
POHYBOVÁ AKTIVITA 25–57LETÝCH OBYVATEL ÚSTECKÉHO REGIONU Z ASPEKTU ZAMĚSTNANOSTI*

Ladislav Bláha¹, Karel Frömel²

¹*Pedagogická fakulta, Univerzita Jana Evangelisty Purkyně, Ústí nad Labem, ČR*

²*Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého, Olomouc, ČR*

Předloženo v srpnu 2010

VÝCHODISKA: Sociální a zdravotní stav obyvatel ústeckého kraje je hodnocen jako jeden z nejméně uspokojivých v České republice. Stejně závažným problémem je vysoká regionální nezaměstnanost, která je ukazatelem socioekonomického statusu a životního stylu obyvatel.

CÍLE: Cílem studie proto je analyzovat vztahy mezi pohybovou aktivitou (dále PA) dospělé populace, zaměstnaností a dalšími sociodemografickými faktory. Dále zjistit fakta, která bude možné využít při tvorbě regionální zdravotní politiky a při prosazování zdravého a pohybově aktivního životního stylu dospělé populace.

METODIKA: Výzkumu se zúčastnilo 467 žen a 360 mužů ve věku 25–57 let, kteří byli náhodně vybráni v Ústeckém kraji. PA byla zjišťována odhadem za posledních sedm dnů prostřednictvím dotazníku IPAQ. Skladba PA zahrnovala aktivity v zaměstnání, při transportu, doma a okolí, při rekreaci a dále intenzivní, středně zatěžující a chodecké aktivity. Výsledky v různých typech a různé intenzity PA byly analyzovány ve skupinách zaměstnaných a nezaměstnaných žen a mužů. K statistickému zpracování byl využit Kruskal Wallisův test a logistická regresní analýza.

VÝSLEDKY: Výsledky potvrdily vyšší pohybovou aktivitu mužů oproti ženám (mezi zaměstnanými i nezaměstnanými) v práci a provozovanou vysokou intenzitou. Naopak zaměstnané i nezaměstnané ženy byly pohybově aktivnější než muži doma a v okolí domu. Jízdu na kole nejvíce využívali při transportu nezaměstnaní muži a chůzi nezaměstnané ženy. Větší šance na splnění doporučení 1200 MET-min intenzivní PA v týdnu byly zjištěny

* Studie vznikla za podpory Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy České republiky při řešení výzkumného záměru „Pohybová aktivita a inaktivita obyvatel České republiky v kontextu behaviorálních změn“ s identifikačním kódem: RP 6198959221.

u mužů, méně vzdělaných zaměstnaných, nezaměstnaných bydlících v prostředí vhodném pro chůzi a jízdu na kole a u obyvatel zapojených do organizované PA. K dosažení doporučené úrovně 1200 MET-min prostřednictvím středně zatěžujících PA mají blíže méně vzdělaní zaměstnaní, bydlící v rodinném domku, zaměstnaní vlastníci psa a zaměstnaní zapojení do organizované PA.

ZÁVĚRY: Zjištěné rozdíly v pohybové aktivitě zaměstnaných a nezaměstnaných obyvatel Ústeckého kraje mohou být využity zejména při koncipování rekvalifikačních programů a dále při řešení psychosociální a zdravotní problematiky specifické skupiny dospělé populace bez zaměstnání.

Klíčová slova: dotazník IPAQ, skladba pohybové aktivity, region, nezaměstnanost.

ÚVOD

Životní styl obyvatelstva je determinován a posuzován podle zdraví, jehož kvalita je podmíněna také realizovanou pohybovou aktivitou. Pohybová aktivita jako jedna ze základních složek životního stylu vytváří pohybový režim, přičemž nepředstavuje pouze biologický rozměr životního stylu, ale staví na bio-psychosociálním principu existence a fungování lidského organismu. Pohybový režim je souhrn veškeré pohybové činnosti všech pohybových aktivit, které jsou dlouhodobě začleněny pravidelně do života v daném životním cyklu. Kvalitní životní styl by měl být v dostatečné míře charakterizován patřičným uplatňováním PA. Vztah k nim si dospělý vytváří z předchozích období v přípravě na život v rámci rodinné výchovy, školní docházky, studia popř. profesní přípravy. O tom, že vedle ovlivňování zdraví hraje PA velkou roli v rozvoji tělesných, duševních i mravních schopností člověka, není pochyb. Dokladem zájmu o sledování uplatňování PA a vazeb na činnosti nebo jevy, které jsou dávány s jejich výskytem do souvislosti, svědčí řada mezinárodních i národních studií (Bauman, Sallis, Dzewaltowski, & Owen, 2002; Bláha et al., 2004, 2005; Bunc, 1996; Frömel, 2006; Jansa et al., 2005; Sigmund, Croix, Mikláňková, & Frömel, 2007; Sigmund et al., 2008). Nelze opomenout ani provázanost realizace pohybových aktivit s prostředím a podmínkami, které člověka obklopují (Booth, 2000; Floyd, Crespo, & Sallis, 2008; Rütten et al., 2001; Sallis, & Owen, 1999). Do popředí vystupují i zdravotní aspekty (komponenty) pohybu. Potenciál pohybových aktivit spočívá v jejich možnosti výrazně

