VASPITANJE ZA ZDRAVLJE U VASPITNO OBRAZOVNIM USTANOVAMA

Eržika Antić

Farmaceutsko zdravstveni fakultet Travnik,
Zavod za javno zdravlje Vranje
erzika.antic.vr@gmail.com

Apstrakt

Zdravstveno vaspitanje se definiše kao aktivan proces učenja i osposobljavanja pojedinca i zajednice da se koriste stečenim znanjem o zdravlju, sa ciljem da se usvoji i primenjuje pravilan odnos prema zdravom načinu života i aktivno doprinosi zaštiti sopstvenog zdravlja i zdravlja zajednice.

SZO ukazuje da vaspitanje za zdravlje nije samo širenje informacija o zdravlju, već aktivan proces učenja kroz mnoga iskustva u životu.

Promocija zdravlja predstavlja negovanje i unapređivanje stilova života i drugih socijalnih, ekonomskih, individualnih faktora okoline korisnih za zdravlje. Promocija zdravlja treba da doprinese poboljšanju zdravstvenih resursa i uslova života i na taj način pojača zdravstveni potencijal. Promocija zdravlja uključuje zdravstveno vaspitanje, ali ide više (dalje) od toga i odnosi se na sve aktivnosti koje imaju za cilj da poboljšaju (pred)uslove za zdravlje.

Cilj ovog rada je da ukaže na značaj unapređivanja zdravlja – promocije zdravlja, kroz proces osposobljavanja ljudi da povećaju kontrolu nad svojim zdravljem i da ga dokažu kroz izbor zdravih oblika ponašanja. Napori preventivne zdravstvene zaštite usmereni su na decu i adolescente u cilju formiranja odgovarajućih zdravstvenih navika, a takođe i na individue i grupe koje su pod rizikom za posebna oboljenja u cilju sprečavanja njihove pojave.

Stečenim veštinama pokazaće se spremnost saradnje sa mnogim partnerskim organizacijama poštujući principe timskog rada, princip dobrovoljnosti i masovnosti. Ujedno će ovladati i veštinama timskog rada za sprovođenje mnogih aktivnosti po Kalendaru javnog zdravlja.

Treba naglasiti ulogu nastavnika, vaspitača i stručnih saradnika u sistemu obrazovanja, u promociji zdravlja što podrazumeva i primenu odgovarajućih tehnologija za promenu stavova i ponašanja prema pojedinim zdravstvenim problemima, promenu rizičnih ponašanja kao i pronalaženju najefikasnijih načina za sprovođenje odgovarajuće zdravstveno vaspitne intervencije u javnosti.

Iskazana kroz opšte principe, promocija zdravlja uključuje celokupno stanovništvo u kontekstu svakodnevnog života, radi sa ljudima, za ljude, a ne na ljudima, usmerena je na osnovne i neposredne faktore zdravlja, naglašavajući pozitivne dimenzije zdravlja, obezbeđujući ravnotežu individue i okoline. Stečenim veštinama uticaće se na usvajanje zdravih navika i održavanje zdravih stilova života u različitim populacionim grupacijama.

Ključne reči: vaspitanje, zdravlje, promocija, obrazovne ustanove

HEALTH EDUCATION IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Abstract

Health education is defined as an active process of learning and training individuals and communities to use acquired knowledge of health in order to adopt and apply a proper attitude towards a healthy lifestyle and actively contribute to protecting one's own health and community health.

The WHO suggests that health education is not just a dissemination of health information, but an active learning process through many experiences in life.

Promoting health is the cultivation and improvement of life styles and other social, economic, and individual environmental factors that are beneficial to health. Health promotion should contribute to the improvement of health resources and living conditions and in this way strengthen health potential. Health promotion involves health education, but goes beyond (further) to it and applies to all activities aimed at improving the (pre-) health conditions.

