



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Poruchy příjmu potravy a týmová dynamika

Dr. Giulia Guardavilla



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Může se stát, že sportovec, který je členem týmu, má problémy s příjmem potravy.

V takovém případě, pokud trenér zpozoruje varovné příznaky, je důležité jednat co nejdříve komunikací se sportovcem nebo s rodiči v závislosti na situaci.

Může se také stát, že ostatní členové týmu sdělí trenérovi své obavy ohledně problému spoluhráče; v takovém případě problém nerozebírejte, ale ujistěte je, že se o to trenér postará.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Skutečnost, že sportovec má problémy s příjmem potravy, může mít dopad na celý tým, zejména pokud se skládá z dospívajících.

V rámci týmu může dojít k efektu nákazy, protože:

- týmy často jedí společně;
- týmy se přesvlékají společně, což znamená, že sportovci sledují a komentují navzájem svou hmotnost a tělesný tvar;
- členové týmu mluví o svých stravovacích návycích, porovnávají je a spojují je s hmotností, tělesným tvarem a výkonem.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Co se může stát, pokud se nepodniknou kroky:

- poruchy příjmu potravy se mohou rozšířit v celém týmu;
- mlčení trenéra může být interpretováno jako souhlas, vysílající zprávu, že takové chování je přijatelné a zdravé;
- mohou se šířit mylné představy o hmotnosti, stravování, tělesném tvaru a jejich vztahu ke sportovnímu výkonu.
- mohou se šířit fámy, které odvádějí pozornost sportovců a vytvářejí napětí v týmu.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Bylo by důležité vytvořit akční plán, který bude realizován v případě, že jsou v týmu zpozorovány problémy se stravováním:

- uznat a poskytnout prostor pro obavy sportovců ohledně přítomnosti problémů;
- konzultovat s psychologem sportovního klubu, jak postupovat;
- oslovit zainteresovaného sportovce a/nebo jeho rodinu soukromě;
- veřejně nekomentovat rizikové chování před týmem, ať už je nebo není přítomen zainteresovaný sportovec.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Když jsou v týmu zpozorovány problémy se stravováním, jednou z možností je obecně se věnovat tématu výživy s celým týmem.

V takovém případě lze naplánovat setkání s výživovým poradcem nebo odborníkem na výživu, kde mohou vyvstat následující témata:

- zdravé stravovací návyky;
- důležitost přiměřeného kalorického příjmu ve vztahu k provozovanému sportu;
- informace a přesné pokyny týkající se potravin, hmotnosti a výživy.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.