Sportující dítě pohledem dětského kardiologa

doc. MUDr. Peter Kubuš, Ph.D.
Dětské kardiocentrum 2. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a Fakultní nemocnice v Motole, Praha

Článek je souhrnným sdělením reflektujícím pohled dětského kardiologa na roli pohybových aktivit v dětském věku v kontextu prevence rozvoje kardiovaskulárních onemocnění a dále na problematiku posuzování schopnosti účasti na organizovaných sportovních aktivitách, se specifickým důrazem na problematiku preparticipačního skríninku sportovců, náhlé srdeční smrti a nejčastěji se vyskytujících potenciálně závažných kardiologických onemocnění u dětí.

Klíčová slova: děti, sport, pohyb, kardiologie, kardiovaskulární onemocnění, rizikové faktory.

Sports and physical activities in children – a paediatric cardiologist view

This article is an overview – from a paediatric cardiologist perspective, of the role of physical activities and exercise in children in preventing the development of cardiovascular diseases and further on issues related to children engaged in regular training or competition, with a special interest on the pre-participation screening of young athletes, sudden cardiac death and the most frequent cardiovascular diseases.

Key words: children, sport, exercise, cardiology, cardiovascular diseases, risk factors.

Úvod

Pohybové aktivity (PA), ať je nazveme sportem, cvičením nebo hraním, jsou dětem vlastní a jsou nezbytnou podmínkou pro jejich fyzický a mentální vývoj. Jejich důležitost reflektují mezinárodní doporučení pro PA v obecné dětské populaci (WHO), přičemž minimálním požadavkem je provozovat je alespoň hodinu denně ve střední až větší intenzitě, preferenčně (nikoli výlučně) aerobního charakteru a s dostatečnou pestrostí provozovaných aktivit, se zařazením intenzivních PA minimálně 3× týdně a zařazením aktivit s cílem posílit kosterní a svalovou soustavu (silové cviky). Termínem sportující dítě pro potřeby tohoto článku se rozumí jedinec, věnující se 1. pravidelnému cvičení/tréninkům s cílem dosahovat maximální výkonnosti (zpravidla z důvodu účasti na organizovaných sportovních akcích), 2. pravidelným rekreačním sportovním aktivitám (1). Ačkoli by se mohlo předpokládat, že závodní sportovci se budou věnovat PA více času a intenzivněji než děti provozující rekreační PA, toto nelze aplikovat obecně, mj. z důvodu vysoké variability sportovních disciplín a různé individuální motivaci k PA. Cílem článku je tedy podat souhrnný pohled dětského kardiologa: 1. na sportovní a pravidelnou PA a její význam pro vyvíjející se dětský organismus s ohledem na dlouhodobé udržení a rozvoj kardiovaskulárního (KV) zdraví, 2. na problematiku posuzování schopnosti dětí věnovat se organizovaným sportovním aktivitám.

Pohybová aktivita v kontextu ostatních rizikových faktorů pro kardiovaskulární onemocnění

Prevalence KV rizikových faktorů u dětí v rozvinutých zemích je tak významná, že jsme ve fázi, která již vyžaduje určitou formu koordinovaných preventivních programů na úrovni celospolečenského konsenzu (2). Cílem je zvýšit KV zdraví u dětí, redukovat břemeno předčasných KV onemocnění (KVO)

DECLARATIONS:

Declaration of originality:
The manuscript is original and has not been published or submitted elsewhere.

Ethical principles compliance:
The authors attest that their study was approved by the local Ethical Committee and is in compliance with human studies and animal welfare regulations of the authors' institutions as well as with the World Medical Association Declaration of Helsinki on Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects adopted by the 18th WMA General Assembly in Helsinki, Finland, in June 1964, with subsequent amendments, as well as with the ICMJE Recommendations for the Conduct, Reporting, Editing, and Publication of Scholarly Work in Medical Journals, updated in December 2018, including patient consent where appropriate.

Conflict of interest and financial disclosures:
None.

Funding/Support:
None.

Cit. zkr: **Pediatr. praxi. 2025;26(5):296-300**
https://**doi**.org/**10.36290/ped.2025.059**
Článek přijat redakcí: 1. 7. 2025
Článek přijat k tisku: 4. 8. 2025

doc. MUDr. Peter Kubuš, Ph.D.
peter.kubus@fnmotol.cz