



<b>Košická župa ocení významné osobnosti kraja a jeho histórie</b> . . . . .	2
Online, ahoj.tv, 11. 4. 2023, 1:31	
<b>Župa ocení špičkového kuchára, folkloristov z Parchovian, kňaza, vedca svetových kvalít, dobrovoľníkov a ďalších inšpiratívnych východniarov</b> . . . . .	3
Online, web.vucke.sk, 11. 4. 2023, 12:11	
<b>Dnes je Svetový deň Parkinsonovej choroby</b> . . . . .	5
Televízia, Správy RTVS, 11. 4. 2023, 19:23	
<b>11. apríl - Svetový deň Parkinsonovej choroby</b> . . . . .	6
Televízia, Správy a komentáre, 11. 4. 2023, 20:20	
<b>Výskyt a príčiny ochorení pohybového aparátu</b> . . . . .	10
Online, prohuman.sk, 11. 4. 2023, 22:37	
<b>Vzájomná interakcia páchatel'a a obeť trestného činu nebezpečného prenasledovania, tzv. stalkingu</b> . . . . .	13
Online, prohuman.sk, 11. 4. 2023, 22:37	
<b>Potraviný dostanú vysvedčenie</b> . . . . .	20
Tlač, Tovar a predaj, 12. 4. 2023	



## Košická župa ocení významné osobnosti kraja a jeho histórie [🔗](#)

📅 11. 4. 2023, 1:31, Zdroj: [ahoj.tv](#) [🔗](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 1 049 GRP: 0,02 OTS: 0,00 AVE: 205 Eur

445x

Župa ocení špičkového kuchára, folkloristov z Parchovian, kňaza, vedca svetových kvalít, dobrovoľníkov a ďalších inšpiratívnych východniarov

Ilustračná fotografia. (Zdroj: FB KSK)

Na galavečeri Košického kraja si prevezme ocenenie 8 jednotlivcov, 8 kolektívov a cti sa dostane aj historickej osobnosti.

Je už tradíciou, že župa si chce pripomínať a ešte viac dostávať do povedomia východniarov, ktorí sa zaslужujú o rozvoj celého kraja. Aj tento rok sa bude konať slávnostné Oceňovania osobností Košického samosprávneho kraja za rok 2022. Na jednom mieste a v rovnakom čase sa preto stretne špička východu z oblasti vedy, umenia, športu, moderných inovatívnych technológií, dobrovoľníctva, ale aj archeológie, gastronómie či pomoci zraniteľným skupinám obyvateľov.

„Širokej verejnosti aj celému Slovensku chceme ukázať, že Košický kraj sa rozvíja najmä vďaka práci usilovných ľudí. Tí sa podpísali pod svetové projekty aj pod prácu, ktorú možno nevidieť na prvý pohľad, no výrazne zlepšujú život, napríklad vylúčeným komunitám. Paleta ocenených je opäť pestrá. Kraj verejne ocení i precízne chute a kreativitu špičkového šéfkuchára Gaba Kocáka, ktorý varil aj pre hollywoodske hviezdy,“ povedal predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka.

Ilustračná fotografia. (Zdroj: FB KSK)

„Som nesmierne rád, že na svoje korene nezabudol a vrátil sa na Slovensko. Ako povedal, michelinským jedlom je pre neho aj domáci chlieb s maslom z miestnej farmy. Kraj si váži ľudí, pre ktorých je pokladom to, čo v ňom našli a pre župu je zas poklad, že sa môže hrdiť takýmito inšpiratívnymi ľuďmi,“

Medzi ocenenými sú napríklad aj folkloristi, ktorí sa hrdia zápisom v Reprezentatívnom zozname nehmotného kultúrneho dedičstva Slovenska pod názvom Karička z Parchovian. Ide o členov folklórneho súboru Parchovianka. Ďalší ocenený pochádza zo Spiša a jeho práca mu doslova zavoňala.

Zakladateľ spoločnosti Herba Drug s.r.o zachránil známe slovenské kozmetické značky pred zánikom tak, že ich odkúpil, čím zároveň poskytol prácu mnohým obyvateľom Smežian a okolia. Významnej cti sa dostane aj slovenskej kapele Peter Bič projekt za ich veľký prínos v populárnej hudbe, ale aj obľúbenému autorovi, ktorý sa venuje najmä tvorbe pre detského čitateľa, Petrovi Karpinskému.

Ilustračná fotografia. (Zdroj: FB KSK)

„Vážime si i prácu tých, ktorí vo svojom fachu robia už desaťročia, príkladom je archeológ Dáriuš Gašaj. Práci vo Východoslovenskom múzeu zasvätil 46 rokov. Župa je hrdá aj na mladé talenty. Jedným z nich je nepochybne Veronika Hudzíkova. Vyvíja digitálneho rehabilitačného terapeuta v aplikácii pre ľudí s obrnou tváre. Magazín Forbes ju zaradil do prestížneho rebríčka 30 pod 30,“ dodal župan.

Osobitnou kategóriou je už tradične historická osobnosť regiónu. Tento raz župa ocení Josefa Polák - In memoriam, a to za inšpiratívny a novátorský prístup v oblasti kultúry, no hlavne za príkladné vedenie Štátneho východoslovenského múzea v Košiciach. To pod jeho vedením aj v ťažkých časoch napredovalo a stalo sa inštitúciou umeleckého pokroku. Slávnostné oceňovanie sa uskutoční 23. apríla v Štátnom divadle v Košiciach. Verejnosť ho bude môcť sledovať vďaka live prenosu.

Ilustračná fotografia. (Zdroj: FB KSK)

Najvyššie verejné ocenenie Košického samosprávneho kraja za rok 2022 si prevezme:

Gymnázium Pavla Horova v Michalovciach

Spevácky zbor Árvalányhaj

Ústav lekárskej a klinickej biochémie, **UPJŠ**

Prof. Ján Dusza



## Župa ocení špičkového kuchára, folkloristov z Parchovian, kňaza, vedca svetových kvalít, dobrovoľníkov a ďalších inšpiratívnych východniarov

11. 4. 2023, 12:11, Zdroj: [web.vucke.sk](http://web.vucke.sk), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 888 GRP: 0,02 OTS: 0,00 AVE: 188 Eur

Na galavečeri si prevezme ocenenie 8 jednotlivcov, 8 kolektívov a cti sa dostane aj historickej osobnosti.

Je už tradíciou, že župa si chce pripomínať a ešte viac dostávať do povedomia východniarov, ktorí sa zaslужujú o rozvoj celého kraja. Aj tento rok sa bude konať slávnostné Oceňovanie osobností Košického samosprávneho kraja za rok 2022. Na jednom mieste a v rovnakom čase sa preto stretne špička východu z oblasti vedy, umenia, športu, moderných inováčných technológií, dobrovoľníctva, ale aj archeológie, gastronómie či pomoci zraniteľným skupinám obyvateľov.

„Širokej verejnosti aj celému Slovensku chceme ukázať, že Košický kraj sa rozvíja najmä vďaka práci usilovných ľudí. Tí sa podpísali pod svetové projekty aj pod prácu, ktorú možno nevidieť na prvý pohľad, no výrazne zlepšujú život, napríklad vylúčeným komunitám. Paleta ocenených je opäť pestrá. Kraj verejne ocení i precízne chute a kreativitu špičkového šéfkuchára Gaba Kocáka, ktorý varil aj pre hollywoodske hviezdy. Som nesmierne rád, že na svoje korene nezabudol a vrátil sa na Slovensko. Ako povedal, michelinským jedlom je pre neho aj domáci chlieb s maslom z miestnej farmy. Kraj si váži ľudí, pre ktorých je pokladom to, čo v ňom našli a pre župu je zas poklad, že sa môže hrdiť takýmito inšpiratívnymi ľuďmi,“ povedal predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka.

Medzi ocenenými sú napríklad aj folkloristi, ktorí sa hrdia zápisom v Reprezentatívnom zozname nehmotného kultúrneho dedičstva Slovenska pod názvom Karička z Parchovian. Ide o členov folklórneho súboru Parchovianka. Ďalší ocenený pochádza zo Spiša a jeho práca mu doslova zavoňala. Zakladateľ spoločnosti Herba Drug s.r.o zachránil známe slovenské kozmetické značky pred zánikom tak, že ich odkúpil, čím zároveň poskytol prácu mnohým obyvateľom Smežian a okolia. Významnej cti sa dostane aj slovenskej kapele Peter Bič projekt za ich veľký prínos v populárnej hudbe, ale aj obľúbenému autorovi, ktorý sa venuje najmä tvorbe pre detského čitateľa, Petrovi Karpinskému.

„Vážime si i prácu tých, ktorí vo svojom fachu robia už desaťročia, príkladom je archeológ Dárius Gašaj. Práci vo Východoslovenskom múzeu zasvätil 46 rokov. Župa je hrdá aj na mladé talenty. Jedným z nich je nepochybne Veronika Hudziková. Vyvíja digitálneho rehabilitačného terapeuta v aplikácii pre ľudí s obrnou tváre. Magazín Forbes ju zaradil do prestížneho rebríčka 30 pod 30,“ dodal župan. Osobitnou kategóriou je už tradične historická osobnosť regiónu. Tento raz župa ocení Josefa Polák - In memoriam, a to za inšpiratívny a novátorsky prístup v oblasti kultúry, no hlavne za príkladné vedenie Štátneho východoslovenského múzea v Košiciach. To pod jeho vedením aj v ťažkých časoch napredovalo a stalo sa inštitúciou umeleckého pokroku. Slávnostné oceňovanie sa uskutoční 23. apríla v Štátnom divadle v Košiciach. Verejnosť ho bude môcť sledovať vďaka live prenosu.

Najvyššie verejné ocenenie Košického samosprávneho kraja za rok 2022 si prevezme:

DFS Parchovianka

Gymnázium Pavla Horova v Michalovciach

Spevácky zbor Árvalányhaj

Mons., Dr.h.c. Jozef Tóth

Ústav lekárskej a klinickej biochémie, **UPJŠ**

Prof. Ján Dusza

Herba Drug, s.r.o.

PhDr. Peter Karpinský, PhD.

Lindvai Slavomír

doc. Ing. Jaroslav Majerník

PhDr. Dárius Gašaj

Grafické štúdio Brut.to

Veronika Hudziková

Gabriel Kocák

Peter Bič Project



U. S. Steel Košice: kolektív zamestnancov - dobrovoľníkov

JUDr. Josef Polák

Autor/zdroj: Archív KSK

Zverejnil: Mgr. Jana Jánošíková

Vytvorené: 11.04.2023 12:11

Upravené: 11.04.2023 12:22



## Dnes je Svetový deň Parkinsonovej choroby [🔗](#)

📅 11. 4. 2023, 19:23, Relácia: **Správy RTVS**, Stanica: **RTVS**, Vydavateľ: **Rozhlas a televízia Slovenska**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: **136 363 GRP**, **3,03 OTS**, **0,03 AVE**: **13936 Eur**

Janette Štefánková, moderátorka:

Na Slovensku ročne pribudne 500 pacientov s Parkinsonovou chorobou. Prejavuje sa nekontrolovateľným trasením, poruchou reči či chôdze. Pribúdajú aj nové spôsoby liečby. 11. apríl je svetový deň tohto ochorenia.

Veronika Čokinová, redaktorka:

Pani Melánia má Parkinsona od štyridsiatky - už 22 rokov. Začal sa jej trasením pravej ruky. Neskôr sa pridružili samovoľné pohyby hlavy i nôh a napokon aj stuhnuté svaly.

Melánia Kahanová, pacientka s Parkinsonovou chorobou:

Keď mi liek už dochádza a ešte som si nedala novú tabletku, tak začínam pomaličky tuhnúť. Už cítim, ako mi prsty mi začínajú tuhnúť. Keby som si nedala ďalší liek, tak by som stuhla, ani by som sa nevedela postaviť.

Veronika Čokinová, redaktorka:

Parkinsonova choroba pani Melánii zmenila osobný aj profesný život. Keď začala mávať mikrosprávky, musela sa vzdať práce. Postupne sa s ochorením naučila žiť.

Melánia Kahanová, pacientka s Parkinsonovou chorobou:

Parkinson mi veľa vecí zobral. Napríklad kávu mi zobral, zobral mi čítanie, ale dal mi veľa pekných vecí - kreativitu. Maľujem, štrikujem, háčkujem. Ja veľmi veľa chodím cez deň, mám také trojhodinové prechádzky, lebo človek sa musí pohybovať, aby nezačal tuhnúť.

Veronika Čokinová, redaktorka:

Parkinsonovou chorobou, teda druhým najrozšírenejším neurodegeneratívnym ochorením, trpí na Slovensku vyše 19 000 ľudí. Na rozdiel od zvyšku sveta u nás postihuje častejšie ženy ako mužov. Vyliečiť sa nedá. Pacienti musia užívať lieky, ich stav dokáže zlepšiť aj unikátna metóda hlbokaj stimulácie mozgu.

Matej Škorvánek, neurológ, Neurologická klinika UNLP a LF **UPJŠ** Košice:

Pri implantácii neurostimulátora, to znamená elektród do mozgu, stimulujeme určité špecifické oblasti alebo dráhy v mozgu, ktoré nám spôsobujú všetky tie neurologické ťažkosti od trasenia cez spomalenia, cez stuhnutosť a tak ďalej. Elektrickou stimuláciou pacienta vieme držať na veľmi vyrovnanej hladine hybnosti prakticky v priebehu celého dňa.