ovlivnit kvalitu života, neboť stojí v protikladu s výskytem některých civilizačních chorob, jako např. obezita, onemocnění pohybového systému a dalších, které v současnosti mají až nepříznivý pandemický charakter. Otázka uplatňování PA a korelátů souvisejících s jejich výskytem byla ve středu naší pozornosti v ústeckém regionu.

Historický vývoj ústeckého regionu a do značné míry dějinné události související s jeho osídlením a regionální správou jsou specifické. Určitou míru podobnosti lze zaznamenat pouze u části kraje Karlovarského a Libereckého. Značná část území prošla vysídlením a zejména příhraniční oblasti se dlouho a obtížně vyrovnávaly s příchodem lidí, kteří si správný vztah k místu svého bydliště museli teprve vytvářet. Složení obyvatelstva se výrazněji lišilo od zbytku republiky v neprospěch občanů s vyšším vzděláním, kvalifikací apod., čemuž napomohl i prohlubující se industriální charakter regionu. Z politických důvodů byly části těchto krajů pod dlouhou dobu sjednoceny v Severočeský kraj s městem Ústí nad Labem jako jeho metropolí. V souvislosti s reformou krajské samosprávy došlo k rozdělení krajů do současné podoby. Ústecký kraj je obecně považován za oblast více zatíženou zhoršeným životním prostředím (Kotěšovec et al., 2004), čemuž se nikoli zřídka přisuzuje i nadměrný výskyt vybraných druhů onemocnění popř. zvýšená úmrtnost (nádorová onemocnění a to zejména dýchacích cest, úmrtnost na srdeční a cévní onemocnění aj.). Rozdílná úroveň mezi kraji spočívá i v kvalifikovanosti pracovních sil (19,6 % vysokoškolsky vzdělaných ve státní sféře a 7,1 % v podnikatelské sféře v Ústeckém kraji ve srovnání se stejnými ukazateli v kraji Libereckém – 24 % a 8,6 %). Oba kraje jsou na tom z tohoto hlediska lépe proti kraji Karlovarskému (20,1 a 4,8), ale ve srovnání s krajem Královéhradeckým zaostávají (26,2 % a 8,3 %). Obdobně kopírují tyto hodnoty i výše příjmů pracovníků (<http://portal.mpsv.cz/sz/stat/vydelky/porovnani>; 21. 4. 2010). Nižší kvalifikační strukturu v Ústeckém kraji je možné přisoudit i specifitější skladbě obyvatelstva. Jedním z největších problémů krajů je vyšší úroveň kriminality. Podle Marešové (2009, 14) je v Ústeckém kraji potvrzena „zamořenost kriminalitou“. Varovné údaje lze najít i v souvislosti s počtem sebevražd (Marešová, 2009). Otázkou zůstává, zda tyto okolnosti vycházejí z komplexu problémů spojených s úrovní vzdělanosti, industriálním charakterem regionu a možnou příčinou v podobě přetrvávající vysoké nezaměstnanosti. Ta je mimořádně vysoká na Mostecku (již v září 2008 celkem 12,2 %) a momentálně se v Ústeckém kraji pohybuje na úrovni 12,5–16 % (<http://portal.mpsv.cz/sz/stat/nz/uzem>; 21. 4. 2010). U Ústeckého kraje lze vyzvednout i jedinečnosti krajinného rázu a okolnosti, které vznikaly působením lidského faktoru na přírodní prostředí a které mají vliv na způsob života obyvatelstva. V kraji pod

Krušnými horami s výrazným rázem těžební činnosti je několik větších měst, přičemž za největší a svým statutem nejvýznamnější lze považovat samotné Ústí nad Labem. Zatímco města jako Litoměřice, Děčín, Louny, Teplice aj. si uchovala svá historická jádra i charakter zástavby, rozvoj a urbanistický charakter některých měst byl spjat s velkým rozsahem výstavby panelových domů (Most, Litvínov, okrajové čtvrti Teplic, Děčína, Bíliny a dalších). Povrchová těžební činnost byla také příčinou likvidace řady obcí. Kraj, jehož vývoj byl plný historických zvratů a událostí, stále prochází významnými změnami. Ty ovlivňují složení obyvatelstva, úroveň a skladbu průmyslu, služeb, zdravotnictví, školství apod. Je zřejmé, že tyto a další ukazatele se promítají také do oblasti provozování pohybových aktivit a zejména do udržování zdravého životního stylu jako jedné z podmínek upevnění zdraví obyvatel. Otázkou ovšem zůstává, zda právě nezaměstnanost, složení obyvatelstva s větší mírou sociálně potřebných a další podobné vlivy se nepromítají do způsobu provozování PA a s tím souvisejících průvodních nebo příčinných jevů. Za pozitivní lze označit skutečnost, že se objevují snahy pozvednout úroveň požadovaných ukazatelů se vztahem k uplatňování pohybových aktivit (např. program „Zdraví 21“, 2003).

