

Raziskava o vlogi promocije zdravja v vzgojno-izobraževalnih institucijah v času epidemije koronavirusa



doc. ddr. Joca Zurc, prof. raz. pouka, Oddelek za pedagogiko, Filozofska fakulteta Univerze v Mariboru in dr. Camilla Laaksonen, Turku University of Applied Sciences, Faculty of Health and Well-being, Turku, Finland

Vzgojno-izobraževalne institucije – osnovne šole, srednje šole in univerze – igrajo ključno vlogo tudi pri promociji otrokovega zdravja, dobrega počutja ter preventive pred boleznimi. Med globalno pandemijo nove bolezni COVID-19 smo priča verjetno najmočnejšemu pomenu šolstva kot kadarkoli doslej, in to ne samo na področju izobraževanja, temveč tudi socialnega kapitala in z zdravjem povezanega blagostanja otrok in mladostnikov. V članku predstavljamo rezultate raziskave, ki smo jo izvedli s sistematičnim pregledom mednarodnih študij o učinkovitosti programov promocije zdravja v šolah. Na osnovi dobljenih ugotovitev se kaže potreba po razvoju standardov za načrtovanje, izvedbo in presojanje uspešnosti programov promocije zdravja v vzgojno-izobraževalnih zavodih, od predšolske vzgoje do visokega šolstva.

Ključne besede: promocija zdravja, zdravstvena vzgoja, zdrava šola, kontrolirani eksperiment, sistematični pregled literature

UVOD

V globalni pandemiji so šole in univerze po vsej Evropi v samem vrhu družbenih dejavnosti in institucij, ki so se najhitreje odzvale in prilagodile spremembam zaradi nenadnega in kritičnega položaja pojava nove bolezni COVID-19, ki je ogrožajoča za človekovo zdravje in življenje. Izobraževalne insti-

tucije so bile sposobne zelo hitre prilagoditve tudi pri prevzemu vloge osrednjega zagovornika zdravja pri svojih učencih in njihovih družinah. Pri temah in aktivnostih promocije zdravja so se osredotočile na področje znanja, stališč in vedenja o splošni higieni, preventivi pred okužbami in zmanjšanju tveganj za prenos nalezljivih bolezni. Predvidevamo lahko, da je bilo uspešno obvladovanje te izjemno zahtevne vloge med drugim tudi rezultat uveljavljene tradicije šolstva na področju skrbi za krepitev zdravja ter telesni in duševni razvoj pri otrocih in mladostnikih.



Promocija gibalne aktivnosti v japonskih šolah (Osnovna šola Kurashiki, razredna stopnja, Japonska, 2018) (osebni arhiv Joca Zurc)

COVID pandemija je opozorila celoten svet na velik pomen in potrebo po raziskavah in na dokazih temelječem znanju pri pripravi učinkovitih programov promocije zdravja. Nepredvidljive razmere so nadalje razkrile, da se zahteve po promociji zdravja v družbi lahko zelo hitro spreminjajo, zato so potrebe po varnih in učinkovitih intervencijah ključne ne samo za posameznike ali skupnosti, temveč tudi za države, kontinente in globalni svet.

Kljub spoznanju, da imajo šole v številnih evropskih državah, zlasti na ravni obveznega osnovnošolskega izobraževanja, uveljavljeno tradicijo vzgoje za zdravje in promocije zdravja, pa še vedno ostaja precejšnje pomanjkanje raziskovalnih dokazov o uspešnosti teh programov, potencialnih nezaželenih učinkih in škodljivih vplivih intervencij na zdravje otrok in mladostnikov v šolskem okolju.

UGOTOVITVE DOSEDANJIH RAZISKAV O UČINKOVITOSTI PROGRAMOV PROMOCIJE ZDRAVJA V ŠOLAH

Dosedanje študije (Lima-Serrano in Lima-Rodríguez 2014; WHO 2017; Singh in drugi 2017) poročajo, da šole predstavljajo idealno okolje za uveljavljanje pristopov varovanja in promocije zdravja v celotni populaciji, ki prispevajo k obvladovanju tveganj za pojav nalezljivih kot tudi nenalezljivih kroničnih bolezni, povečanju rednega gibalnega in športnega udejstvovanja

ter zdravih prehranskih navad, zmanjšanju pojavnosti za zdravje škodljivih vedenjskih razvad, kot sta na primer kajenje in alkohol ter druge odvisnosti. Celo več – obetajoči rezultati dosedanjih raziskav kažejo, da lahko dobro izvedene šolske intervencije promocije zdravja spodbujajo telesno in duševno zdravje otrok in mladostnikov tudi v primerih, ko je vpliv intervencij relativno majhen in omejen zaradi različnih nenadzorovanih dejavnikov. Več sistematičnih preglednih raziskav, objavljenih v ugledni bazi podatkov preglednih študij *Cochrane Library*, je poročalo o pozitivnih vplivih šolskih intervencij promocije zdravja na področju spodbujanja gibalne aktivnosti in zdrave telesne kondicije, prehranskih navad, krepitev duševnega zdravja, preventive pred zlorabo poživil in obvladovanja nezaželenih nosečnosti (Dobbins in drugi 2013; Racey in drugi 2016; Carney in drugi 2016; Thomas in drugi 2013; Oringanje in drugi 2016).