Veronika Čokinová, redaktorka:

Celosvetovo túto liečbu podstúpilo viac ako 300 000 pacientov, na Slovensku vyše 250. Zárok robia lekári na klinikách v Bratislave aj Košiciach.

Matej Škorvánek, neurológ, Neurologická klinika UNLP a LF **UPJŠ** Košice:

Vo všeobecnosti sa bavíme o pacientoch zhruba do veku 70 rokov a ten kľúčový faktor, kedy pacient by mal byť zvážený pre liečbu neurostimuláciou, je to, že mu v priebehu dňa kolíše stav. To znamená chvíľu je dobre, chvíľu je zle.

Veronika Čokinová, redaktorka:

Znížiť riziko vzniku Parkinsonovej choroby môžeme podľa odborníkov pravidelným pohybom aj zdravou stravou. Veronika Čokinová, RTVS.



## 11. apríl - Svetový deň Parkinsonovej choroby

11. 4. 2023, 20:20, Relácia: **Správy a komentáre**, Stanica: **RTVS 24**, Vydavateľ: **Rozhlas a televízia Slovenska**, Sentiment: **Positívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**. Kľúčové slová: **UPJŠ**

Klaudia Suchomel Guzová, moderátorka

11. apríl je Svetovým dňom Parkinsonovej choroby. Na Slovensku každý rok pribudne asi 500 nových pacientov. Nekompatibilné trasenie, porucha reči či chôdze, aj takéto prejavy má Parkinsonova choroba. Pribúdajú však aj nové spôsoby liečby.

Veronika Čokinová, redaktorka

Pani Melánia má Parkinsona od štyridsiatky už 22 rokov. Začal sa jej trasením pravej ruky, neskôr sa pridružili samovoľné pohyby hlavy i nôh a napokon aj stuhnuté svaly.

Melánia Kahanová, pacientka s Parkinsonovou chorobou

Keď mi liek už dochádza a ešte som si nedala novú tabletku, začínam pomaličky tuhnúť. Cítim jak mi prsty začínajú tuhnúť, keby som si nedala ďalší liek, tak by som stuhla a by som sa nevedela postaviť.

Veronika Čokinová, redaktorka

Parkinsonova choroba pani Melánii zmenila osobný aj profesný život. Keď mávať mikrosprávky, musela sa vzdať práce, postupne sa s ochorením naučila žiť.

Melánia Kahanová, pacientka s Parkinsonovou chorobou

Parkinson mi veľa vecí zobral, napríklad kávu mi zobral, zobral mi čítanie a dal mi veľa pekných vecí, kreativitu, maľujem, štrikujem, háčkujem. Ja veľmi veľa chodím cez deň, mám také trojhodinové prechádzky, lebo človek sa musí pohybovať, aby nezačal tuhnúť.

Veronika Čokinová, redaktorka

Parkinsonovou chorobou, teda druhým najrozšírenejším neurodegeneratívnym ochorením, trpí na Slovensku vyše 19 tisíc ľudí. Na rozdiel od zvyšku sveta, u nás postihuje častejšie ženy ako mužov. Vyliečiť sa nedá, pacienti musia užívať lieky, stav dokáže zlepšiť aj unikátna metóda hlboké stimulácie mozgu.

Matej Škorvánek, neurológ, Neurologická klinika UNLP a LF **UPJŠ** Košice

Pri implantácii neurostimulátora, to znamená, elektrónom do mozgu stimulujeme určité špecifické oblasti alebo dráhy v mozgu, ktoré nám spôsobujú všetky tie neurologické ťažkosti od trasenia, cez spomalenia, cez stuhnutosť a tak ďalej elektrickou stimuláciou pacienta vieme držať na veľmi vyrovnanej hladine hybnosti prakticky v priebehu celého dňa.

Veronika Čokinová, redaktorka

Celosvetovo túto liečbu podstúpilo viac ako 300 tisíc pacientov, na Slovensku vyše 250. Zárok robia lekári na klinikách v Bratislave aj v Košiciach.

Matej Škorvánek, neurológ, Neurologická klinika UNLP a LF **UPJŠ** Košice

Vo všeobecnosti sa bavíme o pacientoch zhruba do veku 70 rokov a ten kľúčový faktor, kedy pacient by mal byť zvažovaný pre liečbu neurostimuláciou je to, že v priebehu dňa kolíše stav a to znamená, chvíľu je dobre, chvíľu je zle.

Veronika Čokinová, redaktorka

Znížiť riziko vzniku Parkinsonovej choroby môžeme podľa odborníkov pravidelným pohybom aj zdravou stravou. Veronika Čokinová, RTVS.

Klaudia Suchomel Guzová, moderátorka

O Parkinsonovej chorobe sa podrobnejšie porozprávame s neurologičkou Alicou Martinkovičovou, ktorú vítam v štúdiu, dobrý večer.

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

Prijemný dobrý večer.

Klaudia Suchomel Guzová, moderátorka



V reportáži sme teda videli pacientku Melániu, ktorá sa podelila o svoj život s Parkinsonovou chorobou. Hovorila, že ju teda stretla po 40. roku života, čo je pomerne skoro. Začalo to trasom ruky, je to asi ten najčastejší príznak, ale aké ďalšie prejavy možno môže mať Parkinsonova choroba?

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

V rámci tých motorických prejavov ako aj pani Melánia udávala, že má tras, je to v podstate by som povedala, ten najviditeľnejší príznak, častokrát sú ale aj iné príznaky, ktoré sú zaradené medzi tie hlavné motorické prejavy a to je už aj ona sama spomínala, svalovú stuhnutosť, ktorá ju vlastne limituje v tom pohybe a celková spomalenosť pohybov a taká porucha vlastne postoja chôdze, že ten človek je naklonený dopredu, má také drobné šuchavé kroky, to sú tie motorické prejavy, ktoré sú v podstate viditeľné, ale toto ochorenie sprevádzajú aj nemotorické prejavy, ktoré častokrát môžu byť niekoľko rokov vopred už u pacienta prítomné ešte predtým, než sa objavia tie motorické prejavy.

Kludia Suchomel Guzová, moderátorka

Môže si pacient všimnúť?

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

Môže si ich všimnúť a častokrát sa môže na ne aj liečiť, len nie sú identifikované správne ako Parkinsonova choroba, lebo medzi tie prejavy patrí napríklad depresia, úzkosť, čo je prakticky prejav psychiatrický a pacienti častokrát sú vedení aj možno kvôli úzkosti a depresii, častokrát sú to rôzne prejavy stuhnutosti ramena iba, keď vlastne chodia niekoľko rokov k ortopédovi a stále nie a nie prísť na to, že čo s tým ramenom je a následne sa v podstate prepukne aj tie zvyšné motorické prejavy toho ochorenia.

Kludia Suchomel Guzová, moderátorka

Ako sa teda vlastne dopracujem k tej diagnóze, k tej samotnej diagnostike Parkinsonovej choroby, ako to prebieha.

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

Tak keď ja ako pacient musím identifikovať, že mám nejaký problém. Následne idem k svojmu obvodnému lekárovi, to je taký bežný postup, ktorý mi urobí nejaké vyšetrenia. Ono z krvi sa to nejakým spôsobom zistiť nedá, je to skôr o tom, že ten rozhovor s pacientom, vám ako keby pacient sám vie nejaké tie základné prejavy. Môže vám povedať, že niektoré si ani nevšimnete, strata čuchu alebo nejaké poruchy spánku, vy ako musíte pátrať po tých veciach, lebo nie ku všetkému sa človek aj prizná alebo nie všetko si spojí s daným ochorením a v podstate dôležité je aj možno toho praktického lekára, ktorého navštevujú, že toho pacienta vlastne odošle, keď má akékoľvek podozrenie na to, že by sa mohlo jednať o neurodegeneratívne ochorenie, napríklad to môže byť aj prejav v rodine.

Kludia Suchomel Guzová, moderátorka

Ale tieto príznaky, ktoré teraz spomínate, naozaj sú veľmi rozšírené a veľa ľudí dnes trpí depresiami, kadejakými bolesťami ruky, ramena a tak ďalej.

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

Áno, nechcem teraz urobiť nejakú paniku všeobecnú, že každý kto má depresiu, bude mať aj Parkinsonovu chorobu, ale minimálne je treba byť sledovaný a čo najskôr sa dá odoslať toho pacienta potom do toho centra pre tú liečbu alebo teda k špecialistovi v podstate pre toto ochorenie.

Kludia Suchomel Guzová, moderátorka

Kto teda povie alebo kto diagnostikuje Parkinsonovu chorobu, existuje na nejaký test?

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

V podstate základnou diagnostikou je klinická diagnostika, čiže vy keď vidíte minimálne jeden z tých motorických prejavov plus ešte jeden dajme tomu, že pacient je spomalený plus má tras alebo je spomalený a má istú svalovú stuhnutosť, tak vy môžete s istotou povedať, no s istotou sa to nedá, môžete prejavíť to podozrenie na to, že sa jedná pravdepodobne o Parkinsonizmus alebo Parkinsonovu chorobu. Následne v podstate skúsite dať liečbu, čiže tá liečba je hradenie tej danej látky, ktorá v tom mozgu sa už nenachádza buď priamo alebo sú rôzne spôsoby, ako to môžete ešte dodávať, buď stimulujete ešte receptory, ktoré sú v mozgu alebo zabraňujete tomu, aby sa ten dopamin rozkladal, čiže v podstate vyskúšate v úvode nejakú liečbu, na ktorú keď pacient odpovedá a väčšinou odpovedajú tak, že naozaj sa im zmení ako keby aj taká kvalita života, že zrazu proste pocítia dostatok energie, že už sú rýchlejší, že aj tras sa zmiernil, tak môžete povedať, že sa jedná o klinické ochorenie. Samozrejme ak sú nejaké pochybnosti, existuje vyšetrenie, ktoré je vlastne po podaní rádiofarmaka, je to špeciálne vyšetrenie, sa môžu zobraziť nejakým spôsobom zníženie vychytávania toho daného



rádiofarmaka na podklade toho, že tam je nedostatok tej látky a to je dopamin.

Kludia Suchomel Guzová, moderátorka

Pani Melánia v reportáži spomenula, že trpí Parkinsonovou chorobou od štyridsiatky, mne teda osobne príde akože skoro. V ako veku najčastejšie pacientov táto choroba postihuje, dá sa vôbec povedať, že áno, je to skôr vo vyššom alebo môže to prísť aj skôr?

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

Najčastejšie je to okolo päťdesiatky, šesťdesiatky, čo sa týka, ale samozrejme existujú formy, ktoré sa nazývajú takzvané /nezrozumiteľné/, že v mladom veku nastupujú príznaky a to môže byť častokrát aj pred tridsiatkou, aj okolo tridsiatky. V podstate následne existujú aj takzvané /nezrozumiteľné/, takže to sú už pacienti, ktorí sú už možno starší, ale ten taký zlatý štandard nastupuje okolo tej päťdesiatky, šesťdesiatky.

Kludia Suchomel Guzová, moderátorka

Ako sa tomu dá predchádzať, dá sa tomu vôbec predchádzať?

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

V podstate neurogenerácia bohužiaľ je neliečiteľná, je liečiteľná, ale samozrejme tak ako každé ochorenie, aby sme sa vyhli či už zvýšenému cholesterolu alebo zvýšeným hodnotám tlaku krvi, my vieme pre to telo niečo urobiť. My vieme stimulovať ten mozog a tie svalové bunky, proste všetky bunky nášho tela k tomu, aby sme trochu spomalili alebo na nejaký čas možno aj zastavili tú neurogeneráciu a to je pravidelný svalový pohyb. Ako že pán doktor spomínal v reportáži, aj zdravá výživa a zdravý životný štýl a pravidelná pohybová aktivita vedie a to nielen spomaliť neurogeneráciu alebo na nejaký čas ju oddialiť, ale zároveň, keď už máme /nezrozumiteľné/ pacientov nejakým spôsobom liečime tabletkami, tak vždy je najdôležitejšia alfa-omega je ten fyzický pohyb. Sama pani Melánia povedala, že musí sa chodiť prechádzať aj 3 hodiny, lebo to jej vlastne zmiernuje tú stuhnutosť, lebo keď si zoberiete, že vlastne jedným z tých príznakov je svalová stuhnutosť, tak keď iba sedím a nič nerobím, tak vlastne ja ani nedávam stimul tomu telu, že by malo nejak inak sa chovať, čiže častokrát to cvičenie zmierni tie príznaky samotné, samozrejme bez liečby to už potom nejde, ale je to veľmi dobrý pomocník v liečbe.

Kludia Suchomel Guzová, moderátorka

Takže ten pohyb je veľmi dôležitý, ale teda tá samotná liečba v čom spočíva, sú to teda tie lieky, ktoré ste spomínali. Je to všetko?

