

První výsledky studie COH-FIT: V době pandemie se u žen zvýšil stres, u mužů se zvýšilo altruistické chování. Vzrostl čas strávený s médii

12. 1. 2021, KLECANY - Studie s názvem "The Collaborative Outcomes study on Health and Functioning during Infection Times (COH-FIT)" je rozsáhlý mezinárodní průzkumný projekt pro celou populaci v zemích postižených pandemií koronaviru (COVID-19). Do projektu je zapojeno více než 200 výzkumníků a dosud se jej zúčastnilo více než 115 tisíc lidí ze 150 zemí světa. Nyní jsou k dispozici první dílčí výsledky, studie dále probíhá a po skončení poskytne velmi komplexní obraz celé problematiky.

Mladí dospělí nesou situaci hůře

Cílem studie je identifikovat rizikové a protektivní faktory, které poskytnou informace preventivním a intervenčním programům zaměřeným na pandemii COVID-19 a na další pandemii v budoucnu. „Prozatím se studie v době od června 2020 do konce října 2020 zúčastnilo celkem 2 367 dospělých respondentů z České republiky. Celkově dotazník vyplnilo více žen (77,3 %) než mužů (22,1 %). Nejvíce respondentů bylo ve věku mladší dospělosti 18-39 let (1688) a ve středním věku 40-59 let (565). Nejméně dospělých respondentů bylo v seniorském věku 60+ (105),“ popisuje koordinátorka studie PhDr. Denisa Manková, Ph.D. z Národního ústavu duševního zdraví.

První dílčí výsledky se týkají dvou oblastí – první z nich jsou psychosociální důsledky pandemie a druhou vztah k mediím a zprávám o pandemii a s nimi spojené strategie zvládání stresu. „Zajímavým zjištěním je fakt, že v mnoha ohledech se během pandemie daří hůře ženám: zatímco téměř tři ženy z deseti uvedly výraznější zhoršení stresu, u mužů byl rozdíl nevýrazný. Zároveň ženy zaznamenaly významnější zhoršení v pocitech osamělosti a vzteku než muži. Naopak u pětiny zúčastněných mužů byla zaznamenána zvýšená míra altruistického chování, zatímco u žen rozdíl patrný nebyl. V mezigeneračním porovnání byly identifikovány zhoršené pocity osamělosti u mladších dospělých více než u ostatních věkových skupin,“ popisuje doktorka Manková. Vedle toho, 60 % respondentů zaznamenalo zvýšené množství hodin strávených s médii. Ženy strávily s médii více času než muži (60 % vs. 50 %). Mladší dospělí vykazovali vyšší podíl zvyšujícího se počtu hodin ve srovnání s ostatními věkovými skupinami (více než 60 %).

Pomáhá cvičení, práce i kontakt s druhými

Vědci také zkoumali, jak se lidé snaží s nepříjemnými pocity vypořádat. „Mezi nejčastější a nejefektivnější strategie naši respondenti řadili cvičení a chůzi, smysluplný koníček, přímý osobní kontakt nebo interakci s druhými lidmi a trávení času na internetu, a to bez ohledu na pohlaví. Z hlediska věku byly stejné strategie preferovány mladšími dospělými, zatímco respondenti ve středním věku uváděli navíc práci jako jednu z nejefektivnějších strategií zvládání stresu. Pro seniory byl nejefektivnější přímý osobní kontakt či interakce s druhými, užívání internetu, cvičení či chůze, smysluplný koníček a kupodivu taktéž práce z domova či z pracoviště,“ uzavírá doktorka Manková z Národního ústavu duševního zdraví.

Studie COH-FIT stále probíhá a zapojit se může prakticky kdokoli, vědci by nyní nejvíce uvítali zapojení dětských respondentů ve věku od šesti let a adolescentů. K zapojení do studie stačí navštívit webové stránky www.coh-fit.com a tam vyplnit anonymní dotazník.