

PORUCHY PŘÍJMŮ POTRAVY, OBEZITA A SOUVISLOST S DYSREGULACÍ EMOCÍ U ADOLESCENTŮ A MLADÝCH DOSPÍVAJÍCÍCH – SYSTEMATICKÝ PŘEHLED

EATING DISORDERS, OBESITY AND THE ASSOCIATION WITH EMOTION DYSREGULATION IN ADOLESCENTS AND YOUNG ADULTS – A SYSTEMATIC REVIEW

SVĚTNICKÁ Gabriela, LIBOVÁ Lúbia*

Fakulta zdravotníctva a sociálnej práce sv. Ladislava, Nové Zámky, Slovenská republika

* Korespondenční autor

ABSTRAKT

Cíl: Cílem literárního přehledu bylo zkoumat souvislost mezi poruchami příjmu potravy, obezitou a dysregulací emocí u adolescentů a mladých dospívajících.

Design: Systematický přehled.

Metodika: Rešerší literatury v bibliografických zdrojích PsycINFO, PubMed, Medline, Science Direct, EBSCO bylo vyhledáno během června a července 2025 celkem 9 plných textů odborných článků v anglickém jazyce, které byly vhodné pro zařazení do tohoto systematického přehledu a byly publikovány v období 2018-2024.

Výsledky: Celkem bylo vyhledáno 687 příspěvků. Po vyřazení duplicitních a nerelevantních publikací bylo do hodnocení zařazeno 9 studií. Výzkumné studie se zaměřovaly převážně na poruchy příjmu potravy, obezitu a dysregulaci emocí u adolescentů a mladých dospívajících.

Závěr: Závěrem lze říci, že tento systematický přehled naznačil potenciální souvislost mezi dysregulací emocí a poruchami příjmu potravy. Je zapotřebí dalších výzkumů, aby bylo možné vyhodnotit představy o kauzalitě a také zdokumentovat faktory signalizující podobnosti a nesrovnalosti mezi těmito poruchami. Budoucí výzkum by se měl více zaměřit na dlouhodobé účinky dysregulace emocí a výskytu poruch příjmu potravy u adolescentů a mladých dospívajících.

Klíčová slova: Adolescent. Mladí dospívající. Regulace emocí. Vyjádření emocí. Poruchy příjmu potravy. Obezita. BMI.

ABSTRACT

Aim: The aim of this literature review was to examine the association between eating disorders, obesity and emotion dysregulation in adolescents and young adults.

Design: Systematic review.

Methodology: A total of 9 full-text English-language peer-reviewed articles suitable for inclusion in this systematic review that were published between 2018 and 2024 were retrieved by searching the bibliographic resources PsycINFO, PubMed, Medline, Science Direct, EBSCO during June and July 2025.

Results: A total of 687 articles were retrieved. After removing duplicate and irrelevant publications, 9 studies were included in the review. The research studies mainly focused on eating disorders, obesity and emotion dysregulation in adolescents and young adults.

Conclusion: In conclusion, this systematic review suggested a potential association between emotion dysregulation and eating disorders. Further research is needed to evaluate ideas of causality as well as to document factors signaling similarities and discrepancies between these disorders. Future research sho-

uld focus more on the long-term effects of emotion dysregulation and the prevalence of eating disorders in adolescents and young adults.

Key words: Adolescent. Young adolescent. Emotion regulation. Emotion expression. Eating disorders. Obesity. BMI.

ÚVOD

Regulace emocí zahrnuje všechny vědomé i nevědomé techniky, které modifikují nebo řídí fyziologické, behaviorální nebo subjektivní aspekty emoční reakce (Koch et al., 2018).

Vzhledem k rychlému vývoji se dospívající setkávají s řadou intenzivních emocionálních zážitků, které jsou častější a závažnější než u dospělých. V důsledku toho se potýkají se zvládním a regulací svých emocí a tato emoční dysregulace může souviset se spouštěči nebo zhoršením internalizačních symptomů, což výrazně zvyšuje výskyt rizika poruch příjmu potravy (Chardon et al., 2016; Sahi et al., 2023). V průběhu života jedince, zejména od pozdního dětství do adolescence (12 – 18 let), se zvyšuje schopnost emoční regulace a složitost zvládní emocí se vyvíjí s dospíváním. Nepříznivé důsledky dysregulovaných emočních procesů však mohou přetrvávat až do dospělosti, jako jsou nezdravé stravovací návyky a obezita (Favieri et al., 2021). Pro podporu adaptivních strategií zvládní a optimálního duševního zdraví je zásadní zaměřit se na vývoj dospívajících a pro ověření konzistence je důležitá i ranná dospělost.

