

Poruchy příjmu potravy ve výživě mladých sportovců

MUDr. Marie Skalská,

Centrum sportovní medicíny, Praha www.centrumsporimed.cz

Pro Fit Institut s.r.o., www.profitinstitut.cz

Až 45% sportovců vykazuje rizikové chování spojené s poruchami příjmu potravy (PPP) zejména ve sportech, kde je kladen důraz na hmotnost – estetické sporty, antigravitační sporty, sporty s hmotnostními kategoriemi, vytrvalostní sporty. Nejčastěji se vyskytující formy PPP jsou *mentální anorexie (MA)* a *mentální bulimie (MS)*. Poruchy příjmu potravy se většinou začínají projevovat v adolescenci/pubescenci ve 13-15 a poté 17-19 letech. PPP jsou život ohrožující, chronická onemocnění s **fyzickými i psychickými následky**. Úmrtnost pacientů s MA je přibližně 5-10x vyšší než u zdravé populace. PPP mají složitý psychologický základ, který zahrnuje *úzkost, stres a tlak na výkon*, nejen snahu o dosažení nízké hmotnosti. Je důležité vnímat PPP jako složitý stav ovlivňující celkový zdravotní stav sportovce, nejen jako problém s jídlem. Léčba PPP u sportovců je multidisciplinární, zahrnuje spolupráci lékaře, nutričního terapeuta, psychiatra, psychoterapeuta, trenéra, rodiny, příp. endokrinologa, gynekologa.