CÍL PRÁCE

Cílem studie proto je analyzovat vztahy mezi pohybovou aktivitou dospělé populace, zaměstnaností a dalšími sociodemografickými faktory. Dále zjistit fakta, která bude možné využít při tvorbě regionální zdravotní politiky a při prosazování zdravého a pohybově aktivního životního stylu dospělé populace na regionální úrovni.

METODIKA

Účastníci a IPAQ dotazník

Výzkumu se zúčastnilo 467 žen (věk $39,9 \pm 9,3$ let; tělesná výška $167,1 \pm 6,6$ cm; tělesná hmotnost $66,0 \pm 11,2$ kg; BMI $23,7 \pm 3,8$ kg/m²) a 360 mužů (věk $38,8 \pm 9,6$ let; tělesná výška $180,5 \pm 6,9$ cm; tělesná hmotnost $84,7 \pm 12,0$ kg; BMI $26,0 \pm 3,5$ kg/m²) náhodně vybraných v Ústeckém kraji. K odhadu týdenní PA byl použit dotazník „Neighborhood Quality of Life Study“ (ANEWS) (www.ipenproject.org), který zahrnuje

dlouhou verzi dotazníku (IPAQ) „International Physical Activity Questionnaire“ (Craig et al., 2003) (www.ipaq.ki.se). Z původního souboru 1175 respondentů bylo vyřazeno 378 dotazníků pro ne zcela úplné údaje anebo nesplnění podmínek (nejčastěji uvedení nereálných hodnot) k zařazení do výběru podle manuálu IPAQ. Skladba PA zahrnovala aktivity v zaměstnání, při transportu, doma a okolí, při rekreaci a dále intenzivní, středně zatěžující a chodecké aktivity. Výsledky v různých typech a různé intenzity PA byly analyzovány ve skupinách zaměstnaných (61 mužů a 99 žen) a nezaměstnaných (299 mužů a 368 žen) obyvatel. Sledované zdravotní a sociodemografické proměnné byly: pohlaví, věk, BMI, kouření, vzdělání, velikost místa bydliště, žití v rodinném domku, účast v organizované PA, dostupnost rekreačního centra, dostupnost kondičního centra, místa pro chůzi a jízdu na kole, bezpečnost v okolí, vlastnictví kola a vlastnictví psa.

Uplatněná doporučení k realizaci PA

Jako doporučení k PA byly využita modifikovaná doporučení pro americkou populaci (U. S. Department of Health and Human Services, 2000, 2008) a doporučení v Evropské unii (European Commission Directorate-General for education and culture, 2008):

- intenzivní PA – 1200 MET-min/týden,
- středně zatěžující PA – 1200 MET-min/týden,
- chůze – 1200 MET-min/týden,
- středně zatěžující až intenzivní PA – 1200 MET-min/týden,
- středně zatěžující PA, intenzivní PA a chůze – 1200 MET-min/týden,
- intenzivní PA – nejméně 3krát týdně po dobu 20 minut a déle,
- středně intenzivní PA – nejméně 5krát týdně po dobu 30 minut a déle.

Statistické zpracování a interpretace dat

Výsledky byly zpracovány v programu SPSS 18 a Statistica 9. Ke statistickému zpracování byly využity základní statistické veličiny, kontingenční tabulky, Kruskal-Wallis ANOVA, logistická regresní analýza metodou Enter a koeficient „effect size“ η^2 (Sheskin, 2007).

VÝSLEDKY

Respondenty uváděné hodnoty naznačují, že ukazatelé svědčící o objemu vykazovaných pohybových aktivit jsou u obou pohlaví ve prospěch občanů se zaměstnáním (Tab. 1). Právě existence zaměstnání tvoří největší rozdíl v rozdílu vykazovaného objemu pohybových aktivit mezi skupinami zaměstnaných a nezaměstnaných mužů a žen. Zajímavá je skutečnost, že pohybové aktivity vykonávané v rámci domácích prací jsou nezaměstnanými muži udávány v menší míře oproti mužům zaměstnaným, zatímco u žen se nezaměstnanost stává příležitostí věnovat se aktivitám doma více.

