

IZBOLJŠEVANJE ZDRAVJA PREK ŠOLSКИH PROGRAMOV

Svetovna zdravstvena organizacija in Svetovna banka menita, da je vlaganje v cenene programe zdravstvene vzgoje v šolah izredno koristna investicija, ki pomaga izboljševati zdravje prebivalstva.

Če pomislimo, kako težko je ustvarjati zdravje, potem kaj hitro ugotovimo, da je šola idealen prostor za akcijo. Dokument z naslovom *Ottawa Charter for Health Promotion* (1986), ki je nastal na Prvi mednarodni konferenci za promocijo zdravja v industrializiranih deželah, pravi, da zdravje ustvarjamo ljudje v okolju, v katerem živimo. Pravi tudi, da zdravje ustvarjamo tako, da skrbimo zase in za druge, da sami sprejemamo odločitve in lahko vplivamo na okolje, v katerem živimo in smo sposobni vplivati tudi na to, da družba zagotavlja razmere, ki vsem članom omogočajo zdravo življenje. (Glej okvir št. 1.)

Okvir št. 1

Življenjske navade izboljšujejo slog življenja

V Mehiki je študija programa spolne vzgoje, izhajajoče iz življenjskih navad, ki se imenuje *Planando tu vida* in ga poučujejo v več kot 200 šolah, pokazala, da so adolescenti, še zlasti dečki, ki so sodelovali v programu, preden so postali spolno aktivni, potem, ko so začeli s spolnimi odnosi, veliko pogosteje uporabljali kontracepcijska sredstva kot tisti, ki se programa niso udeleževali.

V Združenih državah Amerike je preučevanje zdravstvenega učnega programa, utemeljeno na učenju življenjskih navad (*Teenage Health Teaching Modules – THTM*), v katere je bilo vključenih 5000 učencev, pokazalo upad pogostnosti uporabe drog, alkohola in kajenja med tistimi, ki so sodelovali v tem programu.

Šola lahko pomaga mladim, da si pridobijo navade za zdravo življenje. Med te navade, ki jim včasih pravimo tudi življenjske spretnosti, spada tudi odločanje, reševanje problemov, kritično razmišljanje, sposobnost za komuniciranje, samozavest in obvladovanje strategij za preživetje. Ljudje, ki te spretnosti obvladajo, tudi pogosteje bolj zdravo živijo.

Če razmišljamo o tem, kako bi najuspešneje investirali v zdravje, potem se izkaže, da so zelo dober način investiranja šolski programi. Lansko leto sta Svetovna banka in Svetovna zdravstvena organizacija primerjali učinkovitost vlaganja sredstev v različne, javnosti namenjene zdravstvene programe. Ugotovili sta, da se najbolj splača vlagati v programe, ki: pomagajo zvečevati precepljenost prebivalstva in prehranjenost z mikrohranili; krepijo znanje o načrtovanju

Okvir št. 2

Šolski zdravstveni programi koristijo skupnosti

Zelo uspešen program, s pomočjo katerega odpravljajo črevesne zajedalce, so sredi 60-tih vpeljali v Koreji. Program je bil predvsem namenjen skupinam učencev po šolah, potem pa so ga razširili na vso skupnost, vključeval pa je masovno kemoterapijo, zdravstveno vzgojo in izboljševanje sanitarnih razmer v okolju.

Rezultati

- Pogostnost pojavljanja črevesnih zajedalcev med šolskimi otroki se je z 80% leta 1960 spustila na 0,2% v letu 1992.
- Pogostnost pojavljanja črevesnih zajedalcev med prebivalstvom nasploh se je na deželi s 84% leta 1971 znižala na 3,8% v letu 1992.

Okvir št. 3

Izobrazba pomaga do boljšega zdravja

- Študije, ki so jih izvedli v 25 državah v razvoju, so pokazale, da že eno do triletno šolanje mladih mater – ob tem, da vse ostale okoliščine ostanejo enake – smrtnost dojenčkov zmanjša za približno 1,5%, še bolj pa, če imajo matere še višjo izobrazbo. V Peruju je sedem ali večletno šolanje zmanjšalo tveganje za 75%.
- Podatki iz 13 afriških držav za obdobje 1975–85 kažejo, da 10% zvišanje števila pismenih žensk za 10% zniža smrtnost dojenčkov.

družine, prehrani in skrbi za zdravje; zmanjšujejo porabo tobaka, alkohola in drugih psihoaktivnih snovi; preprečujejo aids in druge spolno prenosljive bolezni. Povsem jasno je, da šolski programi igrajo zelo pomembno vlogo pri odpravljanju omenjenih problemov in da se investiranje vanje absolutno splača.