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

No v prvom rade sú to lieky, ktoré vlastne nejakým spôsobom tým mechanizmom účinku či už zabraňujú alebo dodávajú priamo dopamin, zabraňujú jeho rozkladu, stimulujú nejaké receptory. Samozrejme nejaké doplnkové výživy, stravy, aby tá strava bola pestrá. Tie lieky sa napríklad nesmú kombinovať s mliečnymi výrobkami, to neznamená, že ten pacient si nemôže dať jogurt cez deň, ale určite nemôže liek zapiť liekom, lebo zhoršuje sa vstrebávanie toho lieku, oni sú niektoré aj také, možno trochu horšie stráviteľné, tak my vždy pacientov dôsledne poučíme aj o tom režime, že musia dodržiavať presne časovo ako je daný, lebo bohužiaľ ten liek má taký účinok, že v podstate keď ho požívate, zhruba za hodinu a pol vám nastúpi nejaký ten 100-percentný účinok a potom zrazu klesá znova tá hodnota, čiže vy musíte tomu pacientovi vysvetliť viac ako len keď niekto naordinuje, že dajte si ráno tento liek a už máte celý deň pokoj, my musíme trochu viac inštruovať o tom, že musíte liek užívať presne v tých časoch, nalačno, respektíve aspoň teda nejaké dve hodinky po jedle, nesmiete to kombinovať s hocičím, čiže je to dosť aj obmedzujúce, keď sa nad tým tak zamyslíme, že nie vždy je to úplne také prijateľné liečba a fyzický pohyb. No a čo sa týka pokročilých štádií, už máme nejaké iné formy liečby, keď už bohužiaľ zlyháva táto farmakoterapia, ona v podstate je účinná, ale s priebehom ďalšej neurodegenerácie môže už ako keby mať nedostatočný efekt ako pán docent Škorvánek povedal, aj tá hlboká mozgová stimulácia musia byť počas dňa nejaké výkyvy, kedy sa cíti pacient dobre a kedy je extrémne napríklad stuhnutý, zvýrazní sa tras, prípadne nejaké iné prejavy toho ochorenia. No a samozrejme čo sa týka tých nemotorických prejavov, ak je potrebné užívať nejaké antidepresíva, netreba sa toho báť, lieky proti úzkosti a tak ďalej, to sú už také ako keby koliečka k tej liečbe, ktorá je základná.

Kludia Suchomel Guzová, moderátorka

Áké majú vyhliadky pacienti s Parkinsonovou chorobou do budúcnosti, myslím v takom zmysle, že ten výskum vieme, že vlastne neustále prebieha. Áké sú výsledky alebo hovoríme o chorobe, ktorú vieme liečiť, ale nevieme ju vyliečiť.

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

Preto hovoríme vždy pacientom, je to také heslo, že aby si nemysleli, lebo v podstate keď vy sa dozviete takúto správu, že máte ochorenie, ktoré je neurodegeneratívne, v podstate je to druhé najčastejšie neurodegeneratívne ochorenie. V porovnaní s Alzheimerovou chorobou, kde vy vlastne v podstate zhoršujú sa vám aj tie psychické funkcie, aj tá pamäť a celkovo tá kvalita života, v tomto prípade tie





psychické funkcie nie sú takým spôsobom narušené, človek je ako keby zamknutý vo vlastnom tele, že uvedomuje si všetko, čo sa okolo neho deje, uvedomuje si to, aké je to preňho napríklad zneschopňujúce, ale uvedomuje si to stopercentne, že v podstate možno až v pokročilejších štádiách, keď sa objavia aj nejaké problémy s pamäťou, tak vtedy je možno už také iné, ale vždy treba tých pacientov povzbudiť, treba im povedať, aby sa ideálne združovali možno aj v skupinách s rovnakými pacientami s rovnakou diagnózou, nevyčleňovať sa zo spoločnosti aj keď sa častokrát je ochorenie stigmatizované, čiže pacienti sa hanbia, cítia sa nepríjemne na podklade tých výkyvov je to niekedy aj možno z hľadiska tej spoločnosti aj som rada, že o tom hovoríme tu, lebo pre tých, aj pre nás obyčajných ľudí alebo pre ľudí, ktorí sa tomu nevenujú, je veľmi dôležité vedieť a každý rok možno o tom počúvať, že sú takí pacienti a treba sa k nim, nie že ich ľutovať, ale treba mať k nim zhovievavosť, že proste keď som v rade niekde v potravinách a je predom mnou pacient, ktorý je pomalší, ktorý nevie tak rýchlo vyložiť ten košík ako ja, tak netreba proste, lebo tým pacientom to ublíži ešte viac, lebo oni z toho stresu ešte majú ako keby horšiu tú pohyblivosť, čiže aj pre nás ľudí...

Klaudia Suchomel Guzová, moderátorka

Je to pochopenie a tolerancia.

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

A potom pre tých pacientov je pomocné a venovať sa im, odporúčať im rôzne spoločenské tance napríklad, lebo to je veľmi dobrá terapia, bicyklovanie a všetky rôzne formy športov. Máme pacientov, ktorí dokonca ja neviem, závodne hrajú pingpong, že to nie je, už som invalidizovaný a ako keby nie je nikde treba, naopak, treba sa najviac zapájať do tých aktivít, ktoré by na prvý pohľad sa zdali, že sú nezávládnuteľné.

Klaudia Suchomel Guzová, moderátorka

A ešte sa predsa len vrátim k tomu výskumu. Vlastne vieme už čo Parkinsonovu chorobu spôsobuje? Čo to je?

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

Tak ono tie primárne alebo teda to idiopatické ochorenie tam je viacero v podstate nejakých etiológií, niekedy nevieme, že čo to je, niekedy to môže byť alebo výskum sa teraz venuje aj identifikácii rôznych génov, ktoré môžu za toto ochorenie byť zodpovedné. Samozrejme z hľadiska nejakého etického je to také, tak som zdravá, dám sa vyšetriť, zistia mi, že mám gén, ten gén môže sa prejaviť, nemusí sa prejaviť, veľakrát je to dedičné ochorenie, že ak to niekto v rodine mal, tak možno to budem mať aj ja, tiež to nie je úplná až stopercentná istota. Sú rôzne vonkajšie faktory, teda faktory vonkajšieho prostredia, ktoré na to vplyvajú, ale v podstate z dosť veľkej miery je to ochorenie ako keby idiopatické, to znamená, že nemá nejakým spôsobom príčinu a aj to je niekedy také pre tých pacientov v podstate také traumatizujúce, veď ako prečo som, prečo, ako sa to stalo, čiže aj s tým treba pracovať.

Klaudia Suchomel Guzová, moderátorka

Ďakujem vám veľmi pekne za váš čas, že ste si ho našla a prišli do štúdia porozprávať o tejto vážnej téme. Hovorili sme s Alicou Martinkovičovou, neurologičkou, pekný večer.

Alice Martinkovičová, neurologička, UNB

Pekný večer.



## Výskyt a príčiny ochorení pohybového aparátu

11. 4. 2023, 22:37, Zdroj: [prohuman.sk](https://prohuman.sk) , Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 328 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 105 Eur

Teoretické príspevky Zdravotníctvo

Occurrence and causes of diseases of the musculoskeletal system/

Abstrakt: Ochorenia podporno-pohybovej sústavy sú častou príčinou zníženej schopnosti pracovať, predčasného odchodu z pracovného pomeru a zníženého blahobytu. Poznanie rizikových faktorov, či už individuálnych alebo vyskytujúcich sa na pracovisku, je dôležitým predpokladom vytvárania preventívnych stratégií, ktoré umožnia zníženie prevalence týchto porúch.

Kľúčové slová: muskuloskeletálne ochorenia, príčiny, rizikové faktory

Abstract: Diseases of the musculoskeletal system are a frequent cause of reduced ability to work, early retirement from employment and reduced well-being. Knowledge of risk factors, whether individual or occurring in the workplace, is an important prerequisite for the creation of preventive strategies that will enable the prevalence of these disorders to be reduced.

Key words: musculoskeletal diseases, causes, risk factors

Muskuloskeletálne ochorenia sú ochorenia pohybového systému, ktorý zahŕňa svaly, kosti, kĺby a príslušné spojivové tkanivá. Poškodenia podporno-pohybovej sústavy zahŕňajú viac ako 150 rôznych stavov, ktoré muskuloskeletálny systém postihujú, a sú charakterizované poruchami svalov, kostí, kĺbov a príslušných spojivových tkanív, ktoré vedú k dočasným alebo celoživotným obmedzeniam fungovania. Muskuloskeletálne poškodenia sú typicky charakterizované bolesťou, často pretrvávajúcou, obmedzeniami mobility a obratnosti, čo znižuje schopnosť ľudí pracovať, resp. vedie k predčasnému odchodu z práce, nižšej úrovni blahobytu a zníženej schopnosti zúčastňovať sa na živote v spoločnosti. Bolesť, ktorá sa vyskytuje v pohybovom aparáte, je najbežnejšou formou nerakovinovej bolesti.

Ochorenia pohybového aparátu sú hlavným prispievateľom k zdravotnému postihnutiu na celom svete, pričom bolesti v dolnej časti chrbta sú jedinou hlavnou príčinou zdravotného postihnutia v 160 krajinách. V dôsledku rastu populácie a starnutia sa počet ľudí žijúcich s muskuloskeletálnymi ochoreniami a súvisiacimi funkčnými obmedzeniami rýchlo zvyšuje.

Muskuloskeletálne ochorenia sa vyskytujú počas celého života – od detstva až po vyšší vek. Siahajú od stavov, ktoré vznikajú náhle a sú krátkodobé (ako sú zlomeniny, vyvrtnutia a napätia, spojené s bolesťou a obmedzeniami fungovania), až po dlhodobé stavy, ako je chronická primárna bolesť v dolnej časti chrbta a osteoartrída.

Muskuloskeletálne ochorenia zahŕňajú stavy, ktoré ovplyvňujú:

kĺby, ktorými sú napríklad osteoartrída, reumatoidná artrída, psoriatická artrída, dna, spondyloartrída; kosti, napr. osteoporóza, osteopénia a s ňou spojené zlomeniny z krehkosti, traumatické zlomeniny; svaly, napr. sarkopénia; viaceré oblasti tela alebo systémy, ako sú regionálne (napr. bolesť chrbta a krku) a rozšírené (napr. fibromyalgia) bolestivé stavy, zápalové ochorenia, ako sú ochorenia spojivového tkaniva a vaskulitída, ktoré majú muskuloskeletálne prejavy, napríklad systémový lupus erythematosus, alebo amputácia v dôsledku ochorenia alebo traumy.

Ochorenia pohybového aparátu sú tiež najväčším prispievateľom ku globálnej potrebe rehabilitácie. Patria medzi najväčších prispievateľov k potrebe rehabilitačných služieb u detí a predstavujú približne dve tretiny všetkých dospelých, ktorí potrebujú rehabilitáciu. Muskuloskeletálne stavy často koexistujú s inými neprenosnými ochoreniami a zvyšujú riziko vzniku iných neprenosných ochorení, ako sú kardiovaskulárne ochorenia. Ľudia s muskuloskeletálnymi stavmi sú tiež vystavení vyššiemu riziku vzniku problémov duševného zdravia.

### Výskyt

Nedávna analýza údajov Global Burden of Disease (GBD) z roku 2019 ukázala, že približne 1,71 miliardy ľudí na celom svete žije s muskuloskeletálnymi ochoreniami vrátane bolesti v dolnej časti chrbta, bolesti krku, zlomenín, iných zranení, osteoartrídy, amputácie a reumatoidnej artrídy. Zatiaľ čo prevalencia ochorení pohybového aparátu sa líši podľa veku a diagnózy, postihnutí sú ľudia všetkých vekových kategórií na celom svete. Z hľadiska počtu ľudí sú najviac postihnuté krajiny s vysokými príjmami – 441 miliónov, za nimi nasledujú krajiny v regióne západného Tichomoria so 427 miliónmi, v regióne juhovýchodnej Ázie s 369 miliónmi postihnutých. Muskuloskeletálne ochorenia sú tiež najväčším prispievateľom k rokom života so zdravotným postihnutím (Years of healthy life Lost due to Disability - YLD) na celom svete s približne 149 miliónmi YLD, čo predstavuje 17 % všetkých YLD na celom svete.

Bolesť v dolnej časti chrbta sú hlavným prispievateľom k celkovej záťaži muskuloskeletálnych stavov (570 miliónov prevládajúcich prípadov na celom svete, čo je zodpovedné za 7,4% globálnych YLD). Medzi ďalšie faktory, ktoré prispievajú k celkovej záťaži muskuloskeletálnych ochorení, patria zlomeniny u 440 miliónov ľudí na celom svete (26 miliónov YLD), osteoartrída (528 miliónov ľudí; 19 miliónov YLD), bolesť krku (222 miliónov ľudí; 22 miliónov YLD), amputácie (180 miliónov ľudí; 5,5 milióna YLD), reumatoidná artrída



(18 miliónov ľudí; 2,4 milióna YLD), dna (54 miliónov ľudí; 1,7 milióna YLD), iné ochorenia pohybového aparátu (453 miliónov ľudí; 38 miliónov YLD).

