

Kaja Kastelic, mag. kin.

Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Koper
InnoRenew CoE, Izola

Angleški »sedentary behaviour« (v nadaljevanju sedentarno vedenje) je opredeljen kot vsakršno vedenje v času budnosti, ki ga zaznamuje nizka poraba energije ($\leq 1,5$ MET) in pri katerem je posameznik v sedečem ali ležečem položaju (Sedentary Behaviour Research Network, 2012). Aktivnosti, med katerimi smo navadno sedentarni, so gledanje TV, vožnja z avtomobilom, pisarniško delo, igranje namiznih iger itd. Študije kažejo, da večina ljudi preživi sedentarno med 8 in 10 ur na dan (Loyen idr., 2017; Prince, Melvin, Roberts, Butler in Thompson, 2020). Določena količina časa, preživetega sedentarno, je del normalnega in zdravega dne, medtem ko večja količina sedentarnega vedenja predstavlja dejavnik tveganja za številna kronična obolenja (npr. srčno-žilna obolenja, diabetes tipa 2, mišično-skeletna obolenja, nekatere vrste raka, depresija) in prezgodnjo umrljivost (Ku, Steptoe, Liao, Hsueh in Chen, 2018; Saunders idr., 2020). Študije tudi kažejo na pomen pogostega prekinjanja sedentarnega vedenja in trajanja takih prekinitev (Pinto idr., 2023). Mnoge javnozdravstvene smernice za telesno dejavnost so v zadnjem desetletju vključile priporočilo, naj se količina sedentarnega vedenja omeji ter naj se sedentarno vedenje pogosto prekinja s stojo, hojo ali drugimi telesnimi dejavnostmi (Bull idr., 2020; Ross idr., 2020).

Sedentarno vedenje je razmeroma nov pojem in slovenski avtorji angleški izraz »sedentary behaviour« različno prevajajo v slovenski jezik. Zasledimo lahko naslednje prevode: sedenje, sedeč življenjski slog, sedeče vedenje, sedentarno vedenje, sedentarno obnašanje, sedentarnost. V nedavno objavljenem članku smo razpravljali o (ne)ustreznosti do sedaj uporabljenih prevodov angleškega »sedentary behaviour« in kot najustreznejši prevod predlagali »sedentarno vedenje« (Kastelic, Podrekar Loredan in Šarabon, 2022). Slednji prevod je namreč vsebinsko točen in nedvoumen. Naj poudarim, da je z vidika stroke nujno, da sedentarnega vedenja ne enačimo s sedenjem (Kastelic idr., 2022). Nadalje, predlagani prevod je zveza pridevnika in samostalnika, ki je tipična struktura izrazov v slovenščini (Atelšek idr., 2021). Samostalnik »vedenje« je prednostni izraz pred sopomenko »obnašanje« (Slovenski medicinski slovar, n. d.). Naša bibliometrična analiza v Cobiss vnesenih del je pokazala na razmeroma ustaljeno rabo izrazov s podstavo prevzete besede »sedentaren« v strokovnih/znanstvenih delih (Kastelic idr., 2022). Zato ugotavljamo, da izraz »sedentarno vedenje« med drugim zadošča terminološkemu načelom enoznačnosti, ustaljenosti in jezikovnosistemske ustreznosti, ki se pogosto omenjajo kot najpomembnejša terminološka načela (Trebar, 2014; Žagar Karer, 2018).

Izraz sedentarno vedenje ne zadošča jezikovnokulturnemu načelu, saj je pridevnik »sedentarno« prevzeta beseda. Nekateri jezikoslovci so zato mnenja, da bi bila ustrežnejša uporaba izraza »sedeče vedenje«. Menimo, da je izraz manj primeren, ker preveč spominja na sedenje (Kastelic idr., 2022). Njegova uporaba postane posebej sporna v primerih, ko v povedih izgubi samostalnik »vedenje«. Kot primer navajam uradni prevod smernic WHO, v katerih je bil uporabljen izraz »sedeče vedenje« in v katerih je bilo potem priporočilo »*Adults should limit the amount of time spent being sedentary*«, prevedeno kot »*Odrasli naj omejijo čas, ki ga preživijo sede*« (NIJZ, 2022). Verjamem, da bi se ob razširjeni uporabi izraza »sedeče vedenje« s takšnimi iznihanji izraza na »sedenje« nenehno srečevali. To bi v jezik vnašalo netočnost in zmedo, in še huje, napačno razumevanje javnozdravstvenih sporočil (Kastelic idr., 2022) in s tem zmanjševanje učinkovitosti javnozdravstvenih intervencij. Glede na to, da je raba izrazov s podstavo prevzete besede »sedentaren« že razmeroma ustaljena, menimo, da je prepozno za uvajanje novih tvorjenk s slovensko podstavo (npr. »sedenjsko vedenje«, »sedečno vedenje«).

