO o něčem to svědčí.

Chápu lékaře, kteří se odmítají věnovat poradenství ve výživě, protože v tomto oboru nejsou školeni. Nedokáží poskytnout pacientovi (klientovi) validní informace o tom, co má jíst a co ne, protože nerozumí potravinářství. Nemají nutnou erudici v psychologii výživy. Nemají čas sledovat rychle se rozvíjející vědecké poznání ve výživě ani technologické finty výrobců potravin. Ale hlavně zdravotní pojišťovny jim nezaplatí dvě hodiny dialogu a výuky pacienta ke zdravému životnímu stylu. Proto pacientovi doporučí „střídmou pestrou stravu a pravidelný pohyb“ aniž by byli schopni vysvětlit, co to v reálu znamená.

Problém je legislativa!

Činnost výživového poradce je zatím klasifikována jako „volná živnost“. To se musí změnit. Navrhuji reorganizovat systém vzdělávání výživových poradců za nutného předpokladu zapojení lékařů do výuky.

V čem je tragikomičnost příběhu o výživě a obezitě? V tom, že většina autorů redukčních diet jsou lékaři. Jsou za to napadáni kolegy i odbornými společnostmi. Přitom vědci a řada univerzitních pracovišť marně hledá „svatý grál výživy“. Odborná veřejnost se nedokáže dohodnout, co je správná výživa, neumí posoudit kvalitu potravin a někdy ji ani nenapadne zhodnotit vliv výživy na zdravotní stav pacienta.

Největší podíl na problémech s obezitou mají faktory prostředí a dědičnost. O tom, že problém je „v hlavě“ ani nemluvě.

Laické veřejnosti poslouží „analyzující“ a řešení nabízející publikace od Patrick-Pierre Sabatier-éra „Kniha o všech dietách“ (nakl.Motto 2013). Nejnovější poznatky přináší knížka „K čemu jsou diety“ (nakl.Euromedia-Ikar).

Řešení vidím ve změně legislativy a ve sjednocení osnov vzdělávání, na jejichž formulaci se musí podílet odborníci z řad lékařů. Přitom to nesmí omezit aplikaci individuálního způsobu řešení. Již nyní musíme myslet na ty, kdo rozhodují o zdraví naší mladé populace – rodiče dětí. Jedním z cílů také musí být vytvoření veřejné platformy pro prezentaci názorů a fakt. Je absolutně nutné zvýšit povědomí veřejnosti o významu výživy a kvality potravin. Tyto návrhy zde prezentuji jako činnost mnou založeného spolku Zdravě pro vás.

RNDr.Petr Fořt,CSc.

Konzultant pro personalizovanou výživu a sportovní výživu, autor publikací o výživě, předseda spolku Zdravě pro vás.