

ASPECTE PRIVIND FORMAREA CONTINUĂ
AXATĂ PE EDUCAȚIA ÎN SĂNĂTATE
A ASISTENȚILOR MEDICALI

Angela BARONCEA,
Universitatea de Stat de Medicină
și Farmacie Nicolae Testemițanu

Summary

The aspects of the continuing formation oriented to the education in health of the medical assistants

In this scientific paper there are described some aspects of the continuing formation of the medical assistants oriented to the education in health which represent a complex and exhaustive human phenomenon that includes more dimensions which interact by participating actively to the formation of the person's personality.

Hereinafter, the author confirms the important role of education for health in the formation and development of a conception and some balanced positive behaviors, starting from the youngest age with the purpose of consolidating the health, the harmonious development and strengthening of the human body as well as the adaptation to the environmental and social conditions.

Keywords: Education, formation, continuing, phenomenon, harmonious, consolidation.

Резюме

Аспекты непрерывного образования, ориентированного на обучение здоровому образу жизни медицинских сестер

В статье описаны некоторые аспекты непрерывного образования медсестер, ориентированного на обучение здоровому образу жизни, которые включают в себя дополнительные измерения и взаимодействуют между собой, принимая активное участие в формировании индивидуальности человека. Далее автор подтверждает важную роль образования в сфере здорового образа жизни, в формировании и развитии концепции о сбалансированном позитивном поведении, начиная с самого младшего возраста, с целью укрепления здоровья, гармоничного развития и укрепления человеческого тела, а также адаптации к новым экологическим и социальным условиям.

Ключевые слова: воспитание, непрерывное образование, явление, гармоничный, консолидация.

Introducere. Apariția și răspândirea noilor maladii, schimbările socioeconomice rapide, care au loc la nivel internațional și național, creează noi provocări și oportunități pentru asigurarea sănătății, sporirea calității vieții populației prin educație și parteneriate sociale.

Educația constituie un fenomen uman complex și unitar, ce include mai multe dimensiuni care

interacționează, participând activ la formarea personalității individului.

Noile educații, printre care și educația pentru sănătate, au fost abordate, după 1980, în programele și recomandările UNESCO, iar după 1990 au început a figura în manualele de pedagogie și în cercetările din domeniul științelor educației, fiind abordate ca răspunsuri ale sistemelor educaționale la imperativele lumii contemporane de natură politică, economică, medicală, ecologică, demografică etc. În consens cu cele relatate, educația pentru sănătate se află în raport de interdependență și complementaritate cu aceste conținuturi generale ale educației, cu dezideratele noilor educații, fapt care conferă educației realizate în cadrul societății, familiei și școlii un caracter deschis și dinamic, necesitând acțiuni de perfecționare continuă, o axare pe caracterul prospectiv și sistemic al acesteia.

Sănătatea, privită ca un ideal, o valoare vitală, dar și ca o condiție, o cerința fundamentală a vieții, este o problemă ce preocupă fiecare om și societatea în ansamblu. La realizarea acesteia concurează o mulțime de factori morali, tehnici, economici, sociali, culturali, psihologici, ereditari, ecologici. De aceea, a încadra sănătatea într-o noțiune absolută sau unanim acceptată este foarte dificil. Studiul teoretic al literaturii de specialitate a permis să delimităm patru aspecte ale sănătății omului. Acestea sunt:

- absența bolii;
- starea completă de bine;
- starea de bine fizic;
- starea de bine psihic și moral [1; 3–6].

Definiția esențială cu privire la *sănătate*, care este utilizată frecvent în literatura de specialitate astăzi, este formulată în felul următor: sănătatea reprezintă o stare de bună stare generală a individului, care include mai multe dimensiuni – emoțională, intelectuală, fizică, socială și spirituală, fiecare dintre acestea completându-se și interrelaționând pe parcursul vieții. Pentru menținerea unei sănătăți bune, o persoană trebuie să-și examineze și să-și consolideze sistematic competențele și deprinderile sănătoase, pentru a se orienta în practicile vizate, în sensul în care i se va asigura nu doar supraviețuirea, adică să trăiască o perioadă lungă de timp, ci și calitatea acesteia, pentru a se bucura de o viață împlinită, armonioasă [2; 6].