Literatura

- Atelšek, S., Fajfar, T., Jemec Tomazin, M., Sitar, J., Trojar, M. in Žagar Karer, M. (2021). Sedeče vedenje. *Terminološka svetovalnica*, 1 spletni vir. Dostopno na: <https://isjfr.zrc-sazu.si/sl/terminologisce/svetovanje/sedece-vedenje>
- Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., Carty, C., Chaput, J.-P., Chastin, S., Chou, R., Dempsey, P. C., DiPietro, L., Ekelund, U., Firth, J., Friedenreich, C. M., Garcia, L., Gichu, M., Jago, R., Katzmarzyk, P. T., Lambert, E., Leitzmann, M., Milton, K., Ortega, F. B., Ranasinghe, C., Stamatakis, E., Tiedemann, A., Troiano, R. P., van der Ploeg, H. P., Wari, V. in Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British Journal of Sports Medicine*, 54(24), 1451. doi:10.1136/bjsports-2020-102955
- Kastelic, K., Podrekar Loredan, N. in Šarabon, N. (2022). Kako prevajati angleški izraz "sedentary behaviour"? Krajsa razprava o izrazoslovju. *Šport: revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, 70(3/4), 54-59.
- Ku, P.-W., Steptoe, A., Liao, Y., Hsueh, M.-C. in Chen, L.-J. (2018). A cut-off of daily sedentary time and all-cause mortality in adults: a meta-regression analysis involving more than 1 million participants. *BMC Medicine*, 16(1), 74. doi:10.1186/s12916-018-1062-2
- Løyen, A., Clarke-Cornwell, A. M., Anderssen, S. A., Hagströmer, M., Sardinha, L. B., Sundquist, K., Ekelund, U., Steene-Johannessen, J., Baptista, F., Hansen, B. H., Wijndaele, K., Brage, S., Lakerveld, J., Brug, J. in van der Ploeg, H. P. (2017). Sedentary Time and Physical Activity Surveillance Through Accelerometer Pooling in Four European Countries. *Sports Medicine*, 47(7), 1421-1435. doi:10.1007/s40279-016-0658-y
- NIJZ (2022). Smernice za telesno dejavnost in sedeče vedenje : slovenski prevod WHO smernic. Dostopno na: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/publikacije-datoteke/who_smernice_td_slv.pdf
- Pinto, A. J., Bergouignan, A., Dempsey, P. C., Roschel, H., Owen, N., Gualano, B. in Dunstan, D. W. (2023). Physiology of sedentary behavior. *Physiological Reviews*, 103(4), 2561-2622. doi:10.1152/physrev.00022.2022
- Prince, S. A., Melvin, A., Roberts, K. C., Butler, G. P. in Thompson, W. (2020). Sedentary behaviour surveillance in Canada: trends, challenges and lessons learned. *Int J Behav Nutr Phys Act*, 17(1), 34. doi:10.1186/s12966-020-00925-8
- Ross, R., Chaput, J.-P., Giangregorio, L. M., Janssen, I., Saunders, T. J., Kho, M. E., Poitras, V. J., Tomasone, J. R., El-Kotob, R., McLaughlin, E. C., Duggan, M., Carrier, J., Carson, V., Chastin, S. F., Latimer-Cheung, A. E., Chulak-Bozzer, T., Faulkner, G., Flood, S. M., Gazendam, M. K., Healy, G. N., Katzmarzyk, P. T., Kennedy, W., Lane, K. N., Lorbergs, A., Maclaren, K., Marr, S., Powell, K. E., Rhodes, R. E., Ross-White, A., Welsh, F., Willumsen, J. in Tremblay, M. S. (2020). Canadian 24-Hour Movement Guidelines for Adults aged 18–64 years and Adults aged 65 years or older: an integration of physical activity, sedentary behaviour, and sleep. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 45(10 (Suppl. 2)), S57-S102. doi:10.1139/apnm-2020-0467
- Saunders, T. J., Mclsaac, T., Douillette, K., Gaulton, N., Hunter, S., Rhodes, R. E., Prince, S. A., Carson, V., Chaput, J.-P., Chastin, S., Giangregorio, L., Janssen, I., Katzmarzyk, P. T., Kho, M. E., Poitras, V. J., Powell, K. E., Ross, R., Ross-White, A., Tremblay, M. S. in Healy, G. N. (2020). Sedentary behaviour and health in adults: an overview of systematic reviews. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 45(10 (Suppl. 2)), S197-S217. doi:10.1139/apnm-2020-0272 %M 33054341
- Sedentary Behaviour Research Network. (2012). Letter to the editor: standardized use of the terms "sedentary" and "sedentary behaviours". *Appl Physiol Nutr Metab*, 37(3), 540-542. doi:10.1139/h2012-024
- Slovenski medicinski slovar (n. d.). Obnašanje, vedenje. Dostopno na: <https://www.termania.net/slovarji/slovenski-medicinski-slovar/5529719/obnasanje?query=obna%5a1anje&SearchIn=All>
- Trebar, B. (2014). Terminološka načela in oblikoslovno-skladenjske terminološke variacije. *Jezikoslovni zapiski*, 20(2), 107-123.
- Žagar Karer, M. (2018). Upoštevanje terminoloških načel v terminografski praksi. *Slavistična Revija*, 66(2), 235–249. Dostopno na: <https://srl.si/ojs/srl/article/view/2018-2-1-8>