Nedávné studie naznačují, že porucha příjmu potravy souvisí s regulací emocí, přičemž obtíže se zvládním emocí jsou považovány za přispívající faktor k četným poruchám příjmu potravy, které jsou rozšířené u různých patologií příjmu potravy. Regulace emocí je také považována za transdiagnostický rizikový a udržovací faktor u poruch příjmu potravy (Munguía et al., 2021). Obtíže s regulací emocí jsou jednoznačně považovány za jeden

z faktorů, který má vliv na vznik poruch příjmu potravy (Burr et al., 2023). Nedávná studie také potvrdila, že vnímání obrazu těla je spojeno jak s jídelními návyky, tak s různými psychologickými faktory (Velledor et al., 2024).

Cíl

Cílem literárního přehledu bylo zkoumat souvislost mezi poruchami příjmu potravy, obezitou a dysregulací emocí u adolescentů a mladých dospívajících.

Metody

Přehledová studie byla vytvořena formou systematického přehledu. Tento systematický přehled byl vypracován podle doporučení PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and MetaAnalyses) guidelines (Rahnamaie et al., 2019).

Vyhledávání literatury

Do literárního přehledu byly zařazeny pouze primární studie. Podmínkou zařazení výzkumných studií do literárního přehledu bylo jejich publikování v období 2018 – 2024. Cílem literárního přehledu bylo zkoumat souvislost mezi obtížemi se zvládnutím emocí a poruchami příjmu potravy u adolescentů a mladých dospívajících. Pro identifikaci vhodných studií pro zařazení bylo provedeno systematické vyhledávání literatury napříč několika databázemi, včetně PsycINFO, PubMed, Medline, Science Direct, EBSCO. Vyhledávání zahrnovalo („regulace emocí“ nebo „vyjádření emocí“) A („porucha příjmu potravy“) A („Adolescent“) A („BMI“). Vybrané studie prošly dvoustupňovým screeningovým procesem, počínaje screeningem názvu a abstraktu, po kterém následoval fulltextový přehled na základě předem definovaných kritérií pro zařazení a vyloučení. Vhodnost každé studie byla nezávisle posouzena dvěma hodnotiteli. Koncepte a design (GS, ĽL), analýza a interpretace dat (GS, ĽL), zpracování návrhu rukopisu (GS, ĽL), kritická revize rukopisu (ĽL), finální dopracování článku (ĽL, GS).

Kritéria zařazení a vyloučení studií

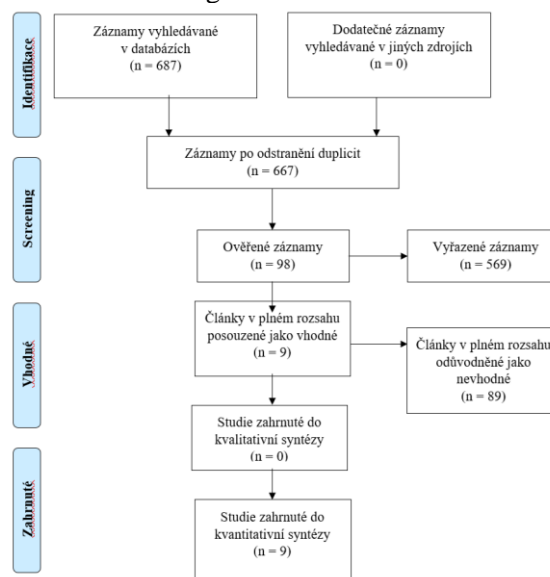
Studie byly zařazeny podle následujících kritérií: (1) studie zkoumala výsledky v lidské populaci, konkrétně zahrnujících účastníky z demografické skupiny adolescentů nebo mládeže. „Adolescent“ je určen věkem od 10 do 19 let, dále adolescenci dělíme na rannou, charakterizovanou věkem od 10 do 14 let a pozdní charakterizovanou věkem od 15

do 19 let. Za mládež považujeme osoby ve věku od 15 do 24 let. Populaci ve věku od 10 do 24 let označujeme také za mladé lidi (Klíma et al. 2016). (2) studie použila průřezový nebo kohortový design, s vyloučením intervenčních studií a programů. Nástrojem pro posouzení regulace emocí byla nejčastěji použita škála obtíží pro regulaci emocí (DERS) (Hallion et al., 2018). Studie byly vyhledávány v anglickém jazyce. Somatické hodnocení probíhalo za pomoci BMI, kontrolní regulace emocí v dětství a dospívání byla hodnocena pomocí dotazníku ERQ (Casagrande et al. 2019).