Modul de viață se referă la ansamblul de acțiuni, particularități de manifestare prin care trăim, el include reprezentările, atitudinile, deprinderile, competențele și comportamentele persoanei, ce se manifestă constant și se observă în viața cotidiană. În viziunea specialiștilor americani, modul de viață al omului este decisiv în consolidarea sănătății. Șapte din zece acțiuni sunt atribuite unui mod nociv de

viață sau unor comportamente, pe care le incumbă acesta [2; 5].

Dimensiunile sănătății pot fi influențate de mai mulți factori, pe care îi putem clasifica în factori ai sistemului de ocrotire a sănătății, factori de mediu, factori genetici și factori ce țin de *modul/stilul vieții omului*.

Factorii modului de viață sunt, în multe privințe, factorii cei mai influenți, care determină starea sănătății în ansamblu. De asemenea, ei sunt factorii care pot fi cel mai bine controlați de individ. Modul de viață include conduite ce afectează sau, invers, ameliorează viața unei persoane.

Conceptul *educație pentru sănătate* (ES) apare și se dezvoltă ca deziderat al noilor educații, constituit ca răspuns la cunoscutul imperativ al lumii contemporane – *deteriorarea sănătății omului*.

Educația pentru sănătate presupune formarea și dezvoltarea în rândul populației, începând de la cea mai fragedă vârstă, a unei concepții și a unor comportamente pozitive, echilibrate, în scopul consolidării sănătății, dezvoltării armonioase și fortificării organismului, adaptării lui la condițiile mediului natural și social. În acest context, este necesară sensibilizarea populației, formarea unei opinii de masă, fundamentată științific, față de respectarea igienei individuale și colective, față de formarea deprinderilor raționale și sănătoase de alimentație, comportare, muncă și odihnă; valorificarea eficientă a timpului liber și a factorilor naturali de călire a organismului, de evitare a factorilor de risc, precum și dirijarea modului de solicitare a asistenței medicale și a variatelor mijloace de investigație și tratament [2; 5].

În consens cu cele expuse, vom aborda în cercetare educația pentru sănătate la nivelul comunitar, deoarece aceasta reprezintă una dintre principalele căi de promovare a cunoștințelor privind diferite aspecte ale sănătății și direcții optime de formare a atitudinilor și competențelor indispensabile unei conduite responsabile și sănătoase.

După cum am menționat anterior, scopul ES constă în promovarea modului sănătos de viață (MSV) pentru a asigura copiilor, tinerilor și adulților un mod și un proces de dezvoltare armonioasă personală și socială de sănătate prin oferirea oportunităților de asimilare și aplicare a cunoștințelor, competențelor, deprinderilor care le vor permite să ducă o viață cu sens, sănătoasă, să se realizeze ca personalitate și membru al societății.

Experiența avansată privind ES confirmă faptul că **politicile de promovare a modului sănătos de viață trebuie să fie axate pe îndeplinirea a trei funcții de bază:**

- **funcția sanogenă**, care are ca scop informarea individului despre optimizarea sănătății

individuale și publice, pentru a atinge idealul de sănătate. Ea se adresează populației, indiferent de vârstă, și constituie o parte integrantă a medicinei omului sănătos;

- **funcția preventivă**, ce vizează atingerea obiectivelor primare, secundare și terțiare în ceea ce privește prevenirea îmbolnăvirii;

- **funcția curativă**, ce rezidă în tratarea maladiilor umane și orientarea individului spre respectarea unui mod sănătos de viață.

Evident că sistemul ocrotirii sănătății, în statele dezvoltate, este permanent în căutare pentru a elabora și a promova strategii și politici eficiente pentru realizarea acestor trei funcții.

În virtutea faptului că analizăm ES în contextul sănătății publice, considerăm necesar să scoatem în evidență importanța celor trei principii de bază ale educației pentru sănătate.