Zatímco muži ve srovnání s ženami vykazují větší objem intenzivních a středně intenzivních pohybových aktivit, ženy je předčí ve sledovaných parametrech chůze jako prostředku běžného transportu i jako prostředku rekreace (Obr. 1). Nezaměstnaní jsou v rámci aktivního transportu více odkázáni na kolo nebo chůzi. Nezaměstnaní muži vykazují proti ostatním skupinám větší použití kola jako dopravního prostředku. Žádná z vymezených skupin nedosahuje úrovně doporučovaných plnění ve vybraných parametrech pro týdenní PA (Obr. 2) v zastoupení více než 90 % členů. U sledovaných parametrů doporučovaných úrovní intenzivní a středně intenzivní PA a intenzivní, středně intenzivní PA a chůze se v procentuálním zastoupení všechny skupiny pohybují na úrovni 60–86 % zastoupení členů skupin zaměstnaných a nezaměstnaných mužů a žen. Nejmenší zastoupení je u těchto sledovaných parametrů možné konstatovat u skupiny nezaměstnaných žen. Ženy oproti mužům obecně vykazují zvýšené hodnoty zastoupení u vykazovaných parametrů plnění doporučovaných hodnot chůze, zatímco muži předčí v procentuálním zastoupení ženy v dosahování doporučovaných hodnot intenzivní PA. V tomto sledovaném parametru se u obou pohlaví ukazuje také rozdíl vždy ve prospěch zaměstnaných a to mužů i žen.

Větší šance na splnění doporučení 1200 MET-min intenzivní PA v týdnu byly zjištěny u mužů, méně vzdělaných zaměstnaných, nezaměstnaných bydlících v prostředí vhodném pro chůzi a jízdu na kole a u obyvatel zapojených do organizované PA (Tab. 2). K dosažení doporučené úrovně 1200 MET-min prostřednictvím středně zatěžujících PA mají blíže méně vzdělaní zaměstnaní, lidé bydlící v rodinném domku, zaměstnaní vlastníci psa a zaměstnaní zapojení do organizované PA (Tab. 2).

DISKUSE

Výsledky ukazují, že existence zaměstnání se stává jednou z určujících proměnných, které zasahují a ovlivňují přístup popř. uplatnění PA u obyvatele Ústeckého kraje. Zaměstnání pomáhá člověku dotvářet pohybový režim a nutí jej podřídit se mu i začleněním PA nezbytných s pracovním procesem včetně transportu a pravděpodobně i způsobem odpočinku. Ačkoli se transport do zaměstnání odehrává spíše technickými prostředky (muži je na rozdíl od žen používají ve zvýšené míře), nehraje v celkovém objemu aplikovaných PA ve srovnání s nezaměstnanými velký rozdíl. Zejména nezaměstnané ženy jsou nuceny používat chůzi jako prostředek transportu. Otázkou je, do jaké míry je to otázka životní úrovně, vybavenost vozy nebo i odraz sportovní „připravenosti“ (nezaměstnaní muži vykazují častější používání bicyklů). Domníváme se, že to je odrazem způsobu života těchto žen, které se starají o domácnost, nákupy apod. Svědčily by tomu i ukazatele charakterizující u žen uplatnění PA vykonávaných v rámci domácích prací. Je zřejmé, že nezaměstnané ženy si dokážou najít určitý smysl své činnosti v péči o domácnost. Podobné ukazatele jsou nezaměstnanými muži udávány v menší míře oproti mužům zaměstnaným. Nasvědčovalo by to tomu, že muži při ztrátě zaměstnání nemají zájem nebo nemohou nalézt prostor pro vykonávání PA v domácím prostředí. To lze považovat za velmi závažný jev zejména v Ústeckém kraji s velkým zastoupením panelových domů a bytů, které tvůrčí iniciativě a vykonávání PA nesvědčí a jsou oproti vlastnictví rodinných domků v tomto směru nevýhodou (Tab. 2). Zaměstnání a organizovaní v oddílech nebo zájmových sdruženích mají obecně i větší šance dosahovat požadovaných úrovní intenzivní PA. Výhodou pro obyvatele v rámci dosahování doporučených hodnot u středně zatěžujících PA je opět vedle existence zaměstnání rovněž bydlení v rodinném domku, vlastnictví psa nebo organizovanost PA. Nemalou roli v tomto směru hraje vzdělanost a kvalifikovanost pracovních sil, která dává nezbytné předpoklady nalezení nového zaměstnání a uplatnění. Zdá se, že výše zmíněné „faktory“ se navzájem podmiňují a podporují. Je zřejmé, že zejména v Ústeckém kraji jsou v tomto směru vybrané okolnosti dané regionálními podmínkami nositelem zvýšených rizik. K nim se jednoznačně řadí na prvním místě nezaměstnanost, která patří k nejvyšším v České republice. Navíc, bohužel, studie nedokázala podchytit obyvatelstvo nepřizpůsobivé, které se v několika větších městech koncentruje do určitých míst a o jehož životním stylu nemáme ucelené představy.