Zatiaľ čo prevalencia ochorení pohybového aparátu sa zvyšuje s vekom, postihnutí sú aj mladší ľudia, často počas rokov s najvyšším príjmom. Napríklad detské autoimunitné zápalové stavy, ako je juvenilná artritída, ovplyvňujú vývoj detí, zatiaľ čo bolesť v dolnej časti chrbta je hlavným dôvodom predčasného odchodu z pracovného pomeru. Spoločenský vplyv predčasného odchodu do dôchodku z hľadiska priamych nákladov na zdravotnú starostlivosť a nepriamych nákladov (t. j. absencie v práci alebo straty produktivity) je obrovský. Prognózy ukazujú, že počet ľudí s bolesťami v dolnej časti chrbta sa v budúcnosti zvýši a ešte rýchlejšie v krajinách s nízkymi a strednými príjmami.

#### Príčina porúch podporno-pohybovej sústavy

Keď je človek vystavený rizikovým faktorom poškodenia podporno-pohybovej sústavy, začne byť unavený. Keď únava prekročí regeneračný systém tela, vyvinie sa u neho nerovnováha pohybového aparátu. Postupom času, keď únava naďalej predbieha zotavenie a pretrváva nerovnováha pohybového aparátu, vzniká muskuloskeletálna porucha. Tieto rizikové faktory možno rozdeliť do dvoch kategórií:

ergonomické rizikové faktory súvisiace s prácou a individuálne rizikové faktory.

#### Individuálne rizikové faktory

Ľudské bytosti sú viacrozmerné. Ak sa obmedzíme na jedinečnú príčinu poškodení podporno-pohybovej sústavy, obmedzíme našu schopnosť vytvoriť stratégiu prevencie, ktorá sa bude týkať viacrozmerného pracovníka. Musíme sa zaoberať rizikovými faktormi na pracovisku aj individuálnymi rizikovými faktormi. Jednotlivé rizikové faktory zahŕňajú:

Zlé individuálne pracovné postupy. Pracovníci, ktorí používajú zlé pracovné postupy, mechaniku tela a zdvíhacie techniky, zavádzajú zbytočné rizikové faktory, ktoré môžu prispieť k poškodeniu podporno-pohybovej sústavy. Tieto nesprávne praktiky vytvárajú zbytočný stres v ich telách, ktorý zvyšuje únavu a znižuje schopnosť ich organizmu správne sa zotaviť. Zlé celkové zdravotné návyky. Pracovníci, ktorí nadmerne fajčia, pijú, sú obézní alebo vykazujú množstvo ďalších zlých zdravotných návykov, sa vystavujú riziku nielen muskuloskeletálnych porúch, ale aj iných chronických ochorení, ktoré skrátiť ich zdravie. Zlý odpočinok a zotavenie. Poškodenia podporno-pohybovej sústavy sa vyvíjajú, keď únava prekročí systém obnovy pracovníkov, čo spôsobí nerovnováhu pohybového aparátu. Pracovníci, ktorí nedostanú primeraný odpočinok a zotavenie, sa vystavujú vyššiemu riziku. Zlá výživa, kondícia a hydratácia. V rozvinutých krajinách je alarmujúci počet ľudí podvyživených, dehydrovaných a na takej zlej úrovni fyzickej zdatnosti, že vychádzanie po jednom schodisku mnohým ľuďom vyrazí dych. Pracovníci, ktorí sa nestarajú o svoje telo, sa vystavujú vyššiemu riziku vzniku muskuloskeletálnych a chronických zdravotných problémov.

Vystavenie týmto individuálnym rizikovým faktorom stavia pracovníkov na vyššiu úroveň rizika poškodenia podporno-pohybovej sústavy.

#### Rizikové faktory súvisiace s prácou

Dizajn pracoviska zohráva kľúčovú úlohu pri rozvoji poškodení podporno-pohybovej sústavy. Keď je pracovník požadovaný, aby vykonával prácu, ktorá je mimo schopností a obmedzení jeho tela, žiada sa od neho, aby ohrozil svoj pohybový aparát. V týchto situáciách nám objektívne hodnotenie návrhu pracoviska (resp. konkrétneho pracovného miesta) hovorí, že systém obnovy organizmu pracovníka nebude schopný držať krok s únavou, ktorá bude spôsobená vykonaním práce. Hodnotenie nám povie, že sú prítomné ergonomické rizikové faktory, pracovníkovi hrozí rozvoj nerovnováhy pohybového aparátu a tým pádom sa muskuloskeletálna porucha stáva bezprostrednou realitou.

#### Rizikové ergonomické faktory

Existujú tri primárne ergonomické rizikové faktory:

Časté opakovanie úloh. Mnohé pracovné úlohy a cykly majú opakujúci sa charakter a sú často riadené hodinovými alebo dennými výrobnými cieľmi a pracovnými procesmi. Vysoké opakovanie úloh v kombinácii s inými rizikovými faktormi, ako je vysoká sila a/alebo nepríjemné polohy, môže prispieť k tvorbe poškodení podporno-pohybovej sústavy. Úloha sa považuje za vysoko opakujúcu sa, ak je čas cyklu 30 sekúnd alebo menej. Silná námaha. Mnoho pracovných úloh vyžaduje vysoké silové zaťaženie ľudského tela. Svalová námaha sa zvyšuje v reakcii na vysoké požiadavky na silu, čím sa zvyšuje súvisiaca únava, ktorá môže viesť k poškodeniu podporno-pohybovej sústavy. Opakujúce sa alebo trvalé nevhodné držanie tela. Nepríjemné držanie tela kladie nadmernú silu na kĺby a preťažuje svaly a šľachy okolo postihnutého kĺbu.

Kĺby tela sú najúčinnejšie, keď pracujú najbližšie k strednému pohybu kĺbu. Riziko poškodenia podporno-pohybovej sústavy sa zvyšuje, ak sa s kĺbmi pracuje mimo tohto stredného rozsahu opakovane alebo počas dlhšieho časového obdobia bez primeraného času na zotavenie.



Vystavenie týmto rizikovým faktorom na pracovisku vystavuje pracovníkov vyššej úrovni rizika poškodenia podporno-pohybovej sústavy. Vysoké opakovanie úloh, silná námaha a opakujúce sa/trvalé nepríjemné držanie tela unavujú telo pracovníka nad rámec jeho schopnosti zotaviť sa, čo vedie k muskuloskeletálnej nerovnováhe a prípadne poškodeniu podporno-pohybovej sústavy.

Podľa legislatívy SR je kombinácia nevhodných pracovných rizikových faktorov a ergonomickej záťaže uvedená ako dlhodobá nadmerná jednostranná záťaž horných končatín – čo je zložka fyzickej záťaže horných končatín, ktorá môže spôsobiť nadmerné zaťaženie horných končatín a môže viesť k poškodeniu zdravia, vrátane rozvoja choroby z dlhodobého, nadmerného a jednostranného zaťaženia horných končatín. Miera záťaže horných končatín pri pôsobení dlhodobej nadmernej jednostrannej záťaže závisí od:

- a) času expozície a zaraďovania zotavovacích prestávok v práci na zotavenie od dlhodobej nadmernej jednostrannej záťaže horných končatín, ktoré spolu s ďalšími podmienkami ovplyvňujú dlhodobú únosnosť záťaže,
- b) svalovej sily, ktorá spolu s ďalšími podmienkami ovplyvňuje nadmernosť záťaže,
- c) frekvencie pohybov, polohy horných končatín a jednotvárnosti pracovných úkonov, ktoré spolu s ďalšími podmienkami ovplyvňujú jednostrannosť záťaže.

#### Záver

Ak chceme položiť základy stratégie prevencie poškodení podporno-pohybovej sústavy, je dôležité pochopiť, čo sú poškodenia podporno-pohybovej sústavy a čo ich spôsobuje. Vďaka týmto znalostiam budeme môcť čo najefektívnejšie vyčleniť svoj čas, pozornosť a zdroje, aby sme predišli poškodeniam podporno-pohybovej sústavy.

V prípade, že pracovník používa zlú pracovnú prax, má zlé zdravotné návyky, nedostane primeraný odpočinok a zotavenie a nestará sa o svoje telo s dobrým stravovacím a kondičným režimom, je vystavený väčšiemu riziku únavy, ktorá predbehne ich regeneračný systém. Zlý celkový zdravotný profil ich vystavuje väčšiemu riziku vzniku nerovnováhy pohybového aparátu, prípadne poškodenia podporno-pohybovej sústavy.

#### Autori:

MUDr. Jana Popadřáková, Neurologické oddelenie, Nemocnica Svet zdravia Vranov nad Topľou

doc. MUDr. Kvetoslava Rimárová, CSc., mim. prof., Ústav verejného zdravotníctva a hygieny, **UPJŠ** v Košiciach

prof. MUDr. Erik Dorko, PhD., MPH., Ústav verejného zdravotníctva a hygieny, **UPJŠ** v Košiciach

Mgr. Lívia Kaňuková, Ústav verejného zdravotníctva a hygieny, **UPJŠ** v Košiciach

Práca podporovaná 2 grantovými projektami KEGA Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR KEGA: KEGA 008 UPJŠ-4/2020; KEGA 010UPJŠ-4/2021.

#### Zoznam bibliografických odkazov

CIEZA, A., CAUSEY, K., KAMENOV, K., HANSON, S. W., CHATTERJI, S., & VOS, T. (2021). Globálne odhady potreby rehabilitácie na základe štúdie Global Burden of Disease 2019: systematická analýza štúdie Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet*, 396(10267), 2006–2017.

WILLIAMS A, KAMPER SJ, WIGGERS JH, O'BRIEN KM, LEE H, WOLFENDEN L, YOONG SL, ROBSON E, MCAULEY JH, HARTVIGSEN J, WILLIAMS CM. Muskuloskeletálne stavy môžu zvýšiť riziko chronických ochorení: systematický prehľad a metaanalýza kohortných štúdií. *BMC Lekárstvo* 2018;16:167

HARTVIGSEN J, HANCOCK MJ, KONGSTED A et al. Čo je bolesť v dolnej časti chrbta a prečo musíme venovať pozornosť. *Lancet* 2018; 391: 2356–67.

Vyhláška MZ SR č. 542/2007 Z. z. o podrobnostiach o ochrane zdravia pred fyzickou záťažou pri práci, psychickou pracovnou záťažou a senzorickou záťažou pri práci.

prečítané 31x



## Vzájomná interakcia páchatel'a a obeť trestného činu nebezpečného prenasledovania, tzv. stalkingu

📅 11. 4. 2023, 22:37, Zdroj: [prohuman.sk](https://prohuman.sk) , Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 328 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 105 Eur

Psychológia Teoretické príspevky

Anotácia: Cieľom tohto príspevku je objasniť vzájomnú interakciu páchatel'a a obeť trestného činu nebezpečného prenasledovania takzvaného „stalkingu“, všeobecne považovaného za špecifickú variantu násillia, ktorého hlavným znakom je obsesívne upnutie sa známeho alebo neznámeho páchatel'a na určitú osobu, ktorú následne obťažuje a prejavuje jej nevyžiadajú a nechcenú pozornosť. Stalking sa považuje za relatívne moderný fenomén a ako o otvorenom probléme sa o ňom diskutuje predovšetkým z hľadiska kriminológie, kriminálnej psychológie a trestného práva. Stalking ako sociálno - patologický jav bol do nášho právneho poriadku zakotvený 1. septembra 2011 v podobe trestného činu nebezpečného prenasledovania, kedy sa Slovenská republika zaradila medzi krajiny, kde je nebezpečné prenasledovanie kriminalizované a klasifikované ako trestný čin. Nakoľko problematika trestného činu nebezpečného prenasledovania je veľmi rozsiahla a možno ju skúmať z viacerých aspektov, bližšie sa zameriame na stalking, z hľadiska forenzno - psychiatrického posudzovania páchatel'a a obeť tohto trestného činu.

Kľúčové slová: nebezpečné prenasledovanie, trestné právo, páchatel' a obeť

Annotation: The aim of this is to clarify the mutual interaction between the perpetrator and the victim of the criminal act of dangerous stalking, the so-called stalking, generally considered a specific variant of violence, the main feature of which is the obsessive fixation of a known or unknown subsequent perpetrator on a certain person whom he harasses and shows unsolicited and unwanted attention. Stalking is considered to be a relatively modern phenomenon and as an open problem it is addressed primarily from the point of view of criminology, criminal psychology and criminal law. Stalking as a socio-pathological phenomenon was enshrined in our legal order on September 1, 2011 in the form of a criminal offense of dangerous stalking, when the Slovak Republic was included among the countries where dangerous stalking is criminalized and classified as a crime. As the issue of the criminal act of dangerous stalking is very extensive and can be examined from several aspects, we focus more closely on stalking, from the point of view of forensic - psychiatric assessment of the perpetrator and the victim of this crime.

Key words: dangerous pursuit, criminal law, offender and victim

### 1. Vymedzenie pojmu stalking

Viktimologicky je zaujímavým trestným činom, trestný čin nebezpečného prenasledovania, tzv. stalking, ktorého podstata spočíva v tom, že dlhodobo, systematicky a často dochádza k psychoteroru, ktorého sa dopúšťa známy, no i neznámy páchatel'. Skutočným motívom prenasledovania je vyhľadávanie kontaktu s blízkou osobou, získanie kontroly nad obeťou a v neposlednom rade aj rozhodnutie páchatel'a zničiť blaho, teda psychické i telesné zdravie obeť.

