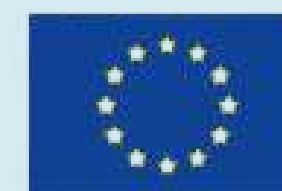


HPV AWARENESS

2023-1-EL02-ESC30-SOL-000143815

«Ευαισθητοποίηση για την πρωτογενή και δευτερογενή πρόληψη του  
καρκίνου του τραχήλου της μήτρας»

2023-1-EL02-ESC30-SOL-000143815

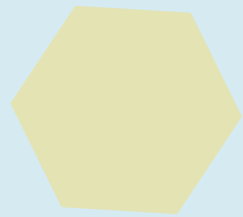


ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ  
ΣΩΜΑ  
ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

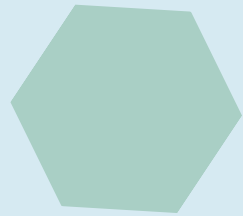
# **1Η ΕΝΟΤΗΤΑ**

**Προάγοντας την Υγεία των Πληθυσμών**

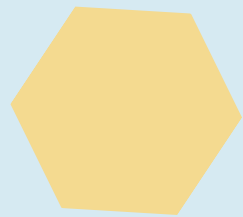
## Στόχοι 1ης Ενότητας:



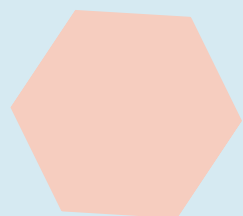
Να γνωρίσετε τις έννοιες της υγείας με βάση τις οποίες σχεδιάζονται και εφαρμόζονται πολιτικές υγείας



Να αποκτήσετε μια σφαιρική εικόνα των προσδιοριστών της υγείας και της ασθένειας

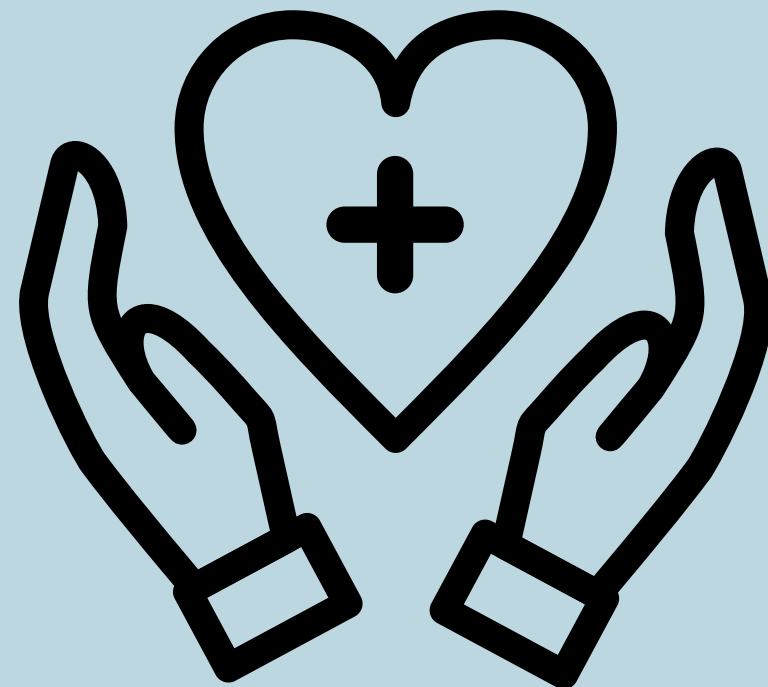


Να γνωρίσετε τον ρόλο της Προαγωγής της Υγείας στην Δημόσια Υγεία



Να γνωρίσετε τον ρόλο της Αγωγής Υγείας σε όλα τα επίπεδα της πρόληψης

# Η ΕΝΝΟΙΑ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



# ΟΡΙΣΜΟΙ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



Ο ορισμός της υγείας συνεχώς εξελίσσεται. Υπάρχουν πολλοί ορισμοί για την υγεία. Ωστόσο ο **Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ)** μέσα από τους ορισμούς για την Υγεία δίνει τον προσανατολισμό για το που πρέπει να κατευθυνθούν τα συστήματα Υγείας παγκόσμια.

Ο κλασικός ορισμός της υγείας που δόθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και διατυπώθηκε στο καταστατικό του το **1946** λίγο μετά τη λήξη του δευτέρου παγκοσμίου πολέμου εκφράζει μια γενική τάση ορισμού της υγείας που βασίζεται σε κοινωνικούς παρά σε ιατρικούς όρους.

Πράγματι ο ΠΟΥ ορίζει την υγεία ως:

**«μια κατάσταση πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι απλώς ως την απουσία νόσου ή αναπηρίας»**

# ΟΡΙΣΜΟΙ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



Το **1986** ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας **επαναπροσδιόρισε** και **διεύρυνε** τον ορισμό της υγείας υιοθετώντας μια πιο **κοινωνικοποιημένη** οπτική της.

Σύμφωνα με τον ορισμό αυτό:

«Υγεία είναι ο βαθμός στον οποίο ένα άτομο ή μια ομάδα μπορεί αφενός, να πραγματοποιήσει τις φιλοδοξίες και να ικανοποιήσει τις ανάγκες του και αφετέρου να αλλάξει ή να αντιμετωπίσει με επιτυχία το περιβάλλον. Η υγεία συνεπώς θεωρείται ως μέσο για την καθημερινή ζωή και όχι ως ο σκοπός της ζωής. Πρόκειται για μια θετική αντίληψη που δίνει έμφαση στους κοινωνικούς και προσωπικούς πόρους και τις ικανότητες».