Primul principiu este cel al priorității: cu cât intervenția în cariera sănătății este mai timpurie, cu atât educația pentru sănătate va fi mai eficientă. În momentul de față, morbiditatea oamenilor depinde într-o măsură mai mare de particularitățile conduitei lor, decât de factorii mediului înconjurător. Este extrem de important ca din fragedă copilărie, în cadrul familiei, al instituțiilor preșcolare și al școlii să li se cultive copiilor o atitudine serioasă și responsabilă față de propria sănătate.

Al doilea principiu specificității și autorității, orientează spre conștientizarea faptului că opinia persoanelor cu autoritate legitimă este mai credibilă, mai cu seamă dacă aceștia constituie un exemplu eficient de comportament sanogenic. Anume din aceste considerente medicii, psihologii, pedagogii și, desigur, părinții sunt datori să urmeze un mod sănătos de viață, comportându-se corect în toate ipostazele vieții lor.

Al treilea principiu se referă la integrarea educației pentru sănătate în obiectivele politicii social-sanitare a statului. Educația pentru sănătate trebuie să fie strâns legată de condițiile concrete ale societății și să fie în concordanță cu statutul social-economic și cultural al acesteia, precum și cu progresele științifice [6].

Concepția *noilor educații*, lansată de UNESCO în 1978, susținută și dezvoltată de savanții contemporani, determină idealul educațional modern, care presupune o sinteză a cunoștințelor integrate despre om, natură, lume, viață, societate, educație și univers. Conform accepțiunilor savanților din domeniul psihologiei sănătății, educația pentru sănătate poate fi realizată la câteva niveluri:

- Educația pentru sănătate care reprezintă o parte componentă a formării profesionale inițiale, ceea ce va ajuta specialiștii medicali cu studii medii de specialitate în organizarea și menținerea sănătății

populației și formarea unui mod sănătos de viață la nivel de comunitate.

- Educația pentru sănătate ce cuprinde noțiunile teoretice și aspectele practice care trebuie integrate în pregătirea profesională a specialiștilor medicali cu studii medii, care ocupă funcții cu caracter predominant educativ, pentru ca prin activitatea lor profesională să contribuie la includerea efectivă a educației pentru sănătate în formele de instruire și educație la nivelul tuturor păturilor comunității.

- Educația pentru sănătate ce înglobează ansamblul teoretic și practic al acțiunilor educative destinate întregii populații. În acest caz, scopul este obținerea unei cooperări eficiente în aplicarea politicilor de promovare a modului sănătos de viață și organizarea condițiilor pro-sănătate.

Sănătatea reprezintă o valoare, un patrimoniu social, uman, ea nu este o problemă pur medicală, ci angajează responsabilitatea și unirea eforturilor individului, ale întregii societăți și ale specialiștilor din domeniul ocrotirii sănătății. Astfel, dezideratele noilor educații includ educația pentru sănătate care poate fi ajustată la educația morală, intelectuală, tehnologică, estetică, psihofizică a personalității umane.

Pornind de la înțelegerea profundă a comportamentelor pro-sănătate, care în ansamblul lor formează modul sănătos de viață, dar și de la conștientizarea factorilor de risc ce subminează sănătatea individului, după cum am menționat anterior, diverși specialiști [8] au delimitat un nou domeniu științific – *psihologia sănătății*. Acesta vizează cultura prevenției bolilor și are drept obiective: promovarea și menținerea sănătății, prevenirea și tratarea bolilor; identificarea cauzelor îmbolnăvirii și corecția conduitei în scopul fortificării sănătății, consolidarea interesului pentru sănătate.

În această ordine de idei, vom elucida acțiunile individului, ca figură-cheie al comunității, pentru a-și planifica și forma un mod sănătos de viață. Desigur, totul începe de la definirea obiectivelor personale, care reprezintă un pas important în formarea conduitei pro- sănătate. Dacă trebuințele și expectațiile nu sunt transformate în obiective specifice, ele pot rămâne doar la etapa inițială de idei, trezind sentimente de frustrare, în loc de urmarea și realizarea planurilor concrete pentru schimbare. Definirea unor obiective realiste, adecvate vârstei, necesităților, dorințelor și disponibilității, asigură oportunitățile pentru realizarea lor și trăirea satisfacției, fapt care contribuie la consolidarea respectului de sine, atât de important pentru orice persoană. Cunoașterea de către asistentul medical al mediului intern al familiilor din comunitatea deservită, care reprezintă

figura-țintă în activitatea sa de promovare a sănătății, va asigura succesul în definirea obiectivelor specific de către membrii comunității..

