

Tělesná zdatnost a ženy v Armádě České republiky

Jedním z atributů vojenského profesionála je tělesná zdatnost. Tento pojem je v důležitých armádních dokumentech skloňován ve všech pádech, málo se však ví co tělesná zdatnost je a ještě méně jaká by měla být u různých vojenských profesí a jaké existují rozdíly v pohlaví, které by měly být zejména vzhledem k ženám respektovány. Následující řádky si nekladou za cíl problém vyřešit, ale upozornit na některé aspekty, které s uvedeným tématem souvisejí a nabídnout možná řešení, případně vyvolat podnětnou diskuzi.

Současná doba přináší velké změny v postavení žen v moderní společnosti, v postoji k nim, a co víc, mění se sebepojetí žen. V mnoha oblastech získávají významné pozice a snaží se vyrovnat mužům. Jedním z rychle se měnících postojů je také postoj žen k armádě.

Zatímco v minulých letech byla přítomnost žen v české armádě zvláštností, dnes je jejich zastoupení 12, 4 % (k 1. květnu 2005) a toto číslo má vzrůstající tendenci (k zemím s nejvyšším zastoupením žen v armádě patří Lotyšsko – 20%, Kanada – 16,9%, USA – 15,5%, na opačném pólu jsou Itálie – 1% a Polsko – 0,5%).

Na novou situaci a některé s tím související problémy armáda zareagovala vydáním rozkazu ministra obrany „Prosazování principu rovnosti mužů a žen v působnosti Ministerstva obrany“ (RMO č. 29/2002 Věstníku). Tento rozkaz mimo jiné nařizuje vedoucím pracovníkům zajistit stejné pracovní podmínky, zejména rovnost mužů a žen při přijímání do pracovního poměru, v přístupu ke vzdělání, k odborné přípravě, služebnímu povyšování a odměňování.

Tyto kroky korespondují s činností **Výboru žen v ozbrojených silách NATO (CWINF - Committee on Women in NATO Forces)**. Jeho podvýbory pro nábor a zaměstnanost, výcvik a rozvoj a kvalitu života jsou zaměřeny na zlepšení podmínek a rozšíření přístupu k více profesním oblastem, získání stejných personálních a profesionálních možností a sladění potřeb profesní kariéry a rodinného života.

Je ale možné donekonečna feminizovat armádu a jsou vůbec s přihlédnutím k tělesné zdatnosti, morfologickým a fyziologickým rozdílům všechny funkce pro ženu dosažitelné?

Obecně lze tělesnou zdatnost definovat jako komplexní schopnost reagovat pohybovou činností účelně a efektivně na podněty zevního prostředí. V souvislosti se vzrůstem civilizačních chorob se stále více hovoří také o zdravotních aspektech a tělesná zdatnost se pro tyto potřeby dělí na výkonově a zdravotně orientovanou. Výkonově orientovaná tělesná zdatnost je zdatnost podmiňující určitý pohybový výkon, jehož výsledek je kvalifikován a hodnocen. V tomto smyslu sem patří veškeré testování tělesné výkonnosti. Zdravotně orientovaná tělesná zdatnost je zdatnost ovlivňující zdravotní stav nebo vztahující se k zdravotnímu vztahu. Zahrnuje aerobní zdatnost, svalovou zdatnost, flexibilitu, podíl aktivní a neaktivní hmoty těla, udržení rovnováhy, kostní integritu a funkci nervového systému.

Z hlediska prevence nemocí spojených s hypokinezi – jedná se o nemoci spojené s ischemickou chorobou srdeční, vysokým krevním tlakem, nadváhou, zvýšenou hladinou cholesterolu v krvi apod. – je největší přínos spatřován v aerobní zdatnosti. Je zřejmé, že pro armádu jsou podstatné jak tělesná zdatnost výkonově orientovaná definovaná konkrétními požadavky

specifické profesní funkce, tak tělesná zdatnost zdravotně orientovaná definovaná nezbytnou pohybovou činností upevňující a podporující zdraví.

