zo šoubiznisu, influenceri, ale aj spolužiaci či kamaráti, ktorí prezentujú svoj život na sociálnych sieťach.

On-line výzvy môžu byť zamerané pozitívne, napr. rôzne kampane, existujú však aj **nebezpečné on-line výzvy**. Veľké množstvo výziev môže osobám (často v detskom veku) ak sa do nich zapoja spôsobiť vážnu fyzickú či psychickú ujmu. Nebezpečné výzvy v on-line prostredí nabádajú užívateľa internetu k rizikovému správaniu, ktoré môže spôsobiť aj vážnu zdravotnú ujmu (zapojiť sa do plnenia nebezpečných úloh, pri plnení ktorých sa užívatelia fotia či natáčajú ako napr. cvičiť určité cviky a nevhodne zvyšovať intenzitu cvičenia, rýchlo schudnúť za určitý čas daný počet kilogramov a pod.).

Negatívnu úlohu zohráva internet aj v tom, že pre deti a mládež sú ľahko dostupné diéty a rôzne nebezpečné „návody" na schudnutie. Na internete sa môžu žiaci dostať k obsahom, ktoré môžu negatívne pôsobiť na psychický či morálny vývin, ale aj zdravie. Dostáva sa k nim obrovské množstvo informácií, ktoré nevedia adekvátne vyhodnocovať či overovať. Negatívne pôsobia aj diskusné skupiny, kedy sa jej členovia podporujú v nezdravom chudnutí, poskytujú si navzájom rady, ako rýchlo schudnúť. Mnoho z nich trpí poruchou príjmu potravy.

Veľkým nebezpečenstvom je **propagácia porúch príjmu potravy na internete**. Lojda (4) upozorňuje na hnutia proAna a proMia, ktoré obhajujú tieto závažné poruchy ako akceptovaný životný štýl. Tieto webové stránky sú písané formou osobných lisov alebo rozhovorov s Anou a Miou, ako svojimi priateľkami a dôverníčkami. Uverejňujú návody, ako jesť a nepribrať, akým spôsobom dostať jedlo zo seba von tak, aby si to nevšimlo okolie. Ideálom krásy sú trčiace kľúčne kosti, dobre viditeľné rebrá, stehenná medzera. Ako motiváciu používajú tzv. thinspos (nereálne fotografie slúžiace ako inšpirácia), ako odstrašujúci príklad zas fatspiration alebo antispos (fotografie ľudí s nadváhou).

Body shaming je kritika, urážanie alebo forma ponižovania človeka kvôli jeho telesnému vzhľadu, často súvisí s nadváhou alebo obezitou. V spoločnosti existujú určité štandardy krásy a ideály vzhľadu, ktoré sú neraz v rozpore s realitou. Médiá a predovšetkým internet formujú u detí a dospievajúcich predstavu o ideálnom tele.

Internet predstavuje naoko anonymné prostredie, kde sa mladí ľudia necitlivo vyjadrujú k postave alebo vzhľadu iného človeka. Body shaming vzniká ako negatívny dôsledok prezentovaného ideálu krásu, najmä prostredníctvom sociálnych sietí. Tí, ktorí sa od ideálu a trendu odlišujú, sú ponižovaní, čo môže prerásť až do šikanovania či kyberšikanovania.

Väčšinou sa odborníci v súvislosti s body shamingom zameriavajú na šikanovanie či kyberšikanovanie. Môže však negatívne vplývať aj na vznik porúch príjmu potravy.

Na obeť to môže mať (a často aj má) zničujúci dopad, keďže ide o kritiku verejnú, ktorá môže vyvolať ďalšie negatívne komentáre. U ohrozených osôb to môže vyvolať rôzne silné negatívne reakcie s vyústením do poruchy príjmu potravy. Online prostredie môže prispieť k vytváraniu nereálnych ideálov krásy, kde dokonalosť predstavuje nezdravo štíhla postava, čo k tomu výrazne prispieva.