The aim of this paper is to point out the importance of health promotion - health promotion, through the process of training people to increase control over their health and to prove it through a selection of healthy behaviors. Preventive health care efforts are targeted at children and adolescents in order to create appropriate health habits, and also to individuals and groups at risk of specific illnesses in order to prevent their occurrence.

Acquired skills will show willingness to cooperate with many partner organizations respecting the principles of team work, the principle of voluntariness and massiveness. At the same time, he will master the team work skills for carrying out many activities according to the Public Health Calendar.

It should be emphasized the role of teachers, educators and professional associates in the education system, in the promotion of health, which implies the application of appropriate technologies for changing attitudes and behaviors towards particular health problems, changing risk behaviors, as well as finding the most effective ways to implement appropriate health education interventions in the public.

Stated through general principles, health promotion involves the entire population in the context of daily life, working with people, for people, and not for people, focused on basic and immediate health factors, emphasizing the positive dimensions of health, ensuring the balance between the individual and the environment. Acquired skills will influence the adoption of healthy habits and maintaining healthy lifestyles in different population groups.

Key words: : upbringing, health, promotion, educational institutions

UVOD

Zdravstveno vaspitanje se definiše kao aktivan proces učenja i osposobljavanja pojedinca i zajednice da se koriste stečenim znanjem o zdravlju, sa ciljem da se usvoji i primenjuje pravilan odnos prema zdravom načinu života i aktivno doprinosi zaštiti sopstvenog zdravlja i zdravlja zajednice.

SZO ukazuje da vaspitanje za zdravlje nije samo širenje informacija o zdravlju, već aktivan proces učenja kroz mnoga iskustva u životu. Istovremeno i upozorava da ne postoji jednostavan, brz i lak način da se pojedinac, a još mnogo teže šira populacija i šira društvena zajednica aktivno motivira na promenu ponašanja u odnosu na zdrav način života i ponašanja.

Promocija zdravlja predstavlja negovanje i unapređivanje stilova života i drugih socijalnih, ekonomskih, individualnih faktora okoline korisnih za zdravlje.

Uloga vaspitanja za zdravlje je:

1. Podsticanje i razvijanje nivoa lične odgovornosti u cilju zaštite, očuvanja i unapređenja zdravlja radnika, dece i učenika u vaspitno obrazovnim ustanovama ;
2. Osposobljavanje nastavnog kadra da preko stalnog stručnog usavršavanja povećaju kontrolu nad svojim zdravljem i zdravljem dece i učenika u vaspitno obrazovnim ustanovama;
3. Formiranje odgovarajućih zdravstvenih navika individua i grupa koje su pod rizikom za posebna oboljenja u cilju sprečavanja njihove pojave;
4. Osposobljavanje nastavnog kadra da stalnim stručnim usavršavanjem i primenom odgovarajućih metoda zdravstveno vaspitnog rada pruže mogućnosti za promenu rizičnog ponašanja, kod dece i učenika za donošenje zdravih životnih odluka.

Značaj pokretanja svih vidova partnerstva u relizaciji zdravstvenog vaspitnog rada, akcija i promotivnih kampanja po Kalendaru javnog zdravlja je jedan od specifičnih ciljeva zdravstveno vaspitnog programa.

Učesnici zdravstveno vaspitnog rada preko stalnog stručnog usavršavanja treba da budu osposobljeni da primene stečena znanja u prenošenju poruka kojim se želi postići prepoznavanje riziko faktora. Tako bi promenom rizičnog ponašanja doprineli unapređenju svog sopstvenog zdravlja i zdravlja dece i učenika u obrazovno vaspitnim ustanovama, a samim tim doprineli i zdravlju celokupne zajednice.

Prepoznavanje i grupisanje faktora koji utiču na zdravstvenu ravnotežu kako u smislu njenog podržavanja – zdravstveni resursi, tako i njenog ugrožavanja – zdravstveni rizici, treba da budu prioriteti u planiranju zdravstveno vaspitnih programa.

Primena stečenih znanja u odabiru adekvatnih metoda u zdravstveno vaspitnom radu i razvoj pristupa u podučavanju koji su efikasni i motivišući kako za pojedinca tako i zajednicu imaju veliku ulogu.