Barbara Jurša Potocco, prevajalka in učiteljica tujega jezika
Univerza na Primorskem, Fakulteta za vede o zdravju

Kot učiteljica tujega strokovnega jezika in prevajalka sem uporabnica terminologije, ki s svojimi jezikovnimi izbirami in usmeritvami študentom sodeluje v procesu jezikovnega načrtovanja rabe slovenščine. Ker moje delo zahteva primerjavo pojmovnih sistemov angleške in slovenske terminologije, lahko opozarjam na razlike, ki povzročajo prevajalske težave, pa tudi na nedoslednosti znotraj slovenske terminologije.

Na ustanovi, kjer sem zaposlena, je prisotna opazna skrb za razvijanje slovenske terminologije. Tako so moji sodelavci s fakultete v reviji *Šport* objavili članek, v katerem so poskušali odgovoriti na vprašanje, kateri od slovenskih izrazov, ki so v rabi v zvezi s pojmom sedentarnosti, je najprimernejša prevodna ustreznica angleškega termina *sedentary behaviour*, ki je najbolj uveljavljeno poimenovanje za ključni pojem tega raziskovalnega področja (Kastelic idr., 2022). Sama lahko njihovem zaključku, v katerem se opredelijo za *sedentarno vedenje*, pritrdim. Ker je raziskovalno področje sedentarnega vedenja še mlado, predstavlja naše najboljše pojmovno izhodišče trenutno terminološki dogovor, sprejet leta 2017 v okviru združenja Sedentary Behaviour Research Network (SBRN, 2017). Ta poenotena angleška terminologija je s svojim jasno izdelanim pojmovnim sistemom dobro izhodišče za presojo slovenskega ustreznika tudi zato, ker je terminološki konsenz sam po sebi pomemben in zavezujoč dosežek.

Sedentarno vedenje se raziskuje v kontekstu t. i. 24-urnega gibalnega vedenja: glavne pojmovne kategorije 24-urnega gibalnega vedenja vključujejo, poleg sedentarnega vedenja, še spanje in telesno dejavnost. Pri definiciji termina *sedentary behavior* se upošteva tako položaj telesa (ta je sedeči, polsedeči ali ležeči) kot poraba energije, ki je definirana kot nizka (največ 1,5 presnovnega ekvivalenta), prav tako pa velja omeniti pojmovno prvino budnosti (Tremblay idr., 2017). Pri izbiri najustrežnejšega slovenskega termina za pojem, ki ga v angleščini označuje *sedentary behaviour*, je treba upoštevati, da je eden ključnih pojmov očrtanega pojmovnega sistema tudi *sedenje* (ang. *sitting*), ki je istega reda kot pojmi *ležanje* (ang. *lying*), *polsedenje* (ang. *reclining*) in *stoja* (ang. *standing*). Ti pojmi, ki so povezani s položajem telesa, se nadalje delijo na podrejene pojme *pasivnega sedenja* (ang. *passive sitting*), *pasivnega polsedenja* in *pasivnega ležanja*, pri katerih človek ne porablja več kot 1,5 presnovnega ekvivalenta (v primeru *pasivne stoje*, ki je, za razliko od naštetih, že opredeljena kot *telesna dejavnost*, je zgornja meja porabe energije določena kot 2 presnovna ekvivalenta), in pojme *aktivnega sedenja* (ang. *active sitting*), *aktivnega polsedenja* in *aktivnega ležanja* (tudi *aktivne stoje*), pri katerih je prisotna višja poraba energije in ki se vsi vključujejo v širši pojem *telesne dejavnosti*.