Zásadní překážkou, proč ženy v obecné rovině nemohou plnohodnotně vykonávat některé vojenské odbornosti jsou morfologické a funkční rozdíly mezi muži a ženami, které jsou základem rozdílné výkonnosti. Fyzická výkonnost žen je zhruba o čtvrtinu nižší. Uvádí se, že trénovaná žena zhruba dosahuje (vyjma obratnostních výkonů) hodnot netrénovaných mužů. V rychlostních a vytrvalostních výkonech dosahuje žena asi 60–85 % mužských hodnot, v obratnostních výkonech je žena lepší než muž (106 %). Nejvíce je žena znevýhodněna při silových výkonech, kde dosahuje 50–70 % mužských hodnot (Havlíčková, 2003). Někakou dobu už je známo, že maximální fyzická síla střední části těla průměrné ženy dosahuje 63, 5 %, maximální fyzická síla horní části těla ženy 55, 8 % a maximální fyzická síla dolní části těla ženy 71, 9 % maximální fyzické síly odpovídajících částí těla průměrného muže (Laubach, 1976). Požadavky na maximální sílu a silové komponenty jsou v mnoha případech nezbytným předpokladem k úspěchu ve vojenských činnostech. Schopnost rychle uplatnit sílu může být důležitější než maximální síla, protože mnohé vojenské činnosti jsou vysoce závislé na čase a vyžadují zapojení různých svalových skupin celého těla. Rozvoj svalové síly se zdá být zásadní komponentou pro tělesnou připravenost ve většině vojenských profesích stejně jako ve sportu (Kraemer et al., 2001).

Jestliže se dá na jedné straně diferencovat výkon ve sportu (až na výjimky soutěží ženy se ženami, v některých sportech je brán zřetel na morfologické a fyziologické zvláštnosti ženy a výkon je upraven speciálními pravidly – úlevami, např. překážková dráha ve vojenském pětiboji) a také testování základní tělesné výkonnosti podle pohlaví, na straně druhé v pracovním výkonu či testování speciálních dovedností a schopností korespondujících s daným pracovním výkonem je to nemožné. Proto některé armády neberou v úvahu při testování tělesné výkonnosti nejen pohlaví, ale také věk (např. Dánsko, Holandsko). Není tedy důležité kdo plní úkol, ale to, aby úkol byl splněn.

Na příkladu klasického „pěšáka“ – vzhledem k charakteru činností jsou na něho kladeny jedny z největších nároků – ukážeme možné problémy, které v praxi nastávají. Ačkoliv po druhé světové válce došlo k převratným změnám ve výstroji a výzbroji vojáka, váha vybavení užívaného a neseného v moderních misích zůstala stejná nebo dokonce vyšší než tomu bylo v minulosti a moderní voják je tak vystaven mnohem většímu zatížení.

Jako příklad lze uvést hmotnost výstroje a výzbroje nesené americkým vojákem v různých situacích. Podle polního manuálu americké armády má bojová výbava tři základní úrovně: vybavení pro boj, vybavení pro krátký přesun spojený s přiblížením k nepříteli a vybavení pro déletrvající přesun za mimořádných okolností. Vybavením pro boj se rozumí zbraň, útočný nůž, polní ústroj, přilba a redukované množství munice a jeho váha by neměla přesáhnout 48 liber (lb), tj. 21,8 kg. Druhá úroveň v sobě navíc zahrnuje věci osobní potřeby, více munice a váha by měla být do 72 lb (32,7 kg). Mimořádné okolnosti představují přesun terénem, ve kterém je nemožné z různých důvodů využít dopravních prostředků a v takových případech je nesená zátěž ještě větší. V kratších misích trvajících 72 hodin a méně je běžné, že voják nese zátěž až 100 lb (45,4 kg), ale může být v závislosti na zbraní zvýšena až na 140 lb (63,6 kg). V AČR existuje něco podobného především u brigád rychlého nasazení a průzkumných útvarů, avšak zdroje hovořící o hmotnostním zatížení nejsou dostupné a lze je jen dovozovat z výstrojního předpisu a interních norem útvarů, kterých se případné nasazení přímo týká.