Zdá se, že před vedením krajské samosprávy stojí nemalé úkoly, jejichž řešení vychází z úrovně zákonů ČR a podpory státních orgánů i ve formě různých dotačních titulů. Ty by

měly být namířeny především na řešení komplexu problémů spojených se vzděláváním, zdravotnickou péčí, dokončením restrukturalizace průmyslu v kraji, životním prostředím a postupným přetvářením charakteru osídlení ve prospěch míst vhodných k provozování pohybových aktivit.

ZÁVĚRY

- Pohybová aktivita je v ústeckém regionu ve větší míře uplatňována muži oproti ženám (mezi zaměstnanými i nezaměstnanými) v práci a v intenzivní PA.
- Zaměstnané i nezaměstnané ženy vykazují lepší ukazatele PA než muži doma a v okolí domu.
- Jízda na kole je při transportu nejvíce využívána nezaměstnanými muži.
- Chůze je při transportu nejvíce využívána nezaměstnanými ženami.
- Z hlediska šancí se největší možnost splnění doporučení 1200 MET-min intenzivní PA v týdnu přisuzuje mužům, méně vzdělaným zaměstnaným, nezaměstnaným bydlícím v prostředí vhodném pro chůzi a jízdu na kole a obyvatelům zapojených do organizované PA. K dosažení doporučené úrovně 1200 MET-min prostřednictvím středně zatěžujících PA mají blíže méně vzdělaní zaměstnaní, bydlící v rodinném domku, zaměstnaní vlastníci psa a zaměstnaní zapojení do organizované PA.
- Do charakteru provozování PA obyvatelstva v ústeckém regionu se do značné míry promítá úroveň nezaměstnanosti obyvatelstva, která je výsledkem komplexu problémů spojených se vzděláním, kvalifikovaností pracovních sil, struktury průmyslu aj. Jako významné okolnosti rozhodující o uplatnění PA je možné také označit bydlení v rodinném domku a zapojení do organizovaných PA.

REFERENČNÍ SEZNAM

Bauman, A. E., Sallis, J. F., Dzewaltowski, D. A., & Owen, N. (2002). Toward a better understanding of the influences on physical activity: The role of determinants, correlates,

- causal variables, mediators, moderators, and confounders. *American Journal of Preventive Medicine*, 23(2 Suppl.), 5–14.
- Bláha, L., Frömel, K., Stýblová D., Čechura P., Matoušková M., Bauerová H., & Palová J. (2004). Pohybové aktivity jako součást životního stylu obyvatelstva města Ústí nad Labem. In A. Suchomel & M. Volf (Eds.), *Sborník příspěvků konference „Tělesná výchova a sport 2004“: Mezinárodní vědecká konference. 24.–25. června 2004.* (pp. 50–55). Liberec: Technická Univerzita.
- Bláha, L. et al. (2005). *Místo pohybových aktivit ve vytváření životního stylu u občanů města Ústí nad Labem a perspektivy jeho kultivace* [Zpráva o řešení grantového úkolu města Ústí nad Labem jako součást Koncepce rozvoje a sportu v Ústeckém kraji]. Ústí nad Labem: Pedagogická Fakulta Univerzity Jana Evangelisty Purkyně.
- Booth, M. (2000). Assessment of physical activity: An international perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71, 114–120.
- Bunc, V. (1996). Pohybové aktivity jako prostředek ovlivňování zdravotně orientované zdatnosti. In P. Tilinger & T. Perič (Eds.), *Sborník referátů z národní konference „Tělesná výchova a sport na přelomu století.“* (pp. 172–174). Praha: Univerzita Karlova.
- Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Pratt, U., Ekelund, U., Yngve, A., Sallis, J. F., & Oja, P. (2003). International physical activity questionnaire: 12 country reliability and validity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 35(8), 1381–1395.
- Floyd, M., Crespo, C. J., & Sallis, J. F. (2008). Active living research in diverse and disadvantaged communities. *American Journal of Preventive Medicine*, 34(4), 271–274.
- Frömel, K., & Bauman, A. et al. (2006). Intenzita a objem pohybové aktivity 15–69leté populace České republiky. *Česká kinantropologie*, 10(1), 13–27.
- Jansa, P., Kocourek, J., Votruba, J., & Dašková, B. (2005). *Sport a pohybové aktivity v životě české populace*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy.
- Kotěšovec, F., Skorkovský, J., Brynda, J., Trmal, J., Poláčková, E., & Ševčík, J. (2004). *Zdraví v Ústeckém kraji*. Ústí nad Labem: Ústecký kraj.
- Marešová, A. (2009). Trendy kriminality v ČR v roce 2008. In A. Marešová et al. (Eds.), *Analýza trendů kriminality v roce 2008.* (pp. 6–26). Praha: IKSP.
- MPSV (2010). *Regionální statistika ceny práce. MPSV, výsledky za IV. čtvrtletí 2009, ke dni 10. 3. 2010.* Retrieved 10. 3. 2010 from the World Wide Web: <http://portal.mpsv.cz/sz/stat/vydelky/porovnani>