Termin *sedentarno vedenje* se zdi boljša izbira kot koreferenčni termin *sedeče vedenje*, ki ga priporoča Terminološki ZRC SAZU (Atelšek idr., 2021), saj se zdi logično neutemeljeno, da bi *sedeče vedenje* zaobjemalo pojem *pasivnega ležanja*, hkrati pa ne zaobjemalo pojma *aktivnega sedenja*. Termini, ki jih je SBRN prepoznal kot ključne, so bili v nekaj jezikov tudi uradno prevedeni. Tako se lahko na spletni strani tega strokovnega združenja poučimo o ustreznikih angleškega termina *sedentary behaviour*, ki so v rabi v modernih evropskih jezikih, tisto, kar jih združuje, pa je prav pridevnik z latinskim korenem besede, po katerem je posegla tudi angleška terminologija.

Literatura

- Atelšek, S., Fajfar, T., Jemec Tomazin, M., Sitar, J., Trojar, M. in Žagar Karer, M. (2021). Sedeče vedenje. *Terminološka svetovalnica*, spletni vir. Pridobljeno s <https://isjfr.zrc-sazu.si/sl/terminologisce/svetovanje/sedece-vedenje>
- Kastelic, K., Podrekar Loredan, N. in Šarabon, N. (2022). Kako prevajati angleški izraz "sedentary behaviour"? Krajša razprava o izrazoslovju. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, 70(3/4), 54-59.
- Tremblay, M. S., Aubert, S., Barnes, J. D., Saunders, T. J., Carson, V., Latimer-Cheung, A. E., Chastin, S. F. M., Altenburg, T. M. in Chinapaw, M. J. M. (2017). Sedentary Behavior Research Network (SBRN) - Terminology Consensus Project process and outcome. *Int J Behav Nutr Phys Act*, 14(1), 75. doi:10.1186/s12966-017-0525-8SBRN
- SBRN - Sedentary Behaviour Research Network (2017). SBRN Terminology Consensus Project. Pridobljeno s <https://www.sedentarybehaviour.org/sbrn-terminology-consensus-project/>

Gašper Tonin, dipl. slov. in lit. komp., štud. med., štud. slov. in spl. jezikosl.
Medicinski razgledi, Slovenski medicinski slovar

Za skrb za terminologijo lastnega področja so odgovorni strokovnjaki. Ti se morajo zavedati, da sta terminološki dogovor in primerna raba ustaljenih terminov pogoj za uspešno raziskovalno, pedagoško in strokovno dejavnost. Področni strokovnjaki svoje delo objavljajo v različnih publikacijah, npr. znanstvenih revijah, monografijah in zbornikih. Pri oblikovanju strokovnih besedil sodeluje več udeležencev. Poleg avtorja k soustvarjanju končne različice prispevajo tudi urednik, recenzent in lektor. Vsak ima pri tem svojo vlogo, sodelovanje med njimi pa lahko pomembno izboljša končno besedilo. Skrb za ustrezno rabo strokovnega izrazja je predvsem naloga urednika in recenzenta, ki morata imeti tudi ustrezno strokovnopodročno znanje in izkušnje. Lektor se pri tem ob jezikovnem urejanju besedila v resnici srečuje le z vrhom ledene gore, ki ga predstavlja odločitev o izbiri izraza na ravni vertikalne, paradigmatične osi. Zaradi časovnih omejitev in razumljivega pomanjkanja področnospecifičnega znanja oblikovanje terminološkega dogovora ni lektorjeva naloga. Ta pa sicer ob zadostni količini izkušenj lahko opozori urednika in avtorja na termin, ki se mu zdi nenavaden ali jezikovno manj ustrezen, sploh če je za določeni pojem že ustaljen drug izraz. Ob tem se lektor znanstvenega besedila ne sme slepo zanašati na splošne jezikovne priročnike (npr. Pravopis ali splošne razlagalne slovarje), saj ti za strokovni jezik v nekaterih pogledih niso najbolj relevantni.