Na základě výše uvedeného je zřejmé, že pro ženu je zvládnutí těchto parametrů mnohem obtížnější a zřejmě i zdravotně nebezpečnější. Ze statistiky lékařské služby americké armády

vyplývá (Knapik, 2001), že četnost zranění v důsledku výcviku je u žen dvojnásobně vyšší (s tím je spojena i delší doba pracovní neschopnosti). K podobným závěrům dospělo i sledování v britské armádě. Poté, co bylo rozhodnuto, že výcvik a testování bude prováděn bez ohledu na pohlaví (k rozhodnutí došlo v roce 1998), ukázalo se, že u žen dochází ke zranění více než dvakrát častěji ve srovnání s muži při běžném výcviku a že u nich dochází osmkrát častěji k zraněním jako jsou únavové zlomeniny, záněty šlach nebo bolesti v zádech při přetížení (Gemmell, 2002). V souvislosti s výcvikem se riziko zranění a jeho případné následky stávají také závažným právním problémem.

Jakým způsobem by měla armáda postupovat aby byly naplněny požadavky dané rozkazem MO, popř. aby korespondovaly se stanovisky CWINF? Nabízíme čtenáři možné závěry vyplývající z výše uvedeného:

- ❑ výroční přezkoušení tělesné výkonnosti (za předpokladu, že normy testování vytrvalostních schopností budou podporovat rozvoj zdravotně orientované tělesné zdatnosti – zatím tomu tak není) považovat za základ, který musí splňovat každý voják,
- ❑ podobné problémy s enormním zatížením jako je tomu u pěšáka se najdou i v dalších vojenských profesích (např. osádky těžké techniky), proto je nezbytné stanovit profil a v něm definovat co musí nejen umět, ale také to, jaké fyzické parametry musí žadatel o profesi splňovat – výkonově orientovaná tělesná zdatnost,
- ❑ již při vstupu do armády by mělo být zřejmé na jaké systemizované místo je uchazeč(ka) přijímán a podle toho by měly být uzpůsobeny vstupní testy, které nesmí zohledňovat pohlaví ani věk (zatím tomu tak je), musí být jedny a striktně vyžadovat to, co daná funkce obnáší (není pravděpodobné, že by výstroj a výzbroj armády měla svoji lehčí a těžší verzi, jako např. v atletice při vrhu koulí),
- ❑ diferencovat programy tělesné přípravy, prosazovat individuální přístup a umožnit tím všem vojákům i vojákyním dosáhnout požadovanou tělesnou zdatnost,
- ❑ využít zkušeností a poznatků vojenských lékařů a vytipovat rizikové profese, popsat možné zdravotní problémy s ohledem na rodinu a kvalitu života v období „druhé kariéry“ a tyto závěry zpřístupnit.

Společným cílem odpovědných funkcionářů je fungující armáda. Uvedené řádky by neměly být chápány jako návod, kterak ztížit ženám vstup do armády anebo se plně profesně realizovat. Tělesná zdatnost žen, třebaže od mužů rozdílná, je předurčuje k výkonu tělesně méně náročným funkcím, kterých je v armádě celá řada. Tím není řečeno, že existují pro ženu nedosažitelné funkce. Naopak, jde jen o to, aby se rozkaz ministra jednostranným výkladem nestal kontraproduktivní vůči bojovým útvarům a koneckonců diskriminační vůči armádě.

Literatura:

- GEMMELL, I. M. M. Injuries among female army recruits: A conflict of legislation. *J R Soc Med.* 95, s. 23-27, 2002.
- HAVLÍČKOVÁ, L. *Fyziologie tělesné zátěže I.* Obecná část. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2003. 203 S. ISBN 80-7184-875-1.
- KNAPIK, J. J., SHARP, M. A., CANHAM-CHERVAK, M. et al. Risk factors for training-related injuries among men and women in Basic Combat Training. *Med Sci Sport Exerc.* 33: s. 946-954, 2001.
- KRAEMER, W. J., MAZZETTI, S. A., NINDL, B. C. et al. Effect of resistance on women's strength/power and occupational performance. *Med Sci Sport Exerc.* 33(6). s. 1011-1025, 2001.
- LAUBACH, L. L. Comparative muscular strength of men and women: A review of the literature. *Aviation, Space and Environmental Medicine*, 47 s. 534-542, 1976.
- Rozkaz Ministra obrany č. 29/2002 *Věstníku*. Praha: MO, 2002.
- Výstrojní předpis*. Služební předpis evid. zn. Vševojsk-16-11. Praha: MO, 2003.