

Uz podatke o uhranjenosti djece, CroCOSI istraživanjem prikupili smo mnoštvo informacija o stilovima života djece, njihovim prehrabnim navikama te navikama tjelesne aktivnosti i sjedilačkih ponašanja. Prema rezultatima ovog istraživanja, hrvatski osmogodišnjaci ne dosežu preporučeni unos voća i povrća, to jest jedno od troje djece svakodnevno konzumira voće dok povrće svakodnevno konzumira tek jedno od njih petoro. S druge strane, zaslađene sokove kao najčešće izvore skrivenih kalorija u djece četiri i više puta tjedno pije 37,0% djece.

Što se tiče navika tjelesne aktivnosti i sjedilačkih ponašanja, istraživanje je utvrdilo da oko polovice djece odlazi i vraća se iz škole pješice ili nekim drugim aktivnim prijevozom, dok ostala djeca u školu dolaze motoriziranim vozilima. Hrvatski osmogodišnjaci svakoga dana provode vrijeme u aktivnoj igri na otvorenom u skladu s preporukama za tjelesnu aktivnost djece. Prema tome, jedan sat ili dulje u aktivnoj igri tijekom radnog tjedna provodi 91,0% djece te vikendom njih 97,5%. S druge strane, 41,2% osmogodišnjaka u Hrvatskoj tijekom radnog tjedna, a vikendom njih gotovo 80%, provede dva sata ili dulje gledajući televiziju ili koristeći elektroničke uređaje. Sukladno tome, ciljane intervencije usvajanja zdravih navika i prevencije prekomjerne tjelesne mase i debljine trebale bi se temeljiti na poticanju utvrđenih pozitivnih navika provedbe slobodnog vremena na otvorenom u aktivnoj igri s ciljem smanjenja vremena provedenog u sjedilačkim aktivnostima, posebno pred ekranima.

Dodatni podaci, oni o školskim okruženjima, ukazuju na to koliko pojedine škole koje djeca polaze i u kojima provode velik dio svog vremena ulažu u stvaranje zdravih navika i provedbu zdravih stilova života. Prema dobivenim podacima 95,2% škola u okviru nastavnog programa, kao zasebni sat ili u sklopu drugih sadržaja učenike educira o zdravim stilovima života uključujući i pravilnu prehranu. Redovita tjelesna aktivnost učenika neophodna je za očuvanje njihova zdravlja. Kako bi ih dodatno motivirali na tjelesnu aktivnost u slobodno vrijeme, nešto više od polovice škola, njih 55,5% nudi organiziranu tjelesnu aktivnost svojim učenicima izvan nastave. Međutim, u tim aktivnostima sudjeluje tek između četvrtine i polovice učenika. Uz to, mogućnosti poticanja redovite tjelesne aktivnosti učenika ograničene su prostornim uvjetima jer 35,8% uključenih škola nema sportsku dvoranu. Svaka bi osnovna škola trebala osigurati prehranu za svoje učenike tijekom njihovog boravka u školi. Radi povećanja unosa svježeg voća i povrća RH provodi Školsku shemu odnosno dodjelu besplatnih obroka voća i povrća za školsku djecu u koju je uključeno 68,3% škola koje su sudjelovale u ovom istraživanju. Dio namirnica učenicima je dostupan uz plaćanje, to su najčešće zaslađeni topli napitci poput kaka, čaja ili bijele kave u 31,8% osnovnih škola. Ovi podaci, uz podatke o unosu zašećerenih napitaka unutar obiteljskih okruženja govore o važnosti djelovanja na razini svih okruženja, i obiteljskih i školskih, kako bi se smanjio udio unosa napitaka s dodanim šećerima.

Svjesni činjenice da je debljina preventabilna bolest te da je neophodno ulagati napore u očuvanje zdravlja, ovim detaljnim prikazom uhranjenosti, okruženja i navika hrvatskih osmogodišnjaka apeliramo na stvaratelje nacionalnih politika da iste budu što sveobuhvatnije, multisektorne i usmjerene na