- MPSV (2010). *Statistiky nezaměstnanosti z územního hlediska*. Retrieved 10. 3. 2010 from the World Wide Web: <http://portal.mpsv.cz/sz/stat/nz/uzem>
- Rütten, A. et al. (2001). Self reported physical activity, public health, and perceived environment: Results from a comparative European study. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 55(2), 139–146.
- Sallis, J. F., & Owen, N. (1999). *Physical activity and behavioral medicine*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Sheskin, D. J. (2007). *Handbook of parametric and nonparametric statistical procedures*. Boca Raton, FL: Chapman & Hall/CRC.
- Sigmund, E., Croix, D. S. M., Mikláňková, L., & Frömel, K. (2007). Physical activity patterns of kindergarten children in comparison to teenagers and young adults. *European Journal of Public Health*, 17(6), 646–651.
- Sigmund, E., Mitáš, J., Vašíčková, J., Sigmundová, D., Chmelík, F., Frömel, K., Horák, S., Nykodým, J., Šebrle, Z., Řepka, P., Feltlová, D., Suchomel, A., Mičan, O., Fojtík, I., Klobouk, T., Lukavská, M., & Bláha, L. (2008). Biosociální proměnné pohybové activity dospělých obyvatel vybraných metropolí České republiky. *Česká Kinantropologie*, 12(4), 9–20.
- USDHHS (2000). *Healthy people 2010: Understanding and improving health*. Washington, D. C.: U. S. Department of Health and Human Services.
- USDHHS (2008). *2008 Physical activity guidelines for American*. Retrieved 10. 3. 2010 from the World Wide Web: www.health.gov/paguidelines
- European Commission Directorate-General for education and culture (2008). *EU physical activity guidelines. Recommended policy actions in support of health-enhancing physical activity*. Brussel: European Commission Directorate-General for education and culture.
- Zdraví 21. Dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR - Zdraví pro všechny v 21. století*. (2003). Praha: MZ ČR.

PaedDr. Ladislav Bláha, Ph.D.

Pedagogická fakulta

Univerzita J. E. Purkyně

Hoření 13

400 96 Ústí nad Labem

PHYSICAL ACTIVITY IN 25–57 YEAR OLD INHABITANTS OF THE ÚSTÍ REGION IN RELATION TO EMPLOYMENT

BACKGROUND: The social and health conditions in the inhabitants in the Ústí region are generally considered the worst in the Czech Republic. The high rate of unemployment there is to be considered as one of the significant factors of socio-economical status.

AIM: The aim of the study was to analyze the relationship between physical activity (PA) in the adult population, the unemployment and other sociodemographic factors. Further, to identify information that could be used in formulating regional health policy and in the promotion of healthy and physically active lifestyle in the adult population.

METHODS: In total, 467 women and 360 men aged 25–57, randomly selected, participated in the study. PA was estimated for last seven days using the IPAQ questionnaire. The PA structure included job related activities, transport, and recreational activities. Further, we estimated vigorous, moderate and walking activities. The data for each PA type and PA intensity were analyzed for the employed and the unemployed men and women. To carry out the statistical analysis, we used the Kruskal-Wallis test, and the logistic regression analysis.

RESULTS: The results have confirmed that men perform more physical activity than women (both employed and unemployed) at work and more vigorous PA. On the other hand, both employed and unemployed women were more physically active at home than men. Cycling as a means of transport was used most by unemployed men and walking was the highest in unemployed women. More chances to meet the recommendation of 1200 MET-min of vigorous PA in a week were found in employed men with lower education, unemployed men living in walking and cycling friendly neighborhoods and in inhabitants performing organized PA. Performing moderate PA, the chances to meet the recommendation of 1200 MET-min in a week were found in educated employed people, people living in a family house, employed people owning a dog, and employed people performing organized PA.

CONCLUSION: The differences found between PA in employed and unemployed people in the Ústí region can be used when creating re-qualification programs, dealing with issues in social, psychological and health areas especially in the unemployed population.