În acest context, populația trebuie să fie familiarizată cu conținutul trebuințelor/nevoilor omului, care sunt delimitate de specialiști în:

a) *nevoi biogenice*: foamea, setea, confortul elementar la nivel biologic și securizarea fizică de schimbările climatului;

b) *nevoi psihogenice*: nevoia de comunicare, relaționare, apreciere, de stimă etc.

Este important să trezim conștiința populației, convingând-o în faptul că, după estimările OMS, 70% din decesurile premature ale adulților sunt cauzate de deprinderile nocive, formate încă în adolescență.

Relevante în context investigațional pentru formarea/schimbarea atitudinii subiecților sunt modelele care se bazează pe teoria cognitiv-comportamentală a personalității. Printre ele se atestă și *modelul formării convingerilor despre sănătate* (Health Belief Model – HBM). Modelul dat a fost dezvoltat pentru a explica modul de formare a comportamentelor axate pe menținerea sănătății. Conform acestui model, un comportament pro-sănătate se cultivă prin evaluarea de către individ a două componente:

1. Percepția amenințării bolii sau comportamentului de risc, determinată de informația pe care persoana o are despre acel comportament sau boală. Am ținut cont de faptul că sănătatea este influențată de trei factori:

- *valorile generale privind sănătatea* (cunoștințe despre rezistența organismului, structura lui anatomo-fiziologică etc.);
- *convingerile privind vulnerabilitatea la o anumită boală* (mama/tata este supraponderal și eu pot deveni astfel ș.a.);
- *convingerile despre consecințele bolilor*.

2. Costurile și beneficiile comportamentului. Evaluarea acestora reprezintă un factor important în formarea atitudinii față de comportamentele protectoare și evitarea celor de risc, în luarea deciziei adecvate pentru adoptarea și urmarea unui stil de viață sănătos. Aceste costuri sau consecințe pot fi materiale (*Am nevoie de bani ca să frecventez o sală de sport*) sau psihologice (*Dacă practic sportul, trebuie să evit fumatul sau folosirea băuturilor alcoolice*).

Prin urmare, modelul formării convingerilor despre sănătate orientează spre evidențierea unei condiții foarte importante pentru realizarea educației pro-sănătate, care poate fi definită astfel: necesitatea formării convingerilor despre sănătate la populație, care se află într-o interconexiune strânsă cu aspectul cognitiv și cel emoțional. În consens

cu care dezvoltăm modelul, delimitând încă două condiții: organizarea cunoașterii/inițierea membrilor comunității în dobândirea informației cu privire la sănătatea omului și menținerea ei, inclusiv cultivarea interesului, satisfacției și responsabilității pentru propria sănătate.

Următorul pas în formarea modului sănătos de viață la populație este orientat spre inițierea, apoi consolidarea atitudinilor și comportamentului sănătos, deci rezidă în organizarea/menținerea acțiunilor, susținerea efortului volitiv depus din partea individului, care reprezintă o altă condiție necesară în realizarea cu succes a educației pentru sănătate.

Este cunoscut faptul că atitudinile îi ghidează pe oameni spre un comportament pozitiv față de sănătate sau, dimpotrivă, spre unul negativ. Comportamentele față de propria sănătate se pot rezuma la 5 tipuri de credințe/atitudini [8; 9]:

- valorile generale despre sănătate, incluzând un anumit interes și o anumită grijă pentru sănătate (*Mă îngrijorează sănătatea mea*);
- percepția conform căreia amenințarea sănătății de către cineva sau boală este un fenomen grav (*Dacă mă îmbolnăvesc de cancer – mor*);
- credința în propria vulnerabilitate față de o anumită boală (*Fumând, mă pot îmbolnăvi de cancer pulmonar*);
- credința că anumite măsuri pot fi eficiente pentru a îndepărta cauzele (*Dacă renunț la fumat, nu mă îmbolnăvesc de cancer pulmonar*);
- credința că propriul organism poate reacționa (*Pot să mă las de fumat*).

