



magazín pro zdravý životní styl, [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)



[Prevence a Covid-19](#) 22. 10. 2020 | Doc. Ing. Jiří Brát, CSc.

# Vliv nadváhy a obezity na onemocnění COVIDEM-19

URL článku: [magazin/specialy/prevence-v-dobe-covid-19/Vliv-nadvahy-a-obezity-na-onemocneni-COVIDEM-19\\_\\_s20128x19778.html](http://magazin/specialy/prevence-v-dobe-covid-19/Vliv-nadvahy-a-obezity-na-onemocneni-COVIDEM-19__s20128x19778.html)

Odborný časopis British Medical Journal publikoval v červnu 2020 editorial, který se zabýval vztahem mezi obezitou a onemocněním COVID-19. Riziko se zvyšuje s nárůstem tělesné hmotnosti. Obezita má vliv na imunitní odezvy organismu, snižuje i kapacitu plic.



## Obezita - rizikový faktor

Podle autorů přibývají důkazy naznačující, že **obezita je nezávislý rizikový faktor** pro onemocnění COVID-19 a následné úmrtí. V populační studii

uskutečněné ve Velké Británii mělo z 428 225 osob s diagnostikovaným onemocněním **COVID-19 44 % nadváhu a 34 % bylo obézních**. Po očištění od jiných rizikových faktorů (věk, pohlaví, etnicita, apod.) zvyšovala nadváha riziko onemocnění o 44 % (relativní riziko 1,44, 95 % interval spolehlivosti 1,08 až 1,92) a téměř zdvojnásobila riziko pro osoby obézní (1,97, interval spolehlivosti 1,46 až 2,65).



Podobná zjištění vyplývají i ze **studie OpenSAFELY**, která využívá data z elektronických zdravotních záznamů 17 425 445 osob. U onemocnění COVID-19 mělo **29 % nadváhu a 33 % bylo obézních**.

Riziko se zvyšovalo s nárůstem tělesné hmotnosti. Osoby v první kategorii obezity (index tělesné hmoty (BMI) 30-34,9) měly riziko zvýšené o 27 % (relativní riziko 1,27, interval spolehlivosti 1,18-1,36), u osob s BMI > 40 bylo riziko více než dvojnásobné (relativní riziko 2,27, interval spolehlivosti 1,99 až

2,58). Menší studie z Asie a Tichomoří, Evropy a USA docházejí k obdobným zjištěním.

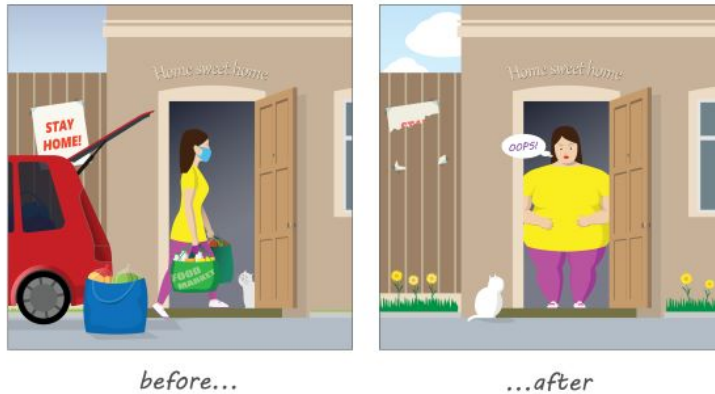
## Hledají se vysvětlení souvislostí

Vztah mezi nadváhou či obezitou a onemocněním COVID-19 by mohlo vysvětlit více mechanismů účinku. Virus SARS-CoV-2 využívá pro vstup do buněk enzym angiotensin konvertázu (ACE-2), který je přítomen ve větším množství v organismu lidí s obezitou.

- Obezita **má vliv na imunitní odezvy organismu**, jak se ukazuje v případech virů chřipky. V neposlední míře obezita **snižuje kapacitu plic**, plíce musí překonávat větší odpor v dýchacích cestách. Na jednotkách intenzivní péče je obtížnější nasytit organismus obézních potřebným množstvím kyslíku.

## Nemělo by se zapomínat na preventivní programy

## Quarantine



Onemocnění COVID-19 vyvolává ještě naléhavější potřebu **se důrazněji věnovat problematice pandemie obezity**, která je důsledkem vyššího příjmu kalorií než odpovídá jejich výdeji.

Trendy ve spotřebě potravin ukazují na vyšší konzumaci cukru a soli.

Jednotlivé vlády udělaly relativně málo v propagaci správné stravy a zdravého životního stylu. Samotná opatření proti šíření onemocnění COVID-19 zvyšování tělesné hmotnosti spíše nahrávala. Lidé trávili více času doma, sportoviště byla zavřená. V důsledku toho **došlo k poklesu fyzických aktivit**. Často panické nákupy vedly k předzásobením potravinami s delší trvanlivostí, které mohou obsahovat více cukrů, soli a nasycených mastných kyselin.

Jedno [preventivních opatření do budoucnosti](#) by mělo být cíleno na ozdravení populace. To platí i pro Českou republiku, kde **preventivní programy směřované na oblast správné výživy a zdravého životního stylu** byly v

poslední době z nepochopitelných důvodů výrazně utlumeny. Přitom je dokázáno, že účinné programy prevence v oblasti zdraví přináší v dlouhodobém horizontu výrazné úspory do národního rozpočtu.

*Zdroj: BMJ 2020; 369: m2237 | doi: 10.1136/bmj.m22372*

---

Copyright © 2023

Vím, co jím a piju, o.p.s., [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)