

RECENZE

**J. Hendl, L. Dobrý a kol.
Zdravotní benefity pohybových aktivit (Monitorování, intervence, evaluace).**

Karolinum. 2011. 300 s.

Na poli kinantropologických studií se v posledních letech výrazně aktualizuje problematika fyzické aktivity jako integrální součást zdravého životního stylu. Přitom dosavadní badatelská produkce na tomto poli nabízí spíše než celostní pohled na problematiku dílčí studie pedagogicko-medicínské povahy při nedostatečném důrazu na těsný vztah pohybových aktivit a aktivního způsobu života. Tím spíše je nutno uvítat kolektivní práci našich renomovaných odborníků, kteří pod zkušeným editorským vedením pro nakladatelství Karolinum připravili multidisciplinární vhled do této palčivé kinantropologické problematiky.

Recenzovaná práce je i přes široce rozkročený tematický záběr monografickým vhledem do problematiky pohybových aktivit – počínaje konceptuálními důrazy, přes medicínskou perspektivu až po sociologický pohled. Co do struktury příspěvků je jejich proporcionalita alespoň z hlediska témat vyvážená a nabízí ucelený pohled na problematiku, přesahující titulem avizované „možnosti a hodnocení pohybové nedostatečnosti“. A to je jistě dobře.

K nosným, konceptuálně precizně propracovaným, tematicky přínosným, vysoce komplexním a nadmíru informativním patří již první kapitola (L. Dobrý, I. Čechovská), kde nově zaznívá zejména volání po aktivních formách dopravy, zejména chůzi, jako vysoce pozitivním zdravotním benefitu a účinné formě behaviorální intervence. Posledně jmenovaný aspekt je dále rozpracováván ve druhé (rozsahem zřejmě klíčové) kapitole J. Hendlem, který v této souvislosti uvažuje čtyři úrovně působení: individuální, interpersonální, organizační a politicko-legislativní. Zvažuje výhody a nevýhody, možnosti a meze těchto intervencí a uvažuje i o významu teorie a praktických znalostí pro efektivní tvorbu intervenčních programů. V bohatě prezentovaných tabulkách a relevantních komentářích však z důvodů jejich složité konstrukce může čtenář občas ztratit přehled o efektivním působení jednotlivých tříd determinant působení relevantních intervencí. Informativně vysoce hodnotná další kapitola z pera M. Matouška, Š. Svačiny a J. Lajky na novějších statistických datech znovu prokazuje přímou souvislost mezi pohybovou inaktivitou a nadváhou či obezitou; v daném případě kvantifikaci mírné, střední a vyšší fyzické aktivity v relacích sedavého způsobu života. V. Bunc ve čtvrté kapitole hodnotí tělesné zatížení v reálných podmínkách především zorným úhlem populačně se snižující fyzické zdatnosti; za hlavní nápravu tohoto stavu správně považuje cílenou pohybovou intervenci, a to jak ve smyslu její intenzity, tak zorným úhlem trvání, frekvence a v neposlední řadě vyváženým poměrem příjmu a výdeje energie. M. Krejčí dané téma dále rozpracovává v kapitole Podpora zdraví v adekvátních pohybových režimech. K hierarchickým znakům adekvátního pohybového režimu počítá bezpečnost, dostupnost, nastavitelnost, opakovatelnost, saturaci, spontánnost a zvládnutelnost. Autorská skupina ve složení F. Chmelík, K. Frömel a F. Křen testuje výhody a nevýhody internetového systému Indares v kontextu online aplikací na podporu pohybové aktivity, a to jak v mezinárodním měřítku, tak praktickou aplikací na půdě školy.

Sedmá kapitola se zaměřuje na problematiku veřejné politiky a evaluačního výzkumu v podpoře pohybové aktivity (autoři M. Kalman, Z. Hamřík, J. Pavelka), podporu pohybové aktivity správně považují za veřejný problém s rostoucí naléhavostí za situace, kdy roste důraz na osobní odpovědnosti za kvalitu života a zejména zdraví. Tento zorný úhel je dále rozpracováván tématem interakce pohybových aktivit v prevenci nemocí hromadného výskytu a pozornost autorů (Š. Svačina a J. Hendl) zaměřena na vztah výživy, zdraví a celkové kondice. Téma závažné tím spíše, že si stále více uvědomujeme interakční vztah výživy a pohybových aktivit právě v prevenci obezity.

Recenzovanou kolektivní publikaci ocení především zájemci o metodologické problémy modelování v široké problematice pohybových aktivit. Čtenáři jistě uvítají i výkladový česko-anglický slovníček, věcný rejstřík a bohatou odkazovou literaturu.

Aleš Sekot