Cu regret, oamenii își creează destule credințe și raționamente care îi împiedică să practice un comportament favorabil sănătății. În această ordine de idei, formulăm următoarea condiție decisivă de educație pro-sănătate: cultivarea și promovarea activă a modului sănătos de viață, care este constituit dintr-un ansamblu de strategii și stiluri pro-sănătate, ce interacționează și formează felul de a fi al omului/modus vivendi.

Analiza componentelor modului de viață permite corelarea lor cu strategiile și metodele de cultivare a stilului sănătos de viață în rândurile populației. Stilul de viață include, de fapt, o strategie de comportare, prin care oamenii își desfășoară variate aspecte ale vieții lor: munca, recreerea, alimentația, soluționarea problemelor și altele. Analiza conceptului și a fenomenului respectiv ne-a permis să observăm că modul implică mai degrabă o structură complexă decât un eveniment izolat, iar componentele acestuia includ tipologii speciale de comportament axate pe respectarea unei strategii care poate fi definită ca stil de viață.

Concluzii

1. Educația pentru sănătate presupune formarea și dezvoltarea în rândul populației, începând de la cea mai fragedă vârstă, a unei concepții și a unor comportamente pozitive, echilibrate în scopul consolidării sănătății, dezvoltării armonioase și fortificării organismului, adaptării lui la condițiile mediului natural și social.

2. Sănătatea reprezintă o valoare, un patrimoniu social, uman, ea nu este o problemă pur medicală, ci angajează responsabilitatea și unirea eforturilor individului, ale întregii societăți și ale specialiștilor din domeniul ocrotirii sănătății.

3. Educația pentru sănătate reprezintă componenta de informare-formare cu privire la urmarea unui comportament sănătos și promovarea sănătății, prevenția bolii; în acest context educația pentru sănătate și promovarea sănătății sunt strâns legate între ele.

4. Psihologia sănătății vizează cultura prevenției bolilor și are drept obiective: promovarea și menținerea sănătății, prevenirea și tratarea maladiilor; identificarea cauzelor îmbolnăvirii și corecția conduitei în scopul fortificării sănătății, consolidarea interesului pentru sănătate.

Bibliografie

1. Văideanu G. *Educația la frontiera dintre milenii*, București: EDP, 1988, 318 p.
2. Bursuc B. *Educație pentru sănătate*. Cluj-Napoca, 2005, p. 6-29.
3. Cuznețov L., Apostol Stanică L. *Psihologia sănătății ca domeniu științific de fundamentare a conduitei pro-sănătate în contextul educației pentru sănătate a liceenilor*. În: *Studia Universitatis, Seria Științe ale Educației, USM*, 2009, nr. 9 (29), p. 101-122.
4. Abraham P. Nicolaescu D. *Justiția terapeutică*. Arad: Ed. Concordia, 2006, 300 p.
5. Apostol Stanică L. *Educația pentru sănătate a adolescenților și a familiei: unele principii, strategii și tehnologii*. În: *Probleme actuale ale științelor umaniste. Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor UPS „I. Creangă” din Chișinău*, vol. VIII, partea I, 2009, p. 325-333.
6. Druguș L. *Economica și Politica Sănătății*. În: *Managementul sănătății*. Iași: Ed. Sedcom Libris, 2000, 220 p.
7. Frank K., Murphy R., Nisteanu E. *Pentru un mod de viață mai sănătos*. Chișinău: Corpul Păcii SUA în Republica Moldova, 2001, 298 p.
8. Râșcanu R. *Psihologia sănătății: de la credințe și explicații la sisteme de promovare a ei*. În: *Psihologia la răspântia milenilor* (coord. M. Zlate). Iași: Polirom, 2001, p. 199-230.
9. Bandura A. *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice Hall. Englewood Cliffe, New Jersey, 1986, 617 p.
10. Apostol P. *Viitorul*. București: Ed. Enciclopedică, 1977, 373 p.

Prezentat la 07.07.2013