Čeprav večina študij obetavno poroča o številnih pozitivnih učinkih promocije zdravja na otrokovo in mladostnikovo zdravje in razvoj, pa so nekatere raziskave razkrile tudi pomanjkljive ali pa nasprotujoče si ugotovitve o dolgoročnem učinkovanju tovrstnih šolskih intervencij. Med drugim je možno v analiziranih evalvacijskih študijah zaslediti tudi predvidevanja o potencialno nenamernih, a škodljivih in nezaželenih stranskih učinkih intervencij na zdravje šolarjev (na primer raziskava Kong in drugi 2016).



Evalvacija uspešnosti izvedene gibalne intervencije na japonski osnovni šoli (Osnovna šola Kurashiki, razredna stopnja, Japonska, 2018) (osebni arhiv Joca Zurec)



Kakšne so skupne značilnosti učinkovitih programov promocije zdravja za otroke in mladostnike?: Rezultati sistematičnega pregleda literature z integracijo metod

Z namenom, da bi prispevali k novim spoznanjem o učinkovitosti intervencij promocije zdravja v šolah, smo izvedli sistematični pregled literature z integracijo kvantitativnih in kvalitativnih metod (angl. *mixed methods research*). Želeli smo ugotoviti, kateri so strukturni elementi ali vzorci, po katerih se učinkovite intervencije promocije zdravja ločijo in prepoznajo od manj učinkovitih ali celo neustreznih. V pregledu literature smo se osredotočili na širšo mednarodno perspektivo, ker je za dobre intervencije promocije zdravja značilno, da niso učinkovite zgolj na ravni določene skupnosti ali države, temveč so prenosljive in uporabne tudi globalno in medkulturno. V analizo smo vključili vse dostopne empirične raziskave v zadnjih petih letih, ki smo jih lahko pridobili z več iskalnimi interakcijami v elektronskih bazah podatkov objavljenih člankov PubMed in CINAHL. Pri iskanju relevantnih študij se nismo omejili na posamezno državo izvora študije, nacionalnost ali spol udeležencev intervencije, status financiranja ali tematsko področje z zdravjem povezanega vedenskega sloga. Vključitvenim kriterijem je ustrezal vzorec 51 izvirnih raziskav (od tega 61,8 % randomiziranih kliničnih študij), ki so evalvirale učinke programov promocije zdravja na razredni stopnji osnovne šole, in sicer pri učenkah in učencih med šestim in dvanajstim letom starosti.

Dobljene ugotovitve sistematičnega pregleda literature so pokazale, da obstajajo nekatere skupne značilnosti, ki povezujejo učinkovite in uspešne in-

tervencije promocije zdravja v šolskem okolju. Za bolj učinkovite so se izkazale intervencije, ki vključujejo (Zurc in Laaksonen 2020):

- vsaj dve področji z zdravjem povezanih vedenj (npr. gibanje in prehrana, higiena in tveganja za nalezljive bolezni, duševno zdravje in odvisnosti);
- dolgoročno spremembo šolske politike na področju zdravja in promocije zdravja;
- nova teoretična znanja, vpliv na stališča in usvajanje novih praktičnih spretnosti;
- aktivno sodelovanje s starši in lokalno skupnostjo;
- multidisciplinarni tim izvajalcev promocijskih aktivnosti.

V naši raziskavi so se programi promocije zdravja, ki so temeljili na vsaj dveh ali več komponentah (npr. več vključenih ciljnih skupin, interdisciplinarni tim promotorjev zdravja, več obravnavanih področij življenjskega sloga), izkazali za bolj učinkovite v primerjavi z enostavnejšimi programi, ki so se osredotočali samo na en vidik promocije zdravja. Nadalje je bilo ugotovljeno, da uspešna promocija zdravja pozornost posveča pomenu socialnih stikov, ob teoretičnem znanju pa tudi razvoju praktičnih spretnosti (npr. nove gibalne spretnosti ali športne zvrsti) ter načrtuje usposabljanja za izvajalce. Na kratko, učinkovit program promocije zdravja zahteva predanost in aktivno vključenost vseh sodelujočih udeležencev in izvajalcev, sodelovanje med njimi ter kontinuirano izvajanje.