Key words: *IPAQ questionnaire, structure of physical activity, region, unemployed.*

Tab. 1

Skladba týdenní PA (MET-minut/týden) 25–57letých zaměstnaných a nezaměstnaných mužů a žen

Typ PA	Muži				Ženy				H	p	η ²
	Zaměstnaní (n=299)		Nezaměstnaní (n=61)		Zaměstnané (n=368)		Nezaměstnané (n=99)				
	Mdn	IQR	Mdn	IQR	Mdn	IQR	Mdn	IQR			
Práce	1764	5730	396	4158	720	2970	0	0	79,00 ^{c,d}	< 0.001	0.096**
Transport	396	990	462	1287	495	1205	924	1452	19,31 ^c	< 0.001	0.011*
Doma	428	1380	360	1453	900	1800	1260	2160	41,17 ^{c,d}	< 0.001	0.050*
Rekreace	876	1626	594	1386	693	1281	560	1386	8,38	0.039	0.042*
Intenzivní	840	2880	300	2520	150	1080	0	360	56,40 ^{b,c,d}	< 0.001	0.068**
Středně zatěžující	1620	3400	1410	3390	1620	2933	1425	2480	1,35	0.718	-
Chůze	1551	2475	1287	2376	1782	2723	1716	2145	4,88	0.181	-
Celkem	5010	6966	4719	8342	4611	4869	4014	5007	6,26	0.099	-

Vysvětlivky:

PA – pohybová aktivita

Mdn – medián

IQR – interkvartilové rozpětí

H – Kruskal-Wallis test

η^2 – koeficient „effect size“ s nízkou (*) a střední (**) významností

^a signifikantní difference mezi zaměstnanými a nezaměstnanými muži

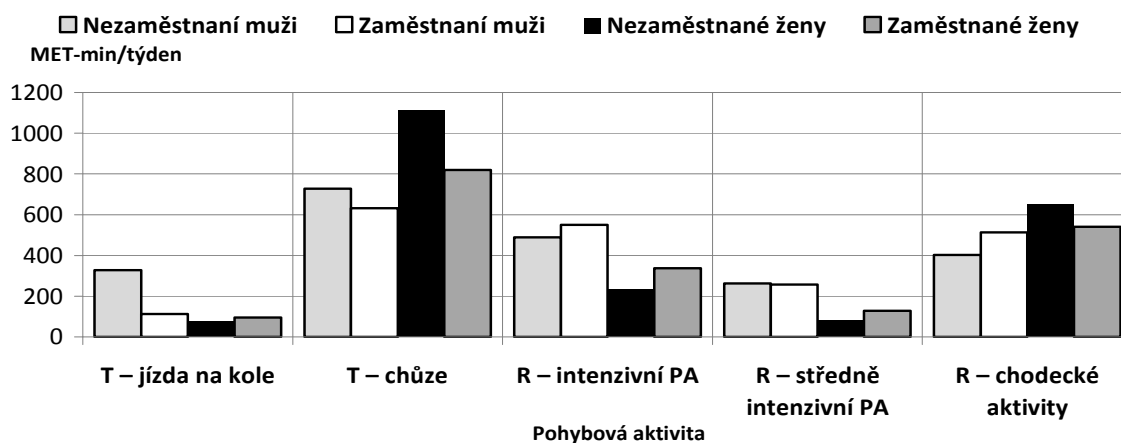
^b signifikantní difference mezi zaměstnanými a nezaměstnanými ženami