Medzi prvých odborníkov skúmajúcich fenomén nebezpečného prenasledovania patrí americký forénzny psychiater Park Dietz, ktorý následne, čo stalker spáchal atentát na prezidenta Ronalda Reagana, bol poverený vypracovaním štúdie, ktorej cieľom bolo zistiť, či v listoch adresovaných osobám z verejného života sa dajú zistiť signály svedčiace pre budúce násillie zo strany prenasledovateľ'a.

Stalking je považovaný za zločin 90. rokov 20. storočia, pretože v tomto období fenomény prenasledovania na seba strhávajú výraznejší záujem odborníkov, ktorý bol vyvolaný skutočnými prípadmi prenasledovania prominentov, trpiacich nevyžiadajú a obťažujúcou pozornosťou svojich obdivovateľ'ov.

Pokiaľ ide o pôvod anglického slova stalking, tak v reči lovcov znamenal „stopovanie, respektíve stopovaním uštváť lovenú zver k smrti.“ Z pohľadu kriminológie je stalking definovaný ako úmyselné, svojvoľné prenasledovanie a obťažovanie inej osoby, ktorá znižuje kvalitu života a ohrozuje jej bezpečnosť.

Jeho priamym následkom je závažné narušenie súkromia, osobnej slobody a ľudskej dôstojnosti obeť, pričom v závažnejších prípadoch môže takéto nebezpečné prenasledovanie poškodiť duševné i telesné zdravie obeť, či dokonca ohroziť jej život.

Prenasledovanie teda môžeme súhrnne charakterizovať ako sústavné a excesívne obťažovanie druhej osoby prejavmi nevyžiadanej pozornosti, v zásade buď údajným alebo skutočným obdivom, alebo pociťovaným hnevom či pomstou. Motivácia páchatel'a však môže byť rôzna, a to od reakcie na odmietnutie až po finančný zisk. Prenasledovanie sa vyskytuje medzi osobami, ktoré majú alebo mali skutočné vzťahy (intímny, pracovný, susedský), ale tiež medzi osobami, ktoré sa nikdy nestretli (prenasledovanie celebrit, politikov). 1

### 2. Typické spôsoby správania sa prenasledovateľ'ov

Správanie stalkerov je po javovej stránke značne rozmanité. Prenasledovateľ' môže používať ilegálne prostriedky (napríklad ničenie cudzích vecí, ohováranie, podvody), ale tiež zákonné a všeobecne neškodné postupy (posielanie listov alebo darčiekov, telefonovanie a pod.). Jednotlivé aktivity samy o sebe ešte nezakladajú nebezpečné prenasledovanie, pretože dôležitá je celková skladba a najmä reťazenie týchto aktivít.



## Pokus o kontakt prostredníctvom komunikačných prostriedkov

Súčasný životný štýl vytvára pre prenasledovateľov veľmi vhodné podmienky, nakoľko komunikačné prostriedky poskytujú celkom nenáročné a jednoduché možnosti pre obťažovanie vyhladnutej obeť. Prenasledovateľ ju môže deptať systematicky a bez veľkých investícií. Zo všeobecného úsudku je pritom zrejmé, že množstvo telefonátov alebo iných kontaktov bez patričného vecného dôvodu a bez vyžiadania, dokonca proti vôli obeť, prekračuje únosnú hranicu. K rafinovanejším spôsobom správania sa páchatela patrí umiestňovanie písomných odkazov na pracovný stôl obeť, za stierače auta, či dokonca priamo do jej vozidla. Do tejto skupiny behaviorálnych aktivít patrí rovnako aj zasielanie rôznych vecí alebo menej symbolických predmetov, prípadne ich zanechávanie v blízkosti obeť. Pokusy o kontakt spravidla zahŕňajú aj zastrašovanie a vyhrážky, no ich obsahom môžu byť dokonca aj neutrálne odkazy, či slová plné lásky a obdivu.

Vyhľadávanie fyzickej blízkosti obeť, sledenie

Pozorovanie či stráženie bydliska obeť, postávanie pred miestom jej pracoviska alebo demonštratívna prítomnosť na miestach, kde obeť trávi svoj voľný čas sú typickými prejavmi prenasledovateľov.

Osočovanie, devalvácia, nátlak a psychické deptanie

Až v polovici prípadov prenasledovania sa páchatel uchyluje k osočovaniu a lživým obvineniam. Celkom bežné je napríklad zverejnenie telefónneho čísla obeť s tým, že poskytuje sexuálne služby cez telefón alebo podanie falošného inzerátu do ľubovoľnej inzercie. Do tejto skupiny spadajú tiež všetky aktivity prenasledovateľa, ktorými chce dostať obeť pod tlak. Môže ísť o poškodzovanie jej majetku ( prepichnutie pneumatík u vozidla, uskladnenie odpadu na jej pozemku), vniknutie do jej súkromia za účelom odcudzenia určitých symbolických vecí ( fotografie, osobné fotografie, spodné prádlo ). Zvláštne sú napríklad aj útoky voči domácim zvieratám.

Pokusy o kontakt prostredníctvom tretej osoby

Tento štýl je označovaný ako „stalking by proxy“ a registrujeme ho asi v tretine prípadov prenasledovania. Páchatel presvedčuje zmanipuluje svoje okolie a niekedy aj okolie obeť. Presvedčí ju napríklad o tom, že obeťou prenasledovania je vlastne on sám. Okolie následne zorganizuje vzájomne stretnutie, dohovára obeť, aby bola rozumná alebo informuje prenasledovateľa o zámeroch skutočnej obeť.

Fyzické násilie

Medzi odborníkmi panujú rôzne názory na to, čo všetko môžeme pod fyzické násilie pri stalkingu zahrnúť. Viacerí odborníci na fyzické násilie považujú za stalking už vytrvalé búšenie alebo kopanie do dverí, iní pracujú s prísnejším vymedzením a za fyzické násilie považujú, najmä napádanie osôb a sexuálne ataky, vrátane znásilnenia. Násilnosti v podobe fyzických útokov posúvajú stalking takmer vždy z kategórie ľahších prípadov až do závažnejších káz. Rany, kopance a údery sú obvykle vnímané ako signál zvýšeného ohrozenia obeť. K závažnému fyzickému útoku pomocou zbrane alebo škrtením môže dôjsť náhle aj v situáciách, kedy sa obeť predtým darilo vyhýbať sa stretnutiu so svojím prenasledovateľom. Prenasledovateľ ohrozuje svoju obeť aj využitím motorového vozidla.

Zvláštnosťou extrémneho fyzického násillia je jeho predchádzajúce ohlásenie, ktoré spočíva v tom, že prenasledovateľ sa uchyluje k tzv. avízu, čo znamená, že to čo chce spraviť, predtým oznámi svojej obeť. Avizuje aj najťažšie zločiny, ako vraždu a celkom otvorene oznámi, kedy ju uskutoční a akým spôsobom ju vykoná.

Cyberstalking

Cyberstalking predstavuje zvláštnu podobu stalkingu. Tento pojem po prvýkrát použil Deirmenjian a charakterizoval ho ako stalking v kybernetickom priestore, teda prenasledovanie prostredníctvom internetu. Ku cyberstalkingu patrí najmä:

Zasielanie obťažujúcich e-mailov  
Negatívne správy o obeť v rôznych chat- roomoch  
Nevyžiadané prezentácie obeť na rôznych miestach v internetovom priestore  
Vyhrážanie sa prostredníctvom internetu, elektronická sabotáž ( zavírovanie počítača, sledenie v počítači obeť, odcudzovanie elektronických dát a pod. )

Internet poskytuje skutočne rozsiahle možnosti pre stalkerov, ako anonymne, dlhodobu a systematicky deptať vyhladnutú obeť. Páchatelmi sú poväčšine muži, no v roly obeť vystupujú predovšetkým ženy. Aj u cyberstalkingu je vyššia pravdepodobnosť, že prenasledovateľ a jeho obeť sa poznajú z reálneho sveta a mali predtým bližší alebo intímny vzťah. Na druhej strane je atraktívny pre širšiu škálu prenasledovateľov, pretože je ľahko dostupný. Bez veľkých nákladov a investícií umožňuje sústavne terorizovať obeť, a to aj na veľkú vzdialenosť.

### 3. Druhy stalkingu

Prenasledovanie je dnes vnímané ako zastrešujúci pojem, ktorý zahŕňa rôzne druhy alebo typy tohto komplexného javu. Následne poskytneme jeho rozčlenenie do niekoľkých prehľadných variant. Väčšina odborníkov v prvom kroku diferencuje prenasledovanie na:



prenasledovanie blízkych osôb prenasledovanie cudzích osôb

Stalking, ktorý sa odohráva v rámci existujúceho či ukončeného partnerského vzťahu, alebo mimo neho, môže byť páchaný v rôznej intenzite. Prenasledovatelia sa usilujú o zachovanie moci a kontroly nad obeťou. Keď sa im nepodarí získať obeť späť do svojho vlastníctva, strateného partnera zámerne terorizujú, aby mu život, čo najviac zneprijemnil. Ak sa však prenasledovateľ zamiera na cudziu osobu, nejde mu ani tak o ňu, pretože ju vlastne z priameho kontaktu ani nepozná. Motívom je skôr predstava, ktorú si prenasledovateľ vo svojej mysli vytvoril. Môže sa napríklad upnúť na osobu z pracoviska alebo bydliska, ale aj na úplne cudzie osoby známe skôr z médií.

Ďalším kritériom diferencovania rôznych podôb stalkingu je jeho závažnosť a intenzita. Varianty intenzity siahajú od prostého obťažovania, cez opakované narušovanie osobnej sféry obete až k nebezpečnému prenasledovaniu, ktoré zahŕňa ohrozenie zdravia a života obete.

R. Löbmann rozdeľuje stalking podľa jeho intenzity do dvoch komplexov:

Mierny alebo ľahký, označovaný ako obťažovanie Ťažký, agresívny, označovaný ako nebezpečné prenasledovanie

Zatiaľ, čo prvá uvedená forma predstavuje nevyžiadané pokusy o kontakt prostredníctvom korešpondencie, telefonovania, sledovania, druhá sa prejavuje hrubým osočovaním a vyhrázaním obeti, vrátane ničenia jej majetku a útokov na jej zdravie. K miernemu stalkingu sa často uchýľujú ženy. Ťažký stalking majú na svedomí výhradne muži. Typické prenasledovanie trvá približne dvadsaťpäť až dvadsaťšesť mesiacov, ale známe sú tiež prípady, kedy prenasledovanie trvalo až desať rokov.

Ďalšie štúdie sa zaoberajú prenasledovaním podľa typu vzťahu, ktorý medzi stalkerom a jeho obeťou existoval alebo stále existuje. Podľa empirických zistení sa prenasledovanie objavuje najčastejšie u týchto typov vzťahov:

Osobné vzťahy (milenecké a partnerské vzťahy, ale tiež vzťahy susedské) Pracovné vzťahy (bližšie sa rozlišuje zamestnanecký pomer a profesijný vzťah, napríklad bývalý zákazník alebo klient ako prenasledovateľ) Mediálne sprostredkované vzťahy (prenasledovanie mediálne známych osobností)

Na otázku, prečo sa v týchto vzťahoch vôbec objavuje fenomén prenasledovania, odpovedajú výskumy zamerané na motiváciu páchatel'a. Podľa Mullena môžeme u prenasledovateľa identifikovať päť hlavných motivačných vzorcov:

Reakcia na odmietnutie Hľadanie intimity a blízkosti za každú cenu Ventilovanie hostility a nenávisťi Prenasledovanie z nedostatku kompetencie riešiť vzniknutú situáciu inak Prenasledovanie ako dôsledok predátorskej (útočnej) agresivity

K podobnému triedeniu dospel aj Fiedler, ktorý rozlišuje nasledujúce motivačné vzorce alebo kontext stalkingu:

Znovuobnovenie bývalého vzťahu Prianie alebo túžba po intímnom vzťahu Nedostatočná sociálna schopnosť Nemilosť a zloba voči obeti Sexuálne motivovaný stalking

Uvedené motivačné vzorce majú význam najmä pri zaobchádzaní so stalkerom. Napríklad páchatelia, ktorí za každú cenu hľadajú intimitu a blízkosť bývajú často duševne narušení. Niektorí sú motivovaní priamo obsesívnym prianím nadviazať vzťah s vyhladnutou obeťou, iní sú zasa v kontexte svojej narušenej osobnosti hlboko presvedčení, že stalking povedie k ich úspechu. Niektorí jedinci z tejto kategórie trpia aj vážnymi duševnými poruchami psychotického rázu. Právne opatrenia sú však voči nim málo účinné, respektíve neúčinné. Namiesto policajnej intervencie je na mieste včasná spolupráca s psychiatrom.

#### 4. Páchatelia stalkingu

V rámci Slovenskej republiky sa takmer nestretávame s výskumami prenasledovania, respektíve sledovania, no v zahraničí je to práve naopak. Už od začiatku deväťdesiatich rokov sa objavujú empirické štúdie, ktoré popisujú a vysvetľujú rôzne aspekty tohto celospoločenského problému.

Práve skúmanie páchatel'ov patrí medzi najfrekvencovanejšie záujmy odborníkov z viacerých oblastí. Rôzne psychologické štúdie sa snažia zachytiť, ktoré povahové vlastnosti sú pre páchatel'a typické, takže ich môžeme chápať, aj ako osobnostné pozadie, ktoré uľahčuje vznik nebezpečného prenasledovania. Po metodologickej stránke si väčšina štúdií zachováva svoj klasický dizajn. Skupina prenasledovateľov je podrobená viacerým psychologickým testom, hľadajú sa spoločné charakteristiky a výsledky sú zvyčajne porovnávané s kontrolnou skupinou.

