

Športovci aj politici včera v parlamente omladli

(05.12.2013; Šport; s. 19; hm)

Daniele Hantuchovej (na snímke v strede) v parlamente zistili, že má len 22 a Peter Hoschorner (druhý zľava) 24 rokov. Zázračne omladli aj niektorí politici. Športovci prišli včera do parlamentu, aby si to "rozdali" s politikmi. V rámci projektu Výboru NR SR pre zdravotníctvo nazvaného Prevent Dialóg sa porovnávali v celkovej kondícii či zdatnosti pľúc. Najviac však šokovalo zisťovanie skutočného veku žíl. To potvrdilo, že pohyb omladzuje*. Človek je totiž starý natoľko, ako staré sú jeho žily. Odborníci tak namerali 30-ročnej tenistke Daniele Hantuchovej 22 rokov, 34-ročnému trojnásobnému olympijskému víťazovi Petrovi Hochschornerovi len 24 rokov. Prekvapením dňa však bolo, že lepšie ako športovci je na tom minister vnútra Robert Kaliňák (vľavo). Žily a srdce tohto 43-ročného politika majú len 31 rokov. Vďaka zdravému životnému štýlu tak získal 12 rokov k dobru. "Je vidieť, že zdravý životný štýl a pravidelný pohyb môžu prispieť k tomu, že vek vášho tela je mladší ako váš vek biologický," zhodnotil výsledky predseda Výboru NR SR pre zdravotníctvo Richard Raši (na snímke vpravo, druhá sprava poslankyňa Renáta Zmajkovičová). Politici držali krok so športovcami aj pri meraní zdatnosti pľúc. Richard Raši má podľa odborníkov najväčší objem pľúc - obsiahnu až 7 litrov vzduchu. Trojnásobný olympijský víťaz Peter Hochschorner do nich absorbuje 6,4 litra.

Význam prevencie a pravidelného pohybu neprezradili športovci len politikom. V rámci už 7. ročníka Prevent dialógu zavítali aj medzi deti do Základnej školy Dudova 2 v **Petržalke**, v ktorej vyrastala Daniela Hantuchová. Tá si spolu s Petrom Hochschornerom a žiakmi zmerala kondíciu v takzvanom Ruffierovom teste, ktorý je založený na zvládnutí drepov. Síce športovci jasne vyhrali, deti však dostali motiváciu pravidelne sa hýbať a stravovať sa zdravo. "Najdôležitejšie, čo v živote máme, je zdravie. Netreba to zanedbávať už od najmenšieho veku," zdôraznila na margo významu prevencie Daniela Hantuchová. Prevent dialóg je oficiálnym programom Výboru NR SR pre zdravotníctvo. Preventívne prehliadky môžu odhaliť mnohé choroby, prípadne zabezpečiť, aby sa im ľudia v budúcnosti úplne vyhli.