Šole, ki sodelujejo pri odpravljanju določenih zdravstvenih problemov, pri zdravstvenih projektih v skupnosti in spodbujajo ljudi, da živijo bolj zdravo, koristijo številnim ljudem. (Glej okvir št. 2.)

Šolanje že samo po sebi vpliva na izboljševanje zdravja, in to po vsem svetu. Ta učinek je najbolj viden na zdravju otrok in mladih žensk, kadar so le-te šolane. (Glej okvir št. 3.)

Mladi ljudje lahko redno hodijo v šolo in imajo od tega tudi največ, če so zdravi. Prizadevanja šole za bolj zdrav način življenja pa zvišuje učni potencial in šolski uspeh mladih. (Glej okvir št. 4.)

Vendar pa vse šole – in to velja tako za razvite kot za nerazvite dežele – nimajo sredstev, ki bi podpirale zdravje in vzgojo zanj. Nasprotno, zdravje učencev je pogosto ogroženo zaradi nasilja ali zaradi pomanjkanja sanitarnih naprav. Študija sanitarne opremljenosti, ki so jo leta 1993 izpeljali v šestih latinsko-ameriških državah, je pokazala, da le-ta pogosteje ogroža zdravje kot pa obratno in da je zares čistih šol zelo malo. Takšno situacijo je seveda treba spremeniti.

»Zdravje za vse« in »Izobrazba za vse« sta gesli Združenih narodov in izražata zavzemanje te organizacije za zdravje in izobrazbo. Ker pa sta ta dva cilja neločljivo povezana, si je treba prizadevati za oba hkrati. To zahteva tesne povezave med šolskimi in zdravstvenimi ustanovami, skupaj s SZO in UNESCOM, nacionalnimi ministrstvi in nevladnimi organizacijami.

Okvir št. 4

Zdravje krepi učni potencial

- Slaba prehranjenost ovira učenje in razvoj. Raziskave kažejo, da sta učna sposobnost in duševna sposobnost nasploh pri ustrezno prehranjenih učencih višji, kot pri tistih, ki se prehranjujejo neustrezno, tudi kadar se druge okoliščine niso spremenile.
- Okužba s črevesnimi zajedalci slabo vpliva na učno sposobnost. Na Jamajki je odpravljanje črevesnih zajedalcev pri šolarjih izboljšalo njihov kratkotrajni in dolgotrajni spomin. Po devetih tednih med zdravljenimi in neokuženimi otroki ni bilo nobene razlike več.
- Pomanjkanje železa ovira učenčevo sposobnost za dojetanje snovi. Študije kažejo naslednje: sposobnosti otrok, ki jim manjka železa, so ob vpisu v šolo okrnjene. Ko se raven železa zaradi ustrezne prehrane zviša, se izboljšajo tudi sposobnosti.

O strategijah, ki lahko tem organizacijam pomagajo sodelovati, so razpravljali na Tretji mednarodni konferenci za promocijo zdravja, ki je bila leta 1991 v Sundsvallu na Švedskem. Ker so usklajene akcije bistvenega pomena, je pobuda zanje še vedno v rokah posameznikov. Mladi in odrasli lahko igrajo pomembno vlogo pri zdravju v šolah tako, da postavljajo naslednja vprašanja:

- Ali šola spodbuja zdravo življenje?
- Ali naša šola predstavlja zdravo okolje za življenje, delo in obiske?
- Ali naša šola pomaga učencem, šolskemu osebju in družinam obojih, da spolnjujejo svoje potrebe po zdravem življenju?
- Kaj lahko storim sam in skupaj z drugimi, da bom pripomogel do potrebnih sprememb?

Če hočemo šole spremeniti v »šole za zdravje«, bomo morali sodelovati. To bo zahtevalo mobilizacijo ljudi in virov na lokalni, nacionalni in mednarodni ravni, kajti le njihova usklajena akcija bo pomagala do rezultatov. Svetovna zdravstvena organizacija je skupaj z Ameriškim centrom za preprečevanje in nadzor nad boleznimi pripravljena prevzeti pobudo. Obe organizaciji upata, da jima bo uspelo uskladiti delovanje na vseh ravneh in tako uresničiti iniciativo za globalno šolsko zdravje.

Jack Jones, SZO, Ženeva
World Health, marec–april 1995