^c signifikantní difference mezi zaměstnanými muži a zaměstnanými ženami

^d signifikantní difference mezi nezaměstnanými muži a nezaměstnanými ženami

Obr. 1

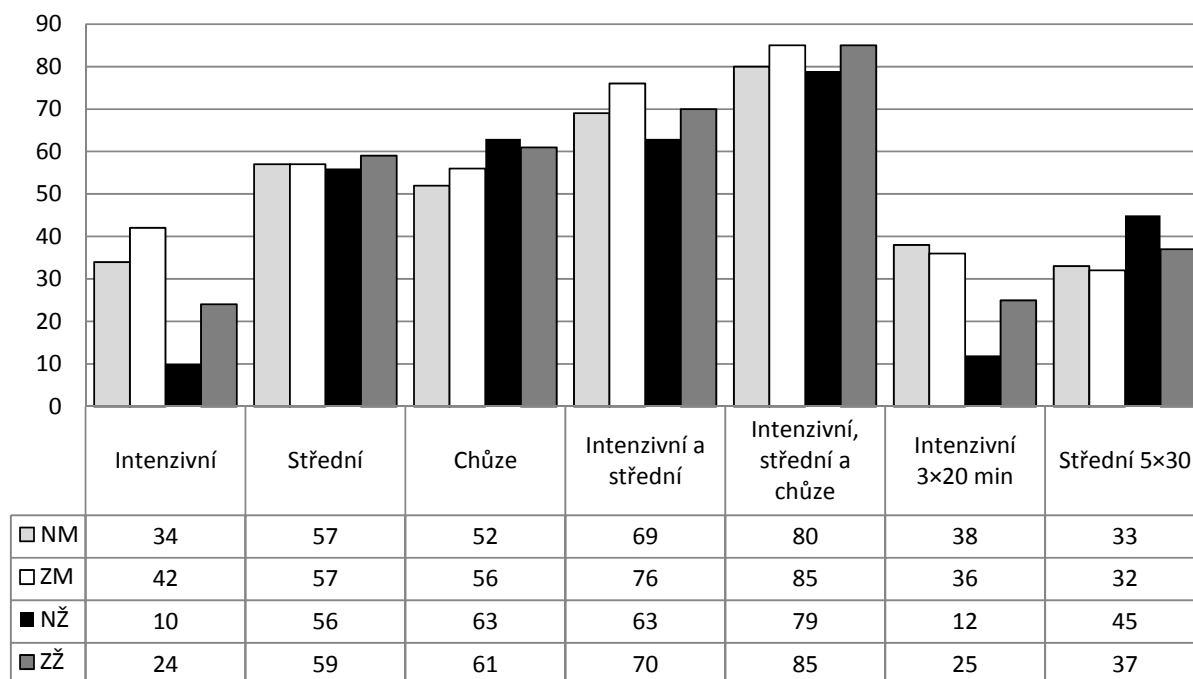
Skladba týdenní PA (MET-minut/týden) 25–57letých zaměstnaných a nezaměstnaných mužů a žen při aktivním transportu (T) a rekreaci ve volném čase (R)



Obr. 2

Plnění vybraných doporučení pro týdenní PA nezaměstnaných (N) a zaměstnaných (Z) mužů (M) a žen (Ž)

Plnění v %



Tab. 2

Asociace mezi plněním doporučení pro intenzivní, resp. středně zatěžující PA a sociodemografickými ukazateli u nezaměstnaných a zaměstnaných mužů a žen

Charakteristiky	Plnění doporučení pro PA							
	1200 MET-min/týden intenzivní PA				1200 MET-min/týden středně zatěžující PA			
	Nezaměstnaní (n=160)		Zaměstnaní (n=667)		Nezaměstnaní (n=160)		Zaměstnaní (n=667)	
	<i>n (%)</i>	<i>OR (CI)</i>	<i>n (%)</i>	<i>OR (CI)</i>	<i>n (%)</i>	<i>OR (CI)</i>	<i>n (%)</i>	<i>OR (CI)</i>
Pohlaví								
Muži	21(34,4)		126(42,1)		35(57,4)		170(56,9)	
Ženy	10(10,1)	0,15** (0,05-0,45)	90(24,5)	0,41*** (0,28-0,59)	55(55,6)	1,01 (0,48-2,13)	218(59,2)	1,06 (0,76-1,49)
Vzdělání								
Základní a střední	27(20,3)		176(34,8)		74(55,6)		307(60,7)	
Vysokoškolské	4(14,8)	0,41 (0,11-1,59)	40(24,8)	0,54** (0,35-0,82)	16(59,3)	0,79 (0,30-2,07)	81(50,3)	0,59** (0,40-0,85)
Rodinný dům								
Ano	7(14,9)		56(28,0)		35(74,5)		143(71,5)	
Ne	24(21,2)	1,90 (0,56-6,47)	160(34,3)	1,39 (0,92-2,11)	55(48,7)	0,32* (0,13-0,80)	245(52,5)	0,53** (0,35-0,78)
Místa pro chůzi a jízdu na kole								
Ne	15(14,7)		131(31,4)		57(55,9)		239(57,3)	
Ano	16(27,6)	3,73* (1,16-11,94)	85(34,0)	1,17 (0,81-1,69)	33(56,9)	0,70 (0,32-1,56)	149(59,6)	1,04 (0,74-1,46)
Vlastnictví psa								
Ne	22(21,8)		132(32,1)		53(52,5)		217(52,8)	
Ano	9(15,3)	0,83 (0,28-2,42)	84(32,8)	1,21 (0,83-1,75)	37(62,7)	1,28 (0,59-2,78)	171(66,8)	1,48* (1,04-2,10)
Účast v organizované PA								
Ne	10(9,9)		93(24,5)		51(50,5)		211(55,5)	
Ano	21(35,6)	7,53*** (2,60-21,83)	123(42,9)	2,41*** (1,69-3,44)	39(66,1)	1,99 (0,92-4,31)	177(61,7)	1,43* (1,02-2,00)

Vysvětlivky:

OR – poměr šancí; *CI* – konfidenční interval; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

