



ÚRAD  
VEREJNÉHO  
ZDRAVOTNÍCTVA  
SLOVENSKEJ  
REPUBLIKY

# POSTOJ ZAMESTNANCOV ÚRADOV VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA K POHYBOVEJ AKTIVITE

---

M. Patoprstá, L. Wsólová, R. Ochaba

# PRIESKUM

---

Obdobie zberu dát:	9. 12. 2014 – 26. 1. 2015
1607 pracovníkov:	210 mužov (13,1%), 1397 žien (86,9%)
Vek:	21 – 75 rokov (2 osoby neuviedli vek)
Medián veku:	49 rokov
Metodika:	štatistické metódy: chí kvadrát test, Fisherov exaktný test, dvojstranný Mannov-Whitneyov test, neparametrický Kruskal-Walisov test pracovalo sa na hladine významnosti $\alpha = 0,05$ štatistický softvér IBM SPSS 19

## Najvyššie ukončené vzdelanie

Vzdelanie	Počet	%
základné vzdelanie	12	,7
stredné vzdelanie (bez maturity)	80	5,0
úplné stredné vzdelanie (maturita)	359	22,3
vyššie odborné vzdelanie	318	19,8
vysokoškolské I. stupňa	62	3,9
vysokoškolské II. stupňa	694	43,2
vysokoškolské III. stupňa	81	5,0
Spolu	1606	99,9
neuvedené	1	,1
Spolu	1607	100,0

## Rizikové faktory práce a pracovního prostředí

rizikový faktor	počet	% z vyplněných
psychicky náročná práce občas	966	60,3
psychicky náročná práce trvale	425	26,5
biologické faktory	332	20,7
chemické faktory	322	20,1
fyzikální faktory	258	16,1
fyzická zátěž	150	9,4

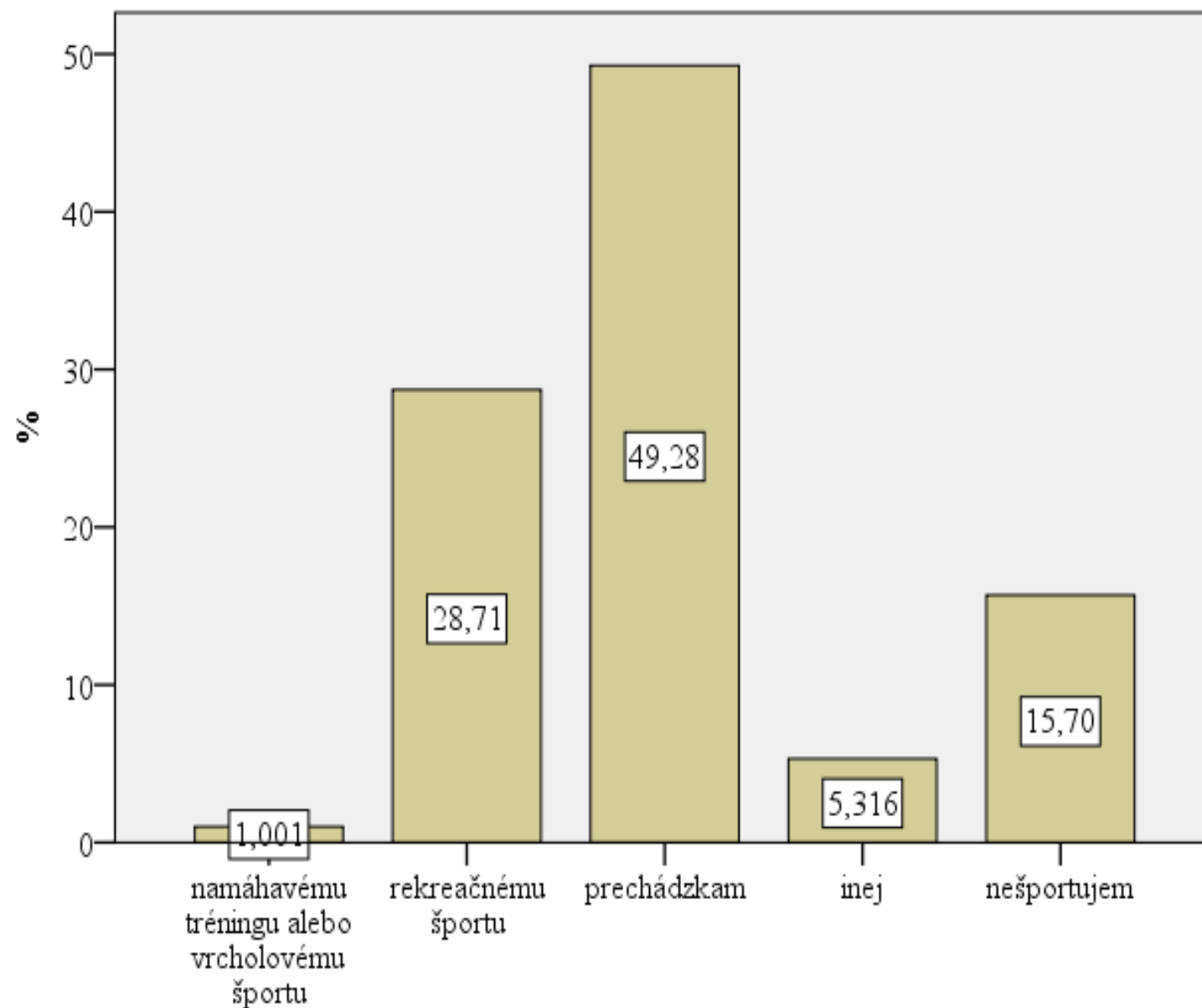
## Príčiny stresu v zamestnaní podľa výskytu