Proces oblikovanja terminološkega dogovora se vedno začne z opredelitvijo in zamejitvijo pojma. Ob širše sprejetem dogovoru o pojmu je nato lažje izbrati izraz, termin, ki izpostavlja njegove vsebinske lastnosti. Ob izbiri upoštevamo različna terminološka načela (npr. načelo ustaljenosti, gospodarnosti, jezikovnosistemske ustreznosti itd.). Pobudo za oblikovanje terminološkega dogovora običajno podajo in vodijo strokovnjaki, ob tem pa je zaželeno, da je v proces vključen tudi terminolog.

Pojem angl. *sedentary behaviour* je definirala skupina raziskovalcev, zbrana v organizaciji Sedentary Behaviour Research Network. Ti so za pojem postavili jasno definicijo, in sicer »*sedentary behaviour is any waking behaviour characterized by an energy expenditure ≤ 1.5 metabolic equivalents (METs), while in a sitting, reclining or lying posture*«. S tem so poskušali jasno zamejiti opredelitev pojma, ki bi poenotila prej terminološko razdrobljeno raziskovalno krajino. Ta namreč velikokrat ni ločevala med nedejavnostjo in angl. *sedentary behaviour* (čeprav ima slednje učinke na zdravje neodvisno od telesne dejavnosti), poleg tega pa so nekateri raziskovalci pri raziskavah kot angl. *sedentary behaviour* obravnavali le sedenje, drugi pa so poleg sedenja pod krošnjo istega pojma umestili tudi (zaradi sorodne narave in vloge pri vplivu na z zdravjem povezane zaplete) nekatere druge telesne položaje. Pojem je zdaj v mednarodni literaturi širše prepoznan in upoštevan.

Glavna težava pri prevzemanju omenjenega termina v slovenski jezik se pojavi predvsem pri odločitvi, ali bomo termin prevzeli izraženo oz. črkovno, oblikoslovno in skladijsko (npr. *sedentarno vedenje*) ali pa ga bomo pomensko kalkirali (npr. *sedeče* ali *sedensko vedenje*). Čeprav za obe možnosti obstaja več različnih argumentov, bo dokončno odločitev o rabi enega ali drugega lahko podal šele širši terminološki dogovor, smiselnost sprejete odločitve pa, ali se bo termin tudi ustalil na področjih, ki ga uporabljajo (kineziologija, medicina, športne panoge itd.).

Mateja Jemec Tomazin

ZRC SAZU, Inštitut za slovenski jezik Frana Ramovša

O izbiri novega poimenovanja v terminologiji

Pri iskanju najprimernejšega termina v slovenščini v Terminološki svetovalnici Inštituta za slovenski jezik upoštevamo terminološka načela. Kadar lahko med več predlaganimi termini izbiramo, dajemo prednost najbolj *ustaljenemu*, ki se pojavlja v sodobnih strokovnih in znanstvenih besedilih. Druga pomembna lastnost učinkovitih terminov je *gospodarnost*, kar pomeni, da imajo krajši termini prednost pred daljšimi. *Jezikovnokulturno načelo* nas vodi pri izbiri med domačim in prevzetim terminom, v vsakem primeru pa iščemo *jezikovnosistemsko* rešitev, ki omogoča tvorjenje celotne besedne družine oz. tvorjenje povezanih poimenovanj. Kadar strokovnjaki iščejo novo poimenovanje ali pa se pojavljajo samo enkratne omembe nekega termina, skušamo poiskati učinkovito rešitev, ki bo imela največ možnosti za obstanek v stroki. Ko smo izbirali med sedentarnim in sedečim vedenjem, smo se odločili, da podpremo slednjega, saj gre za istovrstni rešitvi v okviru jezikovnega sistema, hkrati pa lahko z uporabo domačega poimenovanja upoštevamo tudi jezikovnokulturno načelo. Mnenje, ki ga oblikujemo v Terminološki svetovalnici, je usklajeno mnenje 5 terminologov, in zato tudi bolj argumentirano, kot bi bilo zgolj mnenje posameznika.