Zatiaľ najznámejšiu typológiu prenasledovateľov vypracoval Boon a Sheridan, ktorí vychádzali z detailnej analýzy 124 prípadov prenasledovania. Okrem toho v nej obaja autori využili svoje bohaté skúsenosti so stalkingom. Následne uvádzam aspoň stručnú charakteristiku jednotlivých typov prenasledovateľov, ktorú dopĺňam o odporúčané postupy a riešenia.

Prenasledovanie ex- partnerom, tzv. domestic stalker



Až 50 % všetkých prípadov zahŕňa práve prenasledovanie ex- partnerom. V priemere sú bývalí partneri násilnejší než neznámi prenasledovatelia, alebo stalkeri, ktorí obeť síce poznajú, ale nemali s ňou žiadny intímny vzťah. Zatiaľ sa zdá, že jedným z najpevnejších predikátorov násillia je väzba prenasledovateľa na predchádzajúce domáce násillie. Motivácia k prenasledovaniu vyplýva už zo skoršieho vzťahu. Prenasledovateľ sa cíti ako odvrhnutý partner a vo svojom prežívaní je pripútaný k minulosti. Dominujú u neho pocity nenávisti a nepriateľstva voči obeť. Ťažko znáša úspechy obeť po rozchode s ňou. Práve touto emocionálnosťou a orientáciou na minulosť sa diametrálne odlišuje od tzv. sadistického stalkera, ktorý je orientovaný na prítomnosť a jeho násillie je chladné a kalkulované. 2

V reakcii na tieto poznatky sa problematika prenasledovania bývalým partnerom vyčleňuje ako špecifický problém, ktorý vyžaduje špecifické prístupy pre analýzu a posúdenie konkrétneho prípadu. U ex- partner stalkingu je nevyhnutné posudzovať vznik, vývoj a najmä spôsob ukončenia konkrétneho vzťahu. Niektoré obeť sa vyhýbajú priamej komunikácii o ukončení vzťahu, napríklad pošlú len sms správu, odsťahujú sa bez jediného slova alebo volia zdanlivo šetrné spôsoby ukončenia vzťahu, ktoré budúci stalker vníma skôr ako nádej. Jednoznačné, transparentné a korektné spôsoby ukončenia vzťahu zo strany budúcej obeť umožňujú a podmieňujú záver, že sa jedná o ex- partner stalking, ktorý môžeme podľa intenzity a dĺžky trvania eventuálne stíhať práve ako trestný čin nebezpečného prenasledovania. 3

Prenasledovanie poblázneným (nekompetentným) obdivovateľom, tzv. infatuation harassment

Výskyt tohto javu sa pohybuje zhruba okolo 18 %. Podľa veku sa rozlišuje mladý obdivovateľ a obdivovateľ stredného veku. Po javovej stránke je terčom prenasledovania skôr idol ako obeť. Idol je stredobodom prežívania páchatela, pretože dominuje v jeho fantázii. Prenasledovateľ sa síce usiluje o kontakty s idolom, no nie je u neho zaznamenané zvýšené riziko fyzickej agresie. V prípade mladého obdivovateľa sa odporúča psychologické poradenstvo a psychologická intervencia, ktorá zahŕňa postupné a opatrné kroky, ktoré by viedli k zmene jeho kognitívnej perspektívy. U obdivovateľov stredného veku sa v zásade uplatňuje rovnaký postup, ktorý je zároveň doplnený o prerušenie akýchkoľvek fyzických kontaktov s obeťou.

Prenasledovanie „poblázneným citeľom“ predstavuje mäksí variant javu, ktorý má podobu obťažovania kvôli údajnej zamilovanosti. Terč záujmu je skôr objektom lásky, než ohrozenou obeťou. Stalker nemá v pláne vyvolenej osobe škodiť a ubližovať jej, nakoľko jeho správanie zahŕňa prvky adorovania, obdivu a milostného pobláznenia. Nejde o kontrolu, pomstu či sadistickú túžbu po absolútnom ovládnutí obeť. Pobláznený citeľ je orientovaný na budúcnosť, túži po romantickom vzťahu s vyhladnutou obeťou. V jeho prežívaní dominuje idealizovaný obraz, pretože milovaná bytosť je u neho všade prítomná.

Fixovaný prenasledovateľ s psychickými poruchami

Podľa nebezpečnosti sa rozlišujú dva podtypy fixovaných prenasledovateľov, a to menej nebezpečný fixovaný prenasledovateľ a fixovaný prenasledovateľ so zvýšenou nebezpečnosťou. Menej nebezpečný fixovaný prenasledovateľ sa zameriava na ženy, s ktorými prichádza do kontaktu, napríklad kolegyne alebo klientky. Trpí poruchou osobnosti a psychopatie. Žije v iluzórnej predstave o reálnosti ideálneho vzťahu a má pocit, že obeť si praje kontakt s ním. Kontakt s realitou je však zachovaný. Iba zriedkakedy sa uchýľuje k silným hrozbám, ale vyniká skôr schopnosťou manipulácie. Aj v tomto prípade sa odporúča absolútne prerušenie kontaktu medzi prenasledovateľom a obeťou.

Druhým podtypom je fixovaný prenasledovateľ so zvýšenou nebezpečnosťou, ktorý sa vyznačuje závažnejším stupňom psychického narušenia (napríklad borderline či epizodická schizofrénia). Je viac než pravdepodobné, že pre svoje problematické správanie už bol v starostlivosti psychiatrického zariadenia. V jeho anamnéze sa vyskytujú sexuálne nápadnosti i agresívne prejavy. Obeť bombarduje pokusmi o kontakt a vo svojom správaní je nevyspytateľný. Objavuje sa v nepravidelných časových intervaloch na rôznych miestach. Typickými obeťami sú ženy, ale aj muži, ktorí majú vyšší sociálny status, ako celebrity, prípadne významné a atraktívne osoby v určitom lokálnom prostredí.

Sadistický prenasledovateľ

Dominantným znakom sadistického prenasledovateľa je kontrolovať život obeť, nápadný je sklon k eskalácii jej kontroly a zastrasovanie, pričom páchatel postupuje s nápadnou citovou chladnosťou. Páchatel vníma dokonca aj svoje okolie ako psychopatické osobnosti. Voči obeť sa striedajú prejavy násillnosti a láskavosti a obeť tak stráca schopnosť orientovať sa. Typické sú výroky ako, „zomrieme spolu“.

Takúto obeť je nevyhnutné ihneď izolovať od prenasledovateľa, dokonca je nutné utajiť jej pobyt, pretože páchatel má tendenciu ju opätovne vyhľadať a získať nad ňou úplnú kontrolu. Sadistický prenasledovateľ sa vyznačuje obratnosťou v komunikácii, vyniká v manipulácii a u verejnosti na prvý pohľad vzbudzuje dobrý dojem. V skutočnosti je však egocentrický, falošný, arogantný a povrchný. Má nízku emocionálnosť, pretože nepozná výčitky a ani pocit viny. Jeho správanie je parazitujúce a nezodpovedné. Páchatelmi sú väčšinou muži, v roly obeť sa môžu vyskytovať obe pohlavia. Obsesia stalkera pritom kontinuálne narastá, pretože mu ide o maximálnu kontrolu nad obeťou. Stalker si väčšinou vyhľadáva pozitívne ladenú, priateľskú, veselú a v živote úspešnú osobu. Z jeho pohľadu takáto osoba u neho spĺňa všetky kritériá, aby ju zničil. Prenasledovaná osoba sa so stalkerom pozná len povrchno, napríklad bývajú vedľa seba alebo majú iba pracovný kontakt.





V počiatočnej fáze sa stalker prezentuje ako priateľský človek, ale jeho aktivity následne smerujú k negatívnym cieľom, a to obeť znepokojí alebo ju zbaví životnej energie. Sadistický prenasledovateľ volí spočiatku subtilné metódy a dáva signály „že je tu“. Obeti zanecháva odkazy napríklad v uzamknutom aute alebo na pracovnom stole. Inokedy najskôr poškodí jej vozidlo a následne jej navrhne, že ho opraví. Cieľom jeho aktivít je obeť psychicky oslabiť a demonštrovať nad ňou svoju moc. Využíva aj rodinu obeť a jej priateľov. V rozvinutej fáze prenasledovania sa obeť vyhráza. Ďalším typickým znakom je obdobie zdanlivého pokoja, kedy stalker skončí a potom znova začne.

Riešenie prípadov u sadistického prenasledovateľa je veľmi náročné. Konfrontácia s ním nevedie k žiadnej zmene správania. Zvyčajne postupuje veľmi chytro a snaží sa minimalizovať riziko trestného stíhania, pretože sa dokonca vyzná aj v súdnictve, a tým dokazuje, že na neho nikto nemá. Všeobecne sa v týchto prípadoch odporúča kombinácia represívnych a terapeutických opatrení. 4

#### 5. Psychopatologická charakteristika stalkerov a ich forenzno - psychiatrické posudzovanie

V prípadoch, keď ide o premyslenú činnosť, ktorej motív je uvedomovaný, stalking páchajú najmä jedinci, ktorí trpia poruchami osobnosti. Najčastejšie ide o osobnosti s disocíálnymi, paranoidnými, narcistickými, schizoidnými, obsedantnými či emočne nestabilnými charakteristikami. Vychádza sa z predpokladu, že jedinec s poruchou osobnosti má svoj poznávací aparát neporušený a je schopný usúdiť, že čin nezodpovedá sociálnym a etickým normám. Aj základné mechanizmy regulácie správania sú pri poruchách osobnosti zachované, preto nie je dôvod na priznanie podstatne zníženej schopnosti ovládať konanie. Nepodstatné zníženie možno akceptovať, ak čin súvisí s emočne silne nabitým presvedčením. Je nevyhnutné si však uvedomiť, že aj jedinec s poruchou osobnosti môže duševne ochorieť, a práve preto je vždy podstatné prihliadať na individuálne okolnosti každého prípadu.

Prenasledovanie u stalkerov trpiacich sexuálnou deviáciou smeruje k cieľu uspokojiť vlastné deviantné sexuálne túžby. Pri forenznom posudzovaní je dôležité, že sexuálna deviácia nemení schopnosť rozpoznať povahu svojho konania. Hoci je schopnosť ovládať deviantné pohnútky rovnaká ako schopnosť ovládať normálne sexuálne pohnútky, vo forenzno- psychiatrickej praxi existuje konvencia, že ak sa potvrdí deviácia v pravom slova zmysle, priznáva sa posudzovanému podstatné zníženie ovládacej schopnosti. Znalci teda poskytujú súdu podklady na konštatovanie stavu zmenšenej pričítanosti. Týmto spôsobom sa umožní posudzovanému páchatelovi so sexuálnou deviáciou absolvovať ochrannú sexuologickú liečbu.

Iná situácia nastáva u stalkerov, ktorí trpia na niektorú zo spektra psychotických porúch, v rámci ktorých býva najčastejšou motiváciou ich správania erotomanický blud. Ak je trestný čin spáchaný počas akútneho ataku psychotickej poruchy a je chorobne motivovaný, pri forenzno- psychiatrickom posudzovaní sa spravidla priznáva páchatelovi vymiznutie rozpoznávacích a ovládacích schopností. U týchto páchatelov je potrebná ochranná psychiatrická liečba, väčšinou ústavnou formou, ktorá okrem liečebného ovplyvnenia stavu vedie aj k prerušeniu kontaktu medzi stalkerom a obeťou. Krátkodobo sa však môže stalking objaviť aj ako reakcia na prežitý závažný životný stres ( najčastejšie rozvod, rozchod ), aj u osôb, ktoré netrpia žiadnou diagnostikovateľnou psychickou poruchou. 5

#### 6. Obeť stalkingu

Obeťou stalkingu sa môže stať každý, nezávisle od veku, pohlavia, sociálneho statusu, kultúrneho zázemia, vzhľadu či sexuálnej orientácie. Zo štatistického hľadiska je typickou obeťou skôr slobodný človek žijúci bez partnera alebo osoba krátko po partnerskom rozchode. Podľa názoru niektorých odborníkov sa u obeť často vyskytuje sklon k submisii a pasívnemu podrobovaniu sa vo vzťahoch, takže je pre ňu náročnejšie jednoznačne a presvedčivo povedať nápadníkovi alebo expartnerovi, že o kontakt nemá záujem.

Špeciálny prípad predstavuje stalking z pohľadu viktimológie, pretože nejde o jednorazový skutok, s ktorým sa obeť postupne vyrovná. Stalking so sebou prináša mnohonásobnú a pokračujúcu viktimizáciu, ktorá sa skladá z množstva drobných incidentov. Riziko, že ďalšie aktivity budú nasledovať je značné, pretože obeť sa cíti permanentne ohrozená. Väčšine obeť nejde o trestné stíhanie alebo sankcie voči prenasledovateľovi, pretože ich osobnosť sa upriamuje predovšetkým na obnovu narušeného vzťahu.