Kopecký et al. (5) uvádzajú výskumné zistenia ohľadne body shamingu, kde 11 % dospievajúcich uviedlo, že v online prostredí zažilo urážky vzťahujúce sa k ich postave. Zistili riziko vzniku poruchy príjmu potravy pri reakcii na body shaming a ďalšie formy agresie: 7,5 % respondentov obmedzilo jedlo, 7,3 % malo pocit, že je „tučný/á", 5,2 % redukovalo jedlo na minimum, 1,7 % zvýšilo príjem potravy a 1,3 % uviedlo prejedanie a následné zvracania. Upozornili však aj na skutočnosť, že negatívna skúsenosť niektorých motivovala pozitívne, čo sa odrazilo v aktivitách podporujúcich zdravý životný štýl (napr. športové aktivity, posilňovanie, zdravé stravovanie).

Aktuálna situácia porúch príjmu potravy u detí a dospievajúcich

Medzi najrozšírenejšie poruchy príjmu potravy zaraďujeme mentálnu bulímiu a mentálnu anorexiu. Ľudia, ktorí trpia týmito poruchami príjmu potravy majú chorobný strach z obezity a stratili kontrolu nad príjmom potravy. Poruchami príjmu potravy trpí nebezpečne veľa dievčat a žien, táto psychická porucha síce postihuje aj chlapcov a mužov, ale v menšej miere. Forejt (6) upozorňuje, že výskyt u chlapcov a mladých mužov je často odhalený neskoro, čo môže byť pre nich o to nebezpečnejšie. Podľa údajov o počtoch vyšetrených osôb s diagnózou F50.0 – F50.9 v Slovenskej republike (7) v roku 2022 ich bolo vo veku do 14 rokov spolu 507 (z toho chlapcov 83), v roku 2023 mierny pokles 466 (z toho chlapcov 80), vo veku 15 až 19 rokov to bolo v roku 2022 spolu 822 (z toho chlapcov 58) a v roku 2023 785 (z toho chlapcov 62), čo potvrdzuje vyšší výskyt u dievčat. V roku 2024 bola situácia podobná. Vo veku do 14 rokov to bolo spolu 489 (z toho chlapcov 78) a vo veku 15 až 19 rokov 745 (z toho 59 chlapcov).

Prieskumy o správaní, ktoré súvisí so zdravím u 11, 13 a 15-ročných školákov v rámci projektu Health Behavior in School-aged Children za roky 2010, 2014 a 2018 poukázali na silný vplyv internetu na život žiakov, ako aj riziká v súvislosti s hodnotením svojej postavy a výskyt symptómov porúch príjmu potravy. V rámci aktuálneho výskumu dotazník vyplnilo 10 163 žiakov, zber údajov prebiehal v apríli až júni 2022 (8): Obavy zo straty kontroly nad jedením uviedlo skoro každé tretie 11-ročné dievča (28 %), viac ako dve pätiny 13- a 15-ročných dievčat (44%) a približne každý piaty chlapec (17 – 22 %). Iba 14% chlapcov vo veku 15 rokov, ale približne pätina chlapcov vo veku 13 a 15 rokov (18 – 21 %) bola presvedčená, že sú tuční, aj keď im ostatní vraveli, že sú príliš chudí. Tretina dievčat vo veku 11 rokov a skoro dve pätiny (37 – 38 %) dievčat vo veku 13 a 15 rokov bola presvedčená, že sú tučné, aj keď im ostatní vraveli, že sú príliš chudé. Zarážajúce je tiež zistenie, že viac ako polovica školákov (50 – 61 %) uviedla, že jedlo je jednou z hlavných vecí v ich živote. Zvýšené je riziko vzniku poruchy príjmu potravy u žiakov, ktorí uviedli dva a viac symptómov: približne tretina chlapcov trpela aspoň dvoma symptómami porúch príjmu potravy (26 – 35 %), vo veku 13 a 15 rokov aspoň dvoma symptómami porúch príjmu potravy trpeli dve pätiny dievčat (39 %) vo veku 11 rokov a polovica dievčat vo veku 13 a 15 rokov (48 – 50 %).

Z uvedených údajov možno konštatovať, že poruchy príjmu potravy sa vo vekovej kategórii detí a mládeže na Slovensku vyskytujú a je potrebné venovať pozornosť aj ich prevencii.

Úloha lekára – pediatra

Lekár – pediater zohráva mimoriadne dôležitú úlohu pri depistáži detí a dospieva-