Zdravstveno vaspitnim radom nastavno osoblje i učenici su osposobljeni da prepoznaju osnovne pristupe promociji zdravlja, individualni princip i pristup u odnosu na zajednicu.

Na taj način bi se ovladalo veštinama za unapređivanje informisanosti, znanja i stavova, kako opšte populacije, tako i vulnerabilnih grupacija stanovništva u vezi sa najvažnijim faktorima rizika za nastanak najčešćih oboljenja, kao i načinima za njihovu prevenciju.

Stečenim veštinama nastavno osoblje utiče na usvajanje zdravih navika za održavanje zdravih stilova života u različitim populacionim grupacijam, kao i tehnike izvođenja odgovarajuće metode u zdravstveno vaspitnom radu naglašavajući pozitivne dimenzije zdravlja.

Zdravstveno vaspitnim radom. nastavno osoblje i njihovi učenici pokazuju spremnost za saradnju sa mnogim partnerskim organizacijama poštujući principe timskog rada, princip dobrovoljnosti i masovnosti.

Primenom odgovarajućih skala za merenje stavova koristeći upitnik i standardni intervju dobiju se obaveštenja o direkciji i intezitetu stava prema nekoj pojavi.

Pojam zdravstvenog prosvetavanja, podrazumeva učenje o zdravlju i zaštiti od bolesti sa ciljem da se pomogne pojedincu da se oslobodi straha od nepoznatog i da ga motiviše da sazna više uključujući se u programe zdravstvenog vaspitanja.

Postoji razlika između zdravstvenog vaspitanja, zdravstvenog prosvetavanja od zdravstvene propagande koja predstavlja širenje informacija, a sa ciljem da pokrene interesovanje za određene aktuelne probleme i motiviše sticanje potrebnog znanja. Za razliku od zdravstvenog vaspitanja, zdravstveno prosvetavanje i zdravstvena propaganda imaju manji uticaj na promenu navika i ponašanja u odnosu na zdrav način života pojedinaca.

Program razvoja zdravstvenog vaspitanja treba da sadrži dugoročne zadatke koje bi činile trajne gradivne celine jedinstvenog, integralnog programa za ceo zdravstveni sistem i širu društvenu zajednicu, kao što je:

- Organizacija i koordinacija zdravstvenog vaspitanja;
- Unapređenje organizacija i rada polivalentne patronaže;
- Razvoj zdravstvenog informisanja i motivacija za zdravo ponašanje;
- Projekcija unapređenja zdravstvenog vaspitanja u obrazovno-vaspitnim institucijama.

Proces planiranja i programiranja zdravstvenog vaspitanja u obrazovno vaspitnim institucijama predstavlja dinamičan proces predviđanja mera i akcija, radi ostvarivanja ciljeva u oblasti obrazovanja i vaspitanja.

Izrada godišnjeg Programa rada zdravstvenog vaspitanja predstavlja segment programa obrazovanja, realizujući ga kroz saradnju i timski rad između zdravstvenih radnika, pojedinaca, porodice i zajednice i to sve preko koordinatora za zdravstveno vaspitni rad.

Veštine koje treba da savlada nastavno osoblje se odnose na:

- Obezbeđivanje koordinacije zdravstveno vaspitnog rada na nivou obrazovno vaspitnih ustanova, u cilju primene doktrinarnih stavova u planiranju, metodologiji, realizaciji i evaluaciji rada na zdravstvenom vaspitanju ;

- Uspostavljanje i razvijanje neposredne saradnje sa menadžmentom zdravstvenih ustanova i obrazovno vaspitnih ustanova, radi ostvarivanja programskog i sistematskog zdravstveno vaspitnog rada sa učenicima, nastavnicima i saradnicima u integralnom procesu sprovođenja zdravstvene zaštite u celokupnom zdravstvenom i obrazovno vaspitnom sistemu;