Začiatok prenasledovania vzniká v okamihu, kedy obeť vlastným diagnostickým úsudkom dôjde k záveru, že snahy prenasledovateľa vníma ako nechcené a nevyžiadané. Nevyžiadané prejavy a záujmy sa stávajú stalkingom do tej miery, v akej obeť dospeje k presvedčeniu, že prenasledovateľ sa mieša do jej súkromia, porušuje ho a získava nad ním kontrolu. Obeť veľmi ťažko odlišuje neškodné prejavy záujmu a nevyžiadanej pozornosti od prejavov nebezpečných. Z pohľadu obeť je predikcia vývoja ďalších udalostí nemožná, pretože obeť je nútená čakať, čo sa bude ďalej odohrávať. Množstvo obeť majú napríklad nutkanie permanentne sa otáčať dozadu a sledovať, či nie je prenasledovateľ niekde nablízku.

Niektorí odborníci preto hovoria o špirále stalkingu, ktorá zahŕňa tri opakujúce fázy. Prvá fáza sa vyznačuje vlastnou aktivitou stalkera ( zaslanie SMS, telefonát, list ), ktorá u obeť vyvoláva strach a prináša jej značný stres. Ten pomaly odznieva a otvára sa druhá fáza, v ktorej nastáva určité upokojenie a obeť sa z otrasu spamätáva. Toto štádium však netrvá dlho a prichádza tretia fáza, v ktorej dominujú nepríjemné očakávania a obavy z ďalšej akcie stalkera. V prežívaní obeť opäť narastá stresová hladina.

V dôsledku toho, že správanie prenasledovateľa môžeme len ťažko anticipovať, obeť sa veľmi rýchlo dostáva práve do tretej fázy, v ktorej prežíva stres, obavy a bezmocnosť, pretože nevie čo bude ďalej nasledovať. Obeť sa tak dostáva do stavu permanentného znepokojenia, strachu a zvýšenej pozornosti spojenej s nepokojom a podozrievavosťou. Stalker ich život úplne ovláda. 6



Otázka, či existujú osoby, ktoré sú náchylnejšie na to, aby sa stali obeťami stalkingu vyvoláva u mnohých odborníkov rozpaky. Aj keď na jednej strane by sme mohli povedať, že obeť si za svoje problémy môžu samé, na strane druhej je očividné, že vyššie riziko viktimizácie hrozí napríklad osobám verejne známym, kde dochádza k tzv. stalkingu prominentov. Pri kontakte s „obyčajnými“ obeťami stalkingu sa ale ukazuje, že existuje určitá podskupina obetí, ktorých charakteristika pravdepodobne podporuje vznik stalkingu. Už prvé štúdie stalkingu z polovice osemdesiatych rokov zaregistrovali u niektorých dotazovaných žien, ktoré boli prenasledované svojimi bývalými partnermi, viaceré rovnaké znaky. Tieto obeť pôsobili dojmom až extrémnej dobrosrdečnosti a priateľstva, ktoré voči mužom ťažšie vyjadrovali svoje negatívne stanovisko a odmietnutie. Celkom razantne formuloval svoj názor na obeť a páchatelov stalkingu známy bezpečnostný expert de Becker, ktorý povedal že: „Muži, ktorí sa nevedia odpútať, si vyberajú ženy, ktoré nevedia povedať nie.“ Taktiež nemecké výskumy naznačujú, že medzi obeťami stalkingu je nápadne množstvo obetí so znakmi interpersonálnej závislosti a zníženej sebaistoty.

Do popredia sa nám teda dostáva otázka, kedy sa začne osoba cítiť ako obeť stalkingu a kedy teda vzniká percepčia obeť? Empirické výskumy preukazujú, že obeť majú rôznu frustračnú toleranciu. Funguje tu aj tzv. genderový efekt, čo znamená, že ženy sa zvyčajne cítia ohrozenejšie skôr ako muži. Percepčia obeť je najčastejšie spojená s pocitom ohrozenia a strachu v momente, kedy si obťažovaná osoba začne uvedomovať, že aktivity prenasledovateľa nemôže ovplyvniť či zastaviť. V rámci validizácie obeť smeruje k presvedčeniu, že stalker proti jej vôli ovplyvňuje jej život, respektíve získava nad svojou obeťou moc a kontrolu. 7

## 7. Prístupy k riešeniu stalkingu

Stalking predstavuje komplexný psychologický a sociálny dej, za ktorým sa ukrývajú rôzne motívy, emócie, správanie, interakcie a tiež rôzne varianty psychopatológie. Prípady od prípadu vykazujú rôznu dynamiku. Pri zvážení všetkých týchto aspektov je zrejmé, že nemôže existovať jediná stratégia, ktorú by sme mohli použiť univerzálne u všetkých prípadoch prenasledovania. Pre zastavenie stalkingu existujú rôzne možnosti intervencie.

K hlavným stratégiám obeť, ktorými môžeme podporiť ukončenie stalkingu je: Dôsledne ignorovať pokusy o kontakt.

Obeť musí stalkerovi jednoznačne a presvedčivo povedať, že si s ním nepraje udržiavať žiadny kontakt. Formulácia odmietnutia musí byť z pohľadu stalkera dôvodná. Prenasledovatelia majú sklon prekrúcať realitu na základe racionalizácie a idealizácie. Príkladom môže byť upozornenie: „Nemôžem byť s tebou, mám priateľa.“ Pre stalkera z toho plynie logický záver, že keby nemala priateľa, tak bude mať záujem o mňa. Pre odmietnutie kontaktu je nevyhnutne vytrvať v nulovej reakcii. Pomerne častou chybou je nedôslednosť na strane obeť, ktorá dlho zotráva v blokácii pokusu o kontakt, ale nakoniec nevydrží a po niekoľkonásobnom zazvonení telefónu, ho aj tak zdvihne. Pre stalkera je to akýmsi povzbudením. Obeť je nevyhnutné varovať aj pred pozvaním na tzv. poslednú schôdzku, pretože je to len falošný prísľub, ktorý prenasledovateľ nikdy nedodrží.

Vyhnuť sa stretnutiu a ísť stalkerovi z cesty

Odporúčanie, aby sa obeť stalkerovi vyhla, považujú prenasledované osoby ako nespravodlivé, pretože im pripadá nefér, že samé nič zlé nespravili, a aj napriek tomu majú zmeniť svoje zvyčajné životné návyky. Zmena životných návykov takmer vždy znamená prerušenie pôvodných kontaktov a ďalšie podstatné sociálne obmedzenia. Práve tu platí pravidlo pragmatického prístupu.

Stalking dokumentovať

Prvou reakciou na ďalší list, SMS či e-mail býva impulzom takúto správu zničiť. Ide však o chybný postup, pretože správna stratégia spočíva v dokumentácii a archivácii všetkých stalkerových aktivít. Mali by byť zadokumentované všetky aktivity stalkera, napríklad aj pokusy o vyhľadanie obeť na jej pracovisku, postávanie pred bydliskom a podobne. U zničených vecí sa dokonca odporúča ich fotodokumentácia. Takto zhromaždené informácie sú cenné nie len pre eventuality právny postup vo veci, ale sú nevyhnutné aj pre posúdenie rizík ďalšej eskalácie.

Stalking zverejniť, informovať o ňom okolie

Obeť prenasledovania by nemali tajiť pred svojím okolím ani na pracovisku, informácie o tom, čo sa deje. Včasné zverejnenie stalkingu v súkromnom i pracovnom prostredí zvyšuje možnosti ochrany obeť a dokonca zabraňuje tomu, aby stalker manipuloval s jeho okolím. K tomu má príležitosť najmä vtedy, keď on ako prvý poskytne falošné informácie o tom, že sa okolo prenasledovanej osoby niečo deje. Keďže platí efekt prvej informácie, pre obeť je následne veľmi ťažké vyvrácať nepravdy, ktoré uviedol prenasledovateľ. Včasné informovanie okolia je z pohľadu obeť ofenzívna stratégia, ktorá zvyčajne posilňuje jej pocit vlastnej sily a kompetencie.

Hľadať pomoc a podporu

Hľadanie pomoci a podpory je rovnako pokladané za aktívnu stratégiu, ktorá zmierňuje stavy pasivity a bezmocnosti. Laická i odborná pomoc by mala v prvom rade viesť k rozptýleniu klamných mýtov o stalkingu. Predstavy obeť, že je to jej vina alebo že sa s tým nedá nič robiť, sú príznačné pre obeť v sociálnej izolácii. Pomoc a podpora z vonku sprostredkováva obeť objektívne pohľady na jej pocity a posilňuje jej zdroje pre nájdenie vhodných stratégií riešenia. 8



## Záver

Stalking predstavuje aktuálnu tému, ktorá je napriek vysokému riziku často podceňovaná a nie je jej venovaná dostatočná pozornosť. Interakcia páchatela s obeťou vyvoláva pri posudzovaní každého trestného činu ex post, radu otázok, ktorými je nevyhnutné sa následne zaoberať. Práve vzťah osobnosti obeť a páchatela trestného činu je špecifickou formou interakcie, pretože nejde o jednostranný proces, ale o proces, v ktorom je prítomná spätná väzba a posúdenie akéhokoľvek trestného činu, teda nie len trestného činu nebezpečného prenasledovania, by bez tejto skutočnosti nebolo ani odborne správne a ani spravodlivé.

Autorka: JUDr. Alica Fedorová

**UPJŠ** v Košiciach, Právnická fakulta, externá doktorandka, Katedra dejín štátu a práva

1 ČÍRTKOVÁ, L. Moderní psychologie pro právníky. Praha: GRADA Publishing, a.s., s. 53-55.

2 ČÍRTKOVÁ, L. Moderní psychologie pro právníky. Praha: GRADA Publishing, a.s., s. 55-74

3 ČÍRTKOVÁ, L. Viktimologie pro forenzní praxi. Praha: Portál s.r.o., s. 56-57

4 ČÍRTKOVÁ, L. Moderní psychologie pro právníky. Praha: GRADA Publishing, a.s., s. 74-79

5 <http://www.solen.sk/pdf/cda2fba8655800c0f04ed9ca718f3db7.pdf>

6 ČÍRTKOVÁ, L. Moderní psychologie pro právníky. Praha: GRADA Publishing, a.s., s. 82-85

7 ČÍRTKOVÁ, L. Viktimologie pro forenzní praxi. Praha: Portál s.r.o., s. 55-57

8 ČÍRTKOVÁ, L. Moderní psychologie pro právníky. Praha: GRADA Publishing, a.s., s. 89-90

prečítané 30x



## Potraviny dostanú vysvedčenie [🔗](#)

📅 12. 4. 2023, Zdroj: **Tovar a predaj**, Strany: 20, 21, 22, Vydavateľ: **ATOZ Marketing Services, spol. s r.o.**, Autor: **Tatiana Kapitánová**, Sentiment: **Positívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: 10 600 GRP: 0,24 OTS: 0,00 AVE: 8610 Eur

Rubrika: TÉMA VYDANIA

Spotrebiteľia by sa pri výbere potravín nemali riadiť iba cenou, ale aj nutričnou hodnotou, ktorú im prinášajú. Napriek tomu, že na zadnej strane produktov sa nachádza tabuľka s výživovými údajmi, Európska únia chce ísť ešte ďalej. Pracuje na systéme označovania potravín, ktoré by konzumentom už na prednej strane výrobku jednoduchým spôsobom dalo vedieť, ktoré potraviny majú pre ich telo väčší prínos. Vo svete existuje viacero druhov označovania potravín, no ako hlavný favorit sa spomína systém Nutri-Score. Má však aj mnoho kritikov.

Kým kedysi zákazníkom stačilo, že im výrobok chutil, dnes pozorne čítajú etikety. Výrobcovia potravín sa zhodujú v tom, že spotrebiteľia sa v posledných rokoch čoraz viac zaujímajú o to, čo obsahujú produkty, ktoré konzumujú. Avšak vedieť správne rozšifrovať informácie, ktoré obal výrobku ponúka, nemusí byť vôbec ľahké. Málokto má dostatok času či vedomostí na to, aby vedel vyhodnotiť, či je daný produkt nutrične vyvážený a vhodný do zdravšieho jedálnička.

Aj preto sa Európska únia rozhodla zaviesť jednotné označovanie potravín na prednej strane obalu, ktoré by spotrebiteľom poskytlo rýchlu informáciu o tom, akému výrobku dať prednosť. Jej cieľom je podporiť budovanie lepšej životosprávy, ako aj boj proti pandémie obezity, ktorá sa nevyhla ani Slovensku. Brusel tak reaguje na apel európskych ministrov zdravotníctva, aby sa zdraviu populácie dostalo väčšej podpory.