Príčina stresu v zamestnaní	Počet	%
nedostatok času	772	48,3
neistota v zamestnaní	693	43,3
nedostatočná motivácia	512	32
nejednoznačnosť zadaných úloh	436	27,3
nedostatok informácií	430	26,9
konflikt úloh	337	21
prepracovanosť	329	20,5
organizovanie práce	327	20,4
postup v zamestnaní	113	7,1
iné	50	3,1

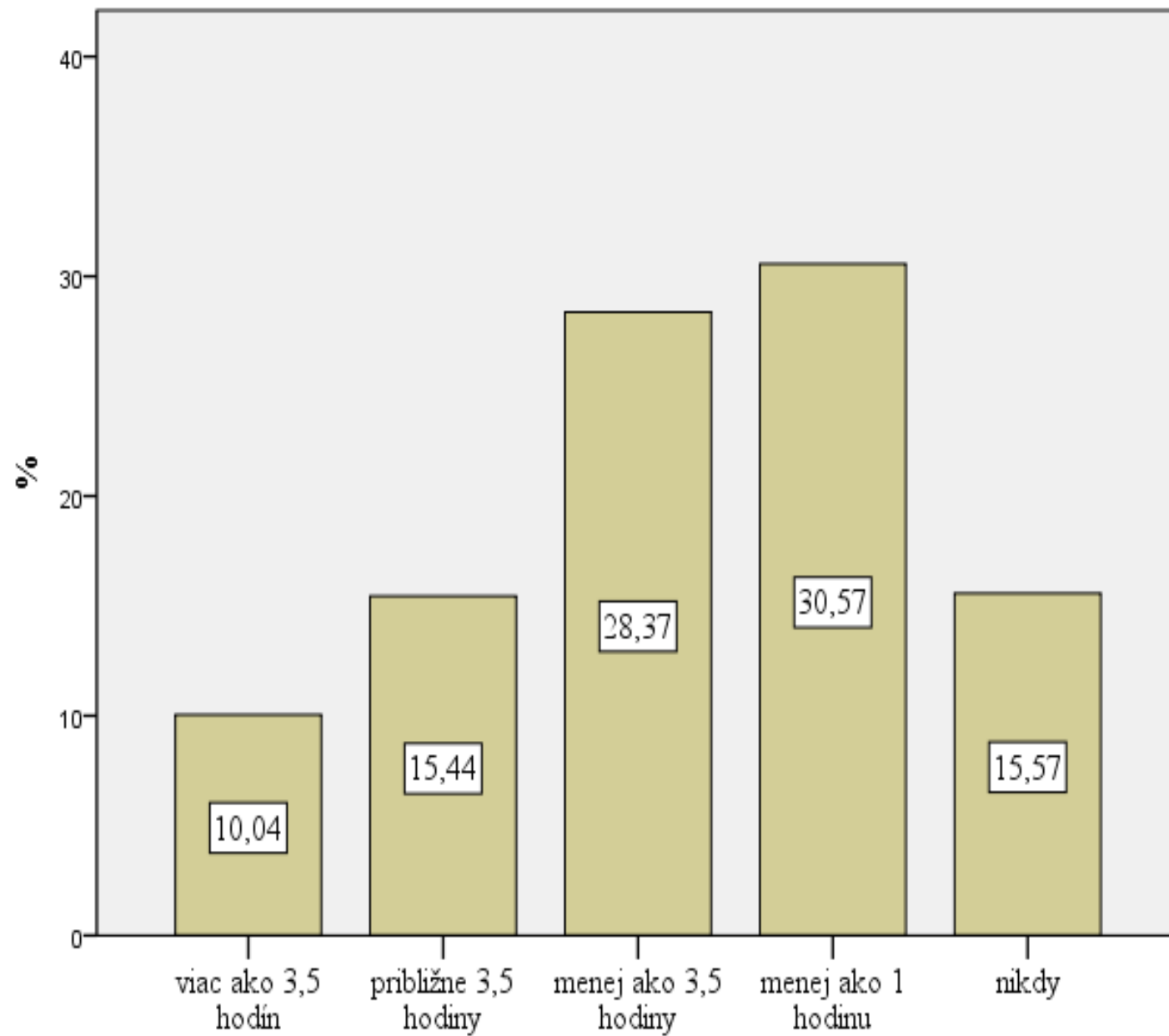
## Činnosti pomáhajúce sa zbaviť stresu

Názov činnosti	počet	%
relax, dovolenka	993	62,1
rodina	830	51,9
manuálna činnosť	765	47,8
hudba	603	37,7
šport	502	31,4
správna životospráva	195	12,2
iné	101	6,3

Akej športovej  
aktivite sa  
venujete?



Ako často sa  
venujete športu  
počas týždňa?





- Športová aktivita respondentov je štatisticky významne ovplyvnená pohlavím, vzdelaním a vekom ( $p < 0,001$  pre všetky tri premenné)
- Ženy sa štatisticky významne menej venujú vrcholovému a rekreačnému športu v porovnaní s mužmi ( $p < 0,001$ )
- Čím sú respondenti vzdelanejší, tým je väčší podiel športujúcich rekreačne a menší podiel nešportujúcich.
- Respondenti venujúci sa vrcholovému športu (medián veku 34) alebo rekreačnému športu (medián veku 46) sú štatisticky významne mladší ako respondenti, ktorí chodia na prechádzky (mediána veku 51) alebo nešportujú (medián veku 52).
- Frekvencia športovej aktivity je štatisticky významne ovplyvňovaná pohlavím, vzdelaním a vekom ( $p < 0,001$  pre všetky tri premenné). Ženy venujú športovej aktivite štatisticky významne menej času ako muži. Čím sú respondenti mladší, tým viac času venujú športovej aktivite.

# ĎAKUJEM ZA POZORNOSŤ.



K POHYBU JE DÔLEŽITÁ MOTIVÁCIA 😊