Studie, které byly vyřazeny podle následujících kritérií: (1) studie postrádala explicitní měření regulace emocí a poruch příjmů potravy a nebyla uvedena souvislost mezi regulací emocí a poruchami příjmu potravy. (2) studie představovala duplicitní publikaci využívající stejný soubor dat od stejných nebo různých autorů.

Analýza dat

Celkem bylo nalezeno 687 příspěvků. Po vyhodnocení názvu a abstraktu byly vyloučeny duplikáty a studie, které neodpovídaly klíčovému cíli systematického přehledu a metaanalýzy. Celkem bylo vybráno 667 studií. Ze zbývajících 98 plných textů bylo 89 vyřazeno z důvodu nepřesnosti a nejednotnosti v prezentování zjištěných výsledků. Výsledně bylo získáno celkem 9 studií, které splňovaly zadaná kritéria a staly se klíčovými pro náš systematický literární přehled, vše znázorněno viz níže schéma 1 Flow diagram.



Obř. 1 Flow diagram pro výběr studií – PRISMA (Rahnamaie et al., 2019)

VÝSLEDKY

V tabulce 1 jsou vypsány výsledky vybraných studií, zaměřených na souvislost mezi poruchami příjmu potravy, obezitou a dysregulací emocí u adolescentů a mladých dospívajících.

Ve dvou studiích (Burr et al., 2023; Cipriano et al., 2024) tohoto systematického přehledu bylo

uvedeno, že narcismus úzce souvisí s poruchami příjmu potravy a také regulací emocí konkrétně tyto respondenti trpěli úzkostí, což může být příčinou vzniku poruch příjmu potravy. Autoři studií Casagrande et al. (2020), Kelly et al. (2020) uvádějí přímou souvislost obezity s úzkostnými stavy a poruchou regulace emocí. Dále Laghi et al. (2018)

Tabulka 1 Přehled vybraných studií

Autor, rok, země	Typ studie Nástroj	Soubor	Hlavní závěr studie
Burr et al., 2023, USA	Průřezová studie, DERS, BMI	704 studentů vysoké školy	Tato studie jako první posoudila vztahy mezi podtypy narcizmu a kontrolu nad příjmem jídla a působení úzkosti a možný vliv na vznik poruchy příjmu potravy.
Casagrande et al., 2020, Itálie	Průřezová studie, ERQ, BMI	111 studentů bc. studia	Výsledky poukázaly na vyšší míru Alexythymie a konkrétní vyšší obtíže s identifikací pocitů a vnějšího myšlení u účastníků s nadváhou. Zdá se, že nadváha a obezita je spojena s vyšší emoční dysregulací ve srovnání s mladými lidmi, kteří mají normální váhu.
Cipriano et al., 2024, Itálie	Průřezová studie, DERS, BMI	253 studentů, věk 12-18 let	Studie uvádí, jak může zranitelný narcizmus podporovat behaviorální identitu a naznačuje, že obtíže s regulací emocí a disociativní zážitky mohou toto vysvětlovat. U takových jedinců mohou afektivní stavy vyústit v sebepoškození.
Kelly et al., 2020, USA	Průřezová studie, DERS, BMI	1109 etnicky/rasově různorodých mužů, věk od 18 let	U všech mužů byly obavy z nabytí svalstva přímo spojeny s frekvencí příjmu potravy z důvodů omezené emoční regulace, ale nepřímo prostřednictvím obavy s dysregulace emocí.
Kwan et al., 2024, USA	Průřezová studie, DERS	520 studentů bc. studia	Výzkum poukazuje na souvislost mezi špatnou sociální kognicí a patologií poruch příjmu potravy. Dále poukazuje na to, že dospívající s poruchou příjmu potravy mají problémy s regulací emocí.
Laghi et al., 2018, Itálie	Průřezová studie, DERS, BMI	804 dospívajících, věk 15-20 let	Výsledky této studie předkládají, že záchvatové přejídání bylo predikováno pohlavím, BMI, dysregulací emocí, nedostatkem emočního uvědomění a dysfunkčními metakognitivními dimenzemi (kognitivní sebevědomí a potřeba ovládat myšlenky).
Rodriguez et al., 2022, Portugalsko	Průřezová studie, DERS, BMI	103 ambulantních pacientek od 14 let věku	Výsledky této studie nás informují o tom, že sebekritika, vyhýbání se prožitkům se vyskytují v kombinaci s poruchami příjmu potravy.
Shriver et al., 2021, USA	Longitudinální studie, ERQ, BMI	138 účastníků, věk 15 let a 17 let a matky těchto dětí odpovídaly dotazníkem na regulaci emocí respondentů ve věku 7 let	Výsledkem této studie bylo zjištění, že špatná regulace emocí v dětství predikuje vyšší úroveň emocionálního stravování v adolescenci a že tato souvislost byla také diferencována jak hmotnostním statutem, tak negativním vnímání těla zejména u adolescentů ve věku 15 let.
Valledor et al., 2024, USA	Průřezová studie, BMI	106 dospívajících ve věku 11-21 let	Úzkost a sociální vazby přímo souvisí se všemi výsledky vnímání těla. Studie došla k závěru, že charakteristiky dimenze vazby, které jsou buď hyperaktivní ve vztahu (úzkost), nebo deaktivované a distancované chování (vyhýbavé) souvisejí s tím, jak jednotlivci vnímají vlastní tělo a s tím souvisí jejich stravování.