- Uspostavljanje odgovarajuće dinamike praćenja i izveštavanja o stepenu realizacije Programa planova zdravstveno vaspitnog rada u okviru planova rada obrazovno vaspitnih ustanova kao i posebnih programa od šireg društvenog interesa važnih za zajednicu;

- Pružanje stručne pomoći drugim obrazovno vaspitnim ustanovama u cilju uspešnije primene metoda i oblika zdravstveno vaspitnog rada, vođenja evidencije i načina korišćenja zdravstveno vaspitnih sredstava i izbora adekvatnih metoda u skladu sa sadržajem zdravstveno vaspitnog rada;

- Uspostavljanje čvrste saradnje sa odgovarajućim institucijama u pogledu razmene aktuelnih informacija, usvajanju inovacija u planiranju i primeni metodoloških postupaka i mera, kao i vrednovanju doprinosa zdravstveno vaspitnog rada u pojedinačnim i sveukupnim rezultatima;

- Uspostavljanje saradnje i aktivnog učestvovanja u radu lokalnih mass media na širenju zdravstvenih informacija.

Uloga nastavnog kadra je u primeni stečenih znanja i veština u praksi kroz planiranje zdravstveno vaspitnog rada, implementaciju, realizaciju i evaluaciju.

Mogućnosti za praćenje primene stečenih znanja i veština u praksi su sledeće:

- Usvajanje Programa rada škole, čiji je deo Program za zdravstveno vaspitanje. U kontaktu sa direktorom obrazovno vaspitne ustanove, utvrđuje se postojanje takvog programa, način njegove izrade tj. planiranje zdravstveno vaspitnih sadržaja, metode rada, resursi za realizaciju svih tih aktivnosti, njegova implementacija i evaluacija.

- U kontaktu sa učesnicima obuke treba proceniti način planiranja Programa zdravstvenog vaspitanja što podrazumeva da li je on u skladu sa pravilima planiranja. To podrazumeva analizu situacije, definisanje potreba, izbor prioriternih tema uključujući definiciju opštih i specifičnih ciljeva, ciljnih grupa i potencijala.

- Praćenje sprovođenje programa u smislu organizacije, akcionog plana i menadžmenta za sprovođenje programa: (ko je odgovoran, šta, gde, kako i kada se nešto sprovodi).

- Utvrđivanje da li je sprovedena evaluacija-vrednovanje sprovedenih aktivnosti kroz: (monitoring i nadgledanje procesa).

Sve faze koje čine programski ciklus moraju se realizovati, bez obzira koje se teme odaberu ili koje se aktivnosti planiraju.

Takođe treba proveriti da li je planirana i izvršena adekvatna saradnja sa zdravstvenim radnicima kao najvažnijim partnerima u aktivnostima promocije zdravlja i da li postoje zajedničke odluke o temama i sadržajima koje su prioriteti.

U vezi sa zaštitom, očuvanjem i unapređenjem zdravlja kod vulnerabilne kategorije stanovništva i sticanjem znanja i navika o zdravom načinu života, ovim grupacijama zdravstveno vaspitanje treba da omogući konstruktivan i pouzdan izbor modela ponašanja koji promociju zdravlja ugrađuje u način života.

Očekivani efekti primene programa u praksi su:

- Potpuna i blagovremena informisanost o pravima, obavezama i mogućnostima korišćenja zdravstvene zaštite, prvenstveno kroz rad savetovališta u primarnoj zdravstvenoj zaštiti.

- Razvoj interesa i motivacija majki za redovne posete dispanzeru za zdravstvenu zaštitu predškolske dece, osposobljenost majki za blagovremenu primenu mera i postupaka u porodici koji doprinose pravilnom rastu i razvoju odojčadi i male dece, uključujući i druge mere zaštite kroz različite sadržaje, kao što su vakcinacija, sistematski pregledi, posete savetovalištu i dr.;

- Pripremljenost majki za rano prepoznavanje bolesti dečjeg doba i striktnu primenu higijensko-dijetetskog režima uz adekvatne preporuke radi sticanja pravilnih navika u ishrani i drugih postupaka u lečenju i rehabilitaciji obolelog ili hendikepiranog deteta;

- Upućenost roditelja u potrebu i značaj skladnih odnosa u porodici uz učešće više članova i stvaranje uslova za radosno i bezbrižno detinjstvo kao bitne pretpostavke u formiranju psihofizički zdravih i odgovornih lica.