Primerljiva raziskovalna spoznanja poudarjajo, da učinkovita šolska intervencija na področju promocije zdravja zahteva kontinuirano aktivno vključevanje številnih različnih deležnikov v skupnosti, in



sicer tako zdravstvenih strokovnjakov kot tudi ekspertov na področju pedagogike, socialne pedagogike, razrednega pouka, specialnih didaktik, predšolske vzgoje, andragogike ter drugih področij vzgoje in izobraževanja. Kot ključno se je namreč pokazalo celovito razumevanje dejavnikov, ki lahko zmanjšajo učinkovitost intervencije in pa celo sprožijo nezaželeno vedenje oz. škodljive učinke intervencije na posameznikovo zdravje.

ZAKLJUČEK

Dobljene ugotovitve naše in primerljivih raziskav kažejo, da so šole in druga vzgojno-izobraževalna okolja nenadomestljivi na področju zagotavljanja zdravja in dobrega počutja svojih učencev, pa tudi njihovih družin in širše lokalne skupnosti. **Prihodnost je nepredvidljiva in se nenehno spreminja, vendar potreba in pomen promocije zdravja in preventive pred boleznimi pri najmlajših članih naše družbe ostaja enako pomemben ne glede na časovne in krajevne dimenzije.** Lahko bi trdili, da zahteve po novem znanju in dokazih naraščajo skladno s spreminjanjem in razvojem kompleksnosti sveta, kar od obstoječih modelov zagotavljanja, omogočanja in promoviranja zdravja zahteva, da se kontinuirano spreminjajo in nadgrajujejo v skladu s potrebami družbe in posameznikov. Kritično pomanjkanje znanja o učinkovitosti programov promocije zdravja v šolah ob hkratnem povečevanju zahtev krepitve zdravja potrebuje nadaljnje raziskovanje in vpogled v kakovostne raziskovalne dokaze iz neposredne šolske prakse. Naša študija je tudi pokazala, da je potrebno v pri-

hodnje zasnovati in sprejeti dogovor o standardiziranih priporočilih za kakovostno načrtovanje, izvedbo in vrednotenje uspešnosti programov promocije zdravja v slovenskih vzgojno-izobraževalnih institucijah, od vzgojno-varstvenih zavodov pa vse do univerz, ki bodo temeljila na najnovejših in kakovostnih ugotovitvah mednarodnih raziskav.

LITERATURA

- Carney, T., Myers, B. J., Louw, J. in Okwundu, C. I. (2016): Brief school-based interventions and behavioural outcomes for substance-using adolescents. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, št. 1: Article CD008969.
- Dobbins, M., Husson, H., DeCorby, K. in LaRocca, R. (2013): School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6 to 18. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, št. 2: Article CD007651.
- Kong, K., Liu, J. in Tao, Y. (2016): Limitations of studies on school-based nutrition education interventions for obesity in China: a systematic review and meta-analysis. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, let. 25 (št. 3): str. 589–601.
- Lima-Serrano, M. in Lima-Rodríguez, J. S. (2014): Impact of school-based health promotion interventions aimed at different behavioral domains: a systematic review. *Gaceta Sanitaria*, let. 28 (št. 5): str. 411–417.
- Oringanje, C., Meremikwu, M. M., Eko, H., Esu, E., Meremikwu, A. in Ehir, J. E. (2016): Interventions for preventing unintended pregnancies among adolescents. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, št. 2: Article CD005215.
- Racey, M., O'Brien, C., Douglas, S., Marquez, O., Hendrie, G. in Newton, G. (2016): Systematic review of school-based interventions to modify dietary behavior: Does intervention intensity impact effectiveness? *The Journal of School Health*, let. 86 (št. 6): str. 452–463.
- Singh, A., Bassi, S., Nazar, G. P., Saluja, K., Park, M. H., Kinra, S. in Arora, M. (2017): Impact of school policies on noncommunicable disease risk factors – a systematic review. *BMC Public Health*, št. 17: Article 292.
- Thomas, R. E., McLellan, J. in Perera, R. (2013): School-based programmes for preventing smoking. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, št. 4, Article CD001293.
- World Health Organization (WHO). (2017): *Health Promoting Schools*. Copenhagen, Denmark: WHO, Regional Office for Europe.
- Zurc, J. in Laaksonen, C. (2020): Structures of Effective Health Promotion Interventions in Primary Schools – A Mixed Methods Literature Review. *Educational Research Review*, v tisku.