Špecialistka na diabetológiu, poruchy látkovej premeny a výživy Ľubomíra Fábryová uvádza, že téma obezity je na Slovensku vysokoaktuálna, pretože jej výskyt neustále narastá. Podľa údajov Organizácie pre hospodársku spoluprácu a rozvoj je Slovensko po Česku, Maďarsku a Fínsku štvrtou krajinou s najvyšším výskytom obezity spomedzi krajín OECD. Obezita má rastúcu tendenciu nielen u dospelých, ale aj medzi deťmi a adolescentmi. Až 60 % mužov a 70 % žien má na Slovensku nadváhu alebo obezitu. „Musíme hovoriť o pandémie obezity. Obezita je spojená s množstvom ďalších chronických ochorení – je ich viac ako 236. Ide najmä o srdcovo-cievne ochorenia, cukrovku 2. typu, ochorenia pečene, ale aj nádorové a neurodegeneratívne ochorenia, ako sú Alzheimerova a Parkinsonova choroba, depresie, ochorenia pohybového aparátu. Jednoznačne ide o ‚drahé ochorenie‘,“ pripomína Ľubomíra Fábryová, prezidentka Slovenskej obezitologickej asociácie, ktorá je členom Pro Nutri-Score Aliancie. Vo svete existuje viacero schém označovania potravín, ale práve systém Nutri-Score sa v bruselských rokovaniach spomína ako hlavný favorit. Už dnes ho používajú niektoré európske krajiny, ako napríklad Francúzsko, Nemecko, Belgicko či Španielsko, a odporúča ho Európska kancelária Svetovej zdravotníckej organizácie. Ide o jednoduchý farebný kód, ktorý tvorí päť písmen. Výrobky označené zelenou farbou a písmenami A a B majú vysokú výživovú hodnotu, môžu sa konzumovať neobmedzene, respektíve čo najčastejšie. Výrobky označené žltou farbou a písmenom C spĺňajú podmienky na pravidelnú konzumáciu. Oranžová a červená farba písmen D a E signalizujú, že vo výrobkoch sú niektoré zložky vo vyššom zastúpení, a preto by spotrebiteľia mali ich konzumáciu kontrolovať, respektíve ich jesť menej často. Systém tak hodnotí potravinu ako celok, keď berie do úvahy pomer negatívnych a pozitívnych nutričných zložiek na 100 gramov, respektíve 100 mililitrov produktu. Medzi negatívne sa radí energetická hodnota, obsah jednoduchých cukrov, nasýtených alebo saturovaných tukov a soli, ktoré sú uvádzané práve v rámci povinných výživových údajov výrobku. Zároveň sa zohľadňujú pozitívne prvky, ako sú vláknina, bielkoviny, ovocie, zelenina či vybrané orechy. Ľubomíra Fábryová zdôrazňuje, že hodnotenie C, D alebo E neznamena, že potravina je zlá alebo nezdravá. Je to len indikátor toho, v akom množstve a frekvencii by spotrebiteľia mali danú potravinu konzumovať.

Problémy s olivovým olejom

Slovenská obezitologická asociácia sa stala členom Pro Nutri-Score Aliancie a podporuje tento systém z viacerých dôvodov. „Ako prvý spomeniem jeho vedecký a odborný základ. Nutri-Score je založený na vedeckej metóde, ktorú v roku 2005 vyvinul výskumný tím z britskej Oxfordskej univerzity pod vedením profesora Mikea Raynera. Jeho pozitívny vplyv na stravovanie bol potvrdený desiatkami vedeckých štúdií,“ uvádza Ľubomíra Fábryová. Druhým dôvodom je zrozumiteľnosť a intuitívnosť pre spotrebiteľa, ktorá bola overená viacerými spotrebiteľskými prieskumami v EÚ aj na Slovensku. „Okrem toho je v súlade s aktuálne platnými odporúčaniami pre zdravú výživu a stravovanie. V neposlednom rade zvyšuje motiváciu výrobcov reformulovať výrobky, teda upraviť ich zloženie, napríklad znížením obsahu pridaného cukru alebo soli,“ pokračuje s tým, že vylepšeniu systému sa priebežne venuje vedecká skupina, aby v algoritme boli zohľadnené najaktuálnejšie poznatky.

Napriek tomu má toto označovanie mnoho kritikov. Medzi najčastejšie výhrady patria výsledky systému v praxi. Pokojne sa totiž môže stať, že kým stopercentný pomarančový džús a olivový olej dosiahnu hodnotenie C, mrazená pizza či kolový nápoj s náhradnými sladidlami získajú výsledok B. Systém Nutri-Score bol však vyvinutý tak, aby slúžil na porovnanie rovnakých alebo podobných výrobkov. „Nemôžete porovnávať napríklad mrkvu s čokoládou. Nutri-Score je transparentným pomocníkom pri výbere obľúbených produktov v rámci jednej kategórie. Napríklad porovnávajte iba Nestlé cereálie medzi sebou alebo s konkurenčnými výrobkami, ktoré používajú Nutri-Score. Rovnaké pravidlo platí aj pre ďalšie kategórie výrobkov, napríklad pre kávové nápoje, dehydrované polievky a jedaľ alebo čokolády a podobne,“ píše pediater Milan Kuchta v časopise Lekárskej fakulty **UPJŠ** v Košiciach Ateroskleróza.



Takýto prístup však predpokladá určitú úroveň vedomostí spotrebiteľov o výžive a zdravom životnom štýle. Slovenské združenie pre značkové výrobky vo všeobecnosti vníma dopyt po riešeniach, ktoré by pomohli spotrebiteľom čo najjednoduchšie sa orientovať v ponuke v obchode. „Teda takých, ktoré by pri istej miere citlivosti pošuchli alebo motivovali k zamysleniu nad vlastným životným štýlom. Hlavný problém však nastáva, ak rovnakým metrom porovnávame potravinu ako koncový produkt s potravinou, ktorá je len jednou z ingrediencií. Je to podobné, ako keď porovnáme čas dosiahnutý na 100 metrov u najlepšieho plavca s časom na 100 metrov u bežca,“ vysvetľuje výkonný riaditeľ združenia Ľubomír Tuchscher a pokračuje, že je potrebné, aby vznikol taký systém, ktorý by na vedeckom základe dokázal nastaviť rovnaké pravidlá hry pre všetkých.

Ministerstvo pôdohospodárstva uvádza, že z februárového rokovania s Európskou komisiou vyplynulo, že Brusel toho času pripravuje materiál Hodnotenie vplyvu, ktorý bude použitý ako základ pre návrh legislatívy pre grafické označovanie výživových hodnôt na prednej strane obalu. Termín zverejnenia však Komisia neuviedla. Slovensko v Bruseli podporuje harmonizovaný systém označovania, ktorý sa bude vzťahovať na celú EÚ. „Avšak Slovensko nepodporuje Nutri-Score ani žiaden iný národný dobrovoľný systém takéhoto označovania. Považujeme za dôležité, aby pripravená nová schéma bola založená na vedeckom základe a aby schéma nevedla k neodôvodnenému rozlišovaniu medzi potravinami a nemala by spotrebiteľa zavádzať, pokiaľ ide o výživovú hodnotu a vplyv na zdravie,“ píše v stanovisku agrozort.

#### Kritizovaný systém na obaloch

Napriek tomu, že diskusie o výbere jednotného označovania potravín ešte nie sú na konci, niektoré spoločnosti sa rozhodli hodnotenie Nutri-Score zobrazovať na svojich produktoch a zákazníci sa s ním môžu bežne stretnúť aj na Slovensku. Za najvhodnejší spôsob nutričného označovania ho považuje Danone. „Stotožňujeme sa s jeho holistickým prístupom, teda že zohľadňuje nielen živiny, ktoré je vhodné v strave obmedzovať, ale aj tie živiny, ktoré sú pre zdravie prospešné a ich príjem je dobré podporiť,“ konštatuje Mária Jendrišáková, Corporate Affairs Lead Czech Republic & Slovakia spoločnosti Danone. Ako pokračuje, za jeho najväčšiu devízu považujú vedecký základ. „Nutri-Score je výsledkom dlhoročnej práce európskych vedcov a prešiel komplexným odborným validačným procesom. Spotrebiteľské prieskumy vo viacerých krajinách, ako aj u nás preukázali, že Nutri-Score je pre spotrebiteľa intuitívny a ľahko zrozumiteľný,“ hovorí.

Firma Nestlé sa pre Nutri-Score rozhodla, pretože ho vníma ako najzrozumiteľnejší a zároveň najúčinnější systém značenia výživovej hodnoty na prednej strane obalu. „Z existujúcich schém najlepšie prispieva k plneniu nášho záväzku poskytovať spotrebiteľom transparentné informácie o zložení výrobkov. Spotrebiteľom umožňuje ľahko porovnať výživovú hodnotu potravín a robiť informované rozhodnutia. Tým im pomôže k lepšiemu a vyváženějšíemu stravovaniu,“ hodnotí Róbert Kičina, manažér pre vonkajšie vzťahy spoločnosti. Ako ďalej pripomína, Nutri-Score býva najčastejšie kritizovaný za prílišné zjednodušovanie a nezohľadnenie všetkých parametrov potravín. Táto kritika by bola podľa neho relevantná, pokiaľ by po zavedení tohto systému zmizli z obalov podrobné nutričné informácie na zadnej strane obalu. K tomu však v žiadnom prípade nedôjde.

Reálne dáta z krajín, ktoré Nutri-Score zaviedli už v minulých rokoch, hovoria, že spotrebiteľia mierne zmenili svoje nákupné správanie a vyberajú si častejšie výrobky s priaznivejším nutričným zložením. „Neznamená to, že by prestali kupovať výrobky s označením D alebo E, len ich nakupujú v menšej miere. Keďže v tejto kategórii prevládajú výrobky s vyšším obsahom tukov, cukrov a soli, tak racionalizácia ich spotreby je okrem iného i v záujme podpory verejného zdravia,“ tvrdí Róbert Kičina. Spoločnosti sa dlhodobo snažia vylepšovať zloženia svojich výrobkov. „Nestlé dosiahlo merateľný pokrok, napríklad v znižovaní cukru v raňajkových cereáliách alebo iných citlivo vnímaných ingredienciách v portfóliu cukrovín a kulinárskych výrobkov,“ uvádza Róbert Kičina s tým, že o vylepšovanie výživových hodnôt sa budú snažiť aj naďalej, pričom primárnym cieľom nebude dosiahnuť lepšie hodnotenie Nutri-Score, ale ponúknuť spotrebiteľom chutné a nutrične hodnotné potraviny.

Reformulácii produktov, najmä znižovaniu obsahu menej vhodných nutričtov, ako je napríklad cukor, a, naopak, zvyšovaniu pozitívnych živín, ako sú napríklad bielkoviny, sa venuje aj Danone. „Je to súčasťou našej dlhodobej stratégie. Bonusom je, že pri niektorých produktoch nám to zlepšilo hodnotenie na škále Nutri-Score,“ vysvetľuje Mária Jendrišáková.

#### Slovenská semaforová špecialita

Napriek tomu, že sa v Bruseli chystá jednotný systém označovania potravín, Slovensko sa vydáva aj vlastnou cestou. Ministerstvo pôdohospodárstva pripravilo Register potravín pre potravinový semafor. Výrobcovia sa doň môžu dobrovoľne registrovať a zdieľať informácie o svojich produktoch. Spotrebiteľ si zas na základe vlastného filtra vyselektuje, ktoré z nich sú pre neho vhodné. Napríklad si nechá vyhľadať výrobky, ktoré sú bez alergénov či ktoré pochádzajú zo Slovenska a podobne. Cez aplikáciu si má v predajni naskenovať produkt a semafor mu dá príslušnou farbou vedieť, či daná potravina vyhovuje jeho kritériám. Register je k dispozícii od vlnajška a k 9. marcu tohto roka sa doň prihlásilo 133 výrobkov a 29 producentov. „Register potravín pre potravinový semafor považujeme za užitočnú službu ako pre spotrebiteľa, tak aj pre samotného výrobcu potravín, ktorý sa do systému registruje dobrovoľne. Spotrebiteľ tak získava len ďalší zdroj informácií o potravinách a výrobkoch, ktoré sú na pultoch v obchodoch,“ píše agrozort.

Podľa Slovenského združenia pre značkové výrobky je vymýšľať národné riešenia v čase jednotného trhu neprimeranou administratívnou záťažou a vyslovene krokom ku chaosu – pre výrobcov aj pre spotrebiteľov. „Výrobok určený pre viacero trhov by musel niesť špecifické



označovanie, ale aj prejsť registráciou pre každú krajinu určenia. Naším úsilím by malo byť aktívne sa podieľať na vývoji európskeho riešenia," uzatvára Ľubomír Tuchscher.

„Hodnotenie olivového oleja sa zmení.“

Nutri-Score čelí agresívnej antikampani zo strany talianskych výrobcov, ktorým sa v súčasnosti silným lobingom darí blokovať jeho prijatie na európskej úrovni. Doterajšie hodnotenie olivového oleja na úrovni C je zneužitie na pokrivené prezentovanie tohto nutričného značenia. Nutri-Score v prvom rade slúži na zmysluplné porovnania. Napríklad pomáha porovnávať rôzne druhy olejov podľa obsahu nasýtených tukov. Kým maslo, kokosový a palmový olej majú hodnotenie E, olivový, orechový a repkový olej majú hodnotenie C. Tento argument však v krátkom čase stratí validitu, keďže v rámci aktuálnej revízie algoritmu došlo k posunu olivového oleja do zelenej časti spektra na hodnotenie B.

Ľubomíra Fábryová, prezidentka, Slovenská obezitologická asociácia

Ako sa vypočítava hodnotenie, sa dočítate na [www.tovarapredaj.sk](http://www.tovarapredaj.sk)

Autor: Tatiana Kapitánová, [tatiana.kapitanova@atoz.sk](mailto:tatiana.kapitanova@atoz.sk)