zjistili ve svém výzkumu, který se zaměřoval na záchvatovité přejídání, regulaci emocí a metakognici, že záchvatovité přejídání bylo predikováno pohlavím, BMI, dysregulací emocí, nedostatkem emočního uvědomění a kognitivního sebevědomí ovládat své myšlenky. Špatná sociální kognice a patologie poruch příjmu potravy úzce souvisí s dysregulací emocí (Kwan et al., 2024). Emoce a sociální vazby mají těsnou souvislost s vnímáním vlastního těla, což způsobuje úzkost, dysregulaci emocí a také vznik poruch příjmu potravy (Valledor et al., 2024). Zásadní vliv na dysregulaci emocí má její koordinace v dětství a následném vnímání vlastního těla a hmotnosti v dospívání. Emoční zkušenost v dětském věku má zásadní vliv na emoční stravování v dospělosti (Shriver et al., 2021).

DISKUZE

Hlavním cílem tohoto systematického přehledu bylo zkoumat souvislost mezi poruchami příjmu potravy, obezitou a dysregulací emocí u adolescentů a mladých dospívajících z 9 vybraných studií, které byly provedeny v posledních sedmi letech. Výsledky prokazují souvislost mezi obtížemi regulací emocí a poruchami příjmu potravy, což naznačuje, že větší obtíže s kontrolou emocí jsou spojeny se zvýšenou pravděpodobností vzniku poruch příjmu potravy. Tento výsledek je v souladu s řadou existujících důkazů (Burr et al., 2023; Shriver et al., 2021; Valledor et al., 2024). Výsledky nám dále ukazují, že regulace emocí jako součást emoční inteligence mohou ovlivnit stravovací návyky. Bylo zjištěno, že účinná regulace emocí může zmírnit ztrátu kontroly nad příjmem potravy u mladých dospělých, zatímco nedostatek této schopnosti by mohl zvýšit riziko maladaptivního stravovacího návyku (Kerin et al., 2018). Kromě toho byly některé škodlivé stravovací návyky, jako je např. emoční stravování považovány za důsledek neschopnosti regulovat a internalizovat emoce; v podstatě mohou být tyto poruchy stravovacího návyku vyvolány s obtížemi regulací emocí (Lehr et al., 2015; Casagrande et al., 2019). Totéž vyplynulo z našeho literárního přehledu. V současné době hlavní teoretické modely naznačují, že potíže s regulací emocí vždy znamenají, že jedinec má nesprávné strategie (kognitivní přehodnocení a emoční potlačení) pro zvládnutí emocí. Bylo zjištěno, že ve srovnání s funkčními mechanismy emoční regulace hrají maladaptivní strategie zvládnutí emocí stejnou roli jako porucha příjmu potravy – přejídání (Minnich et al.,

2017) což nám potvrdilo, že porucha příjmu potravy může být náhradním způsobem, jak čelit a zvládat emoce.

ZÁVĚR

Tato studie potvrdila korelaci mezi obtížemi v regulaci emocí a poruchami příjmu potravy, konkrétně záchvatovité přejídání, přejídání se ztrátou kontroly a závislost na jídle. Pro budoucí studie by bylo vhodné zaměřit se na další zkoumání role komorbidních faktorů jako je deprese, ve vztahu, spolu s vyšetřením relevantních intervencí a modifikace nebo udržení tohoto vztahu v ranné dospělosti versus adolescenci.

SEZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZŮ

- BURR E., MATTHEW N., DVORAK R. et al. Emotion Regulation Difficulties Differentially Predict Loss-of-Control Eating Dependent on Degree of Narcissistic Traits in College Students. *Eat Behav.* 2022; 49: 101732.
- CASAGRANDE M., BONCOMPAGNI I., FORTE G. et al. Emotion and overeating behavior: effects of alexithymia and emotional regulation on overweight and obesity. *Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity.* 2019; 25: 1333-1345.
- CIPRIANO A., CANTONE D., GUERRIERA C. et al. Narcissistic vulnerability and binge eating in adolescence: The mediating role of emotion dysregulation and dissociative experiences. *Journal of Affective Disorders Reports.* 2024; 16: 100737.
- FAVIERI F., MARINI A., CASAGRANDE M. Emotional Regulation and Overeating Behaviors in Children and Adolescents: A Systematic Review. *Behavioral Sciences.* 2021; 11 (1): 11.
- HALLION L.S., STEINMAN S.A., TOLIN D. et al. Psychometric Properties of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) and Its Short Forms in Adults With Emotional Disorders. *Frontiers in Psychology.* 2018; 9: 539.
- CHARDON M.L., JANICKE D.M., CARMODY J. K. et al. Youth internalizing symptoms, sleep-related problems, and disordered eating attitudes and behaviors: A moderated mediation analysis. *Eating Behaviors.* 2016; 21: 99-103.
- KELLY N.R., KOSTY D., GUERRICABEITIA L. et al. Evaluating components of existing theories for loss of control eating in a sample of young

- racially/ethnically diverse men. *Body Image*. 2020; 35: 63-70.
- KERIN J.L., WEBB H J., ZIMMER-GEMBECK M. J. Resisting the temptation of food: Regulating overeating and associations with emotion regulation, mindfulness, and eating pathology. *Australian Journal of Psychology*. 2018; 70(2): 167-178.
- KLÍMA, J. et al. *Pediatric pro nelékařské zdravotnické obory*. Praha: Grada Publishing, 2016. 328 s. ISBN 978-80-271-9365-3.
- KOCH S.B.J., MARS R.B., TONI I. et al. Emotional control, reappraised. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 2018; 95: 528-534.
- KWAN M.Y., DODD D. Social cognition and bulimic symptoms in male undergraduate students: The conditional effect of emotion dysregulation. *European eating disorders review: the journal of the Eating Disorders Association*. 2024; 32 (6): 1220-1226.
- LAGHI F., BIANCHI D., POMPILI S. et al. Metacognition, emotional functioning and binge eating in adolescence: the moderation role of need to control thoughts. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*. 2018; 23 (6): 861-869.
- LEEHR E.J., KROHMER K., SCHAG K. et al. Emotion regulation model in binge eating disorder and obesity – a systematic review. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 2015; 49: 125-134.
- MINNICH A.M., GORDON K.H., KWAN M.Y. et al. Examining the mediating role of alexithymia in the association between childhood neglect and disordered eating behaviors in men and women. *Psychology of Men & Masculinity*. 2017; 18 (4): 414–421.
- MUNGUÍA L., JIMÉNEZ-MURCIA S., GRANERO R. et al. Emotional regulation in eating disorders and gambling disorder: A transdiagnostic approach. *Journal of Behavioral Addictions*. 2021; 10 (3): 508-523.
- RAHNEMAIE F.S., ZARE E., ZAHERI F. et al. Effects of Complementary Medicine on Successful Breastfeeding and its Associated Issues in the Postpartum Period. *Iranian Journal of Pediatrics*. 2019; 29 (1): e80180.
- RODRIGUES F.T., RAMOS R., ANNA R. et al. The mediating role of self-criticism, experiential avoidance and negative urgency on the relationship between ED-related symptoms and difficulties in emotion regulation. *European Eating Disorders Review*. 2022; 30: 760-771.
- SAHI R.S., EISENBERGER N.I., SILVERS J.A. Peer facilitation of emotion regulation in adolescence. *Developmental Cognitive Neuroscience*. 2023; 62: 101262.
- SHRIVER L.H., DOLLAR J.M., CALKINS S.D. et al. Emotional Eating in Adolescence: Effects of Emotion Regulation, Weight Status and Negative Body Image. *Nutrients*. 2020; 13: 79.
- VALLEDOR V., LAWLER J., JEFFERSON S. et al. Attachment style to body dissatisfaction, restrained eating, and disordered eating in adolescent girls: Differential weight communication mediators. *Appetite*. 2024; 198: 107321.