- Dostizanje takvog nivoa zdravlja koji se manifestuje kroz samopouzdanje, dobru fizičku kondiciju, osećanje zadovoljstva sobom i svojim okruženjem, uravnoteženo ponašanje i skladne odnose sa mlađima i starijima od sebe;

- Obućenost školske dece i omladine kroz edukaciju, za usvajanje zdravog načina života, kroz neposredan zdravstveno vaspitni rad u zdravstvenim ustanovama i u okviru obrazovnih programa, mass media i dr.;

- Osposobljenost za prepoznavanje i eliminaciju najčešćih štetnih činioca po zdravlje, putem modifikacije sopstvenog ponašanja (pušenje, alkoholizam, droga, akcidentalna stanja, nesigurni seks, neželjena trudnoća, delinkvencija i dr.), preko mehanizma zaštite koje treba razvijati da bi se smanjio broj mladih ljudi koji koriste psihoaktivne supstance;

- Formiranje i učvršćivanje stavova i navika za blagovremeno obraćanje roditeljima i zdravstvenom radniku pri pojavi prvih simptoma poremećaja zdravlja ili nekog drugog problema. Edukacija školske dece i omladine na značaj dobro informisanog školskog osoblja, saradnja između roditelja i škole u vezi sa eventualnim razvojnim potrebama mlade osobe, postojanje kvalitetnih i zanimljivih vannastavnih sadržaja. Informisanost školske dece i omladine na značaj zdravstvene službe koja je uvek u mogućnosti da se približi mladima i adaptira njihovim potrebama, kao i korišćenje sistematskih pregleda za preventivne aktivnosti.

U metodologiji rada za adekvatno planiranje zdravstveno vaspitnog rada, mogu se koristiti dve vrste anketa (upitnika). Jedna vrsta ankete ima za cilj utvrđivanje informisanosti o nekom zdravstvenom problemu ili potrebi, a druga vrsta ankete da utvrdi promenu ponašanja te osobe.

U cilju što realnijeg planiranja sprovodi se istraživanje zdravstvenog stanja vulnerabilne kategorije stanovništva (u službi za zdravstvenu zaštitu dece 0-6 godina, u službi za zdravstvenu zaštitu školske dece i omladine 7-18 godina), u službi za zdravstvenu zaštitu žena i u službi za mentalno zdravlje).

Istraživanja koja su nam ukazala da predloženi program zdravstveno vaspitnog rada vodi ka postizanju očekivanih ishoda obuke jeste analiza indikatora to jest pokazatelja zdravstvenog stanja vulnerabilne kategorije stanovništva.

Od indikatora, kao merljivih pokazatelja koje treba pratiti, jesu: opšti i specifični morbiditet i mortalitet. Treba pratiti i rezultate nakon sprovedenih

sistematskih pregleda učenika u osnovnim i srednjim školama kao i izveštaje rada savetovališta za decu uzrasta 0-6 godina.

To podrazumeva i praćenje:

- utvrđena oboljenja-stanja prema kategoriji korisnika zdravstvene zaštite po X reviziji MKB (međunarodna klasifikacija bolesti, povreda i uzroka smrti), kao što su zarazne i parazitarne bolesti, tumori, bolesti krvi, bolesti žlezda sa unutrašnjim lučenjem ishrane i metabolizma, duševni poremećaji i poremećaji ponašanja, bolesti nervnog sistema, bolesti oka, bolesti uva, bolesti sistema krvotoka, bolesti sistema za disanje, bolesti sistema za varenje, bolesti mišićno koštanog sistema i vezivnog tkiva, bolesti mokraćno polnog sistema, povrede trovanja i posledice delovanja spoljnih faktora.

- rezultate sistematskih pregleda učenika koji se odnose na čistoću tela, telesno držanje, telesna razvijenost, telesna uhranjenost, deformacija kičmenog stuba, deformacije grudnog koša, deformacija stopala, smetnje vida i motiliteta, oštećenja sluha, karijes, srčane mane, psihička razvijenost, govorne mane i ostala hronična patološka stanja.

Nakon statističke obrade podataka rezultata anketa sprovedenih kod školske dece i omladine, nastavnika, vaspitača i roditelja o prioritetnim temama i potrebama za očuvanje, zaštite i unapređenje zdravlja, može se doći do zaključka da su svi ovi podaci veoma važni za planiranje zdravstveno vaspitnog rada, a kasnije i za realizaciju i evaluaciju ovih programskih zadataka u cilju prepoznavanja faktora rizika i usvajanja zdravih stilova života.

REFERENCES

1. Bjegović V., Vuković D., Živković M., Lozanović D., Paunović P., Rajin G., „Zdravstveno vaspitanje u osnovnim školama“ (1998), Beograd: Katedra socijalne medicine Medicinskog fakulteta Univerziteta u Beogradu
2. Mićović P., (1997). GLOSAR definicije termina za planiranje, organizaciju, upravljanje i rukovođenje zdravstvenim sistemom, Beograd: IZJZ Srbije
3. Živković M., Bjegović V., Marinković J., Vuković D., Jusufrić A., „Zdravlje školske dece“, (1995), Beograd: Medicinski fakultet Univerziteta u Beogradu.
4. WHO Geneva: „Promoting the Health of Young People in Europe, A training manual for teachers and others working with young people“, (1994),.

RESUME

Health education is an active process of learning and training individuals and the community to use acquired knowledge of health. The goal of health education is to adopt and apply the right attitude towards a healthy lifestyle and an active contribution to protecting one's own health and community health. Health education is not just a dissemination of health information, but an active learning process through many experiences in life. Promoting health is the cultivation and improvement of life styles and other social, economic, and individual environmental factors that are beneficial to health.

The importance of launching all forms of partnership in the delivery of health education work, campaigns and promotional campaigns according to the Public Health Calendar is one of the specific goals of the health education program. With educational work, teaching staff and students are trained to recognize basic approaches to health promotion, individual principles and community-based approach. In this way, they would be able to master the skills to improve information, knowledge and attitudes of the general population as well as vulnerable population groups in relation to the most important risk factors for the emergence of the most common diseases, as well as ways to prevent them. Through acquired skills, teaching staff influence the adoption of healthy habits for maintaining healthy lifestyles in different population groups, as well as techniques for performing the appropriate method in health education, emphasizing the positive dimensions of health. Health education. teaching staff and their students show readiness to cooperate with many partner organizations respecting the principles of team work, the principle of volunteering and massiveness. The process of planning and programming health education in educational institutions represents a dynamic process of predicting measures and actions, in order to achieve goals in the field of education and upbringing. The development of the annual Health Care Work Program represents a segment of the education program, realizing it through cooperation and teamwork between health workers, individuals, families and communities, all through the coordinator for health education. It should also be checked whether adequate collaboration with healthcare professionals has been planned and done as the most important partners in health promotion activities and whether there are common decisions on topics and priorities that are priorities. In relation to the protection, preservation and promotion of health in a vulnerable category of population and the acquisition of knowledge and habits of a healthy lifestyle, these health care groups should provide a constructive and reliable choice of behavioral patterns that embed health promotion into lifestyle. After statistical data processing of the results of surveys conducted with school children and youth, teachers, educators and parents on priority topics and needs for the preservation, protection and improvement of health, it can be concluded that all these data are very important for planning health education, and later for the realization and evaluation of these software tasks in order to recognize the risk factors and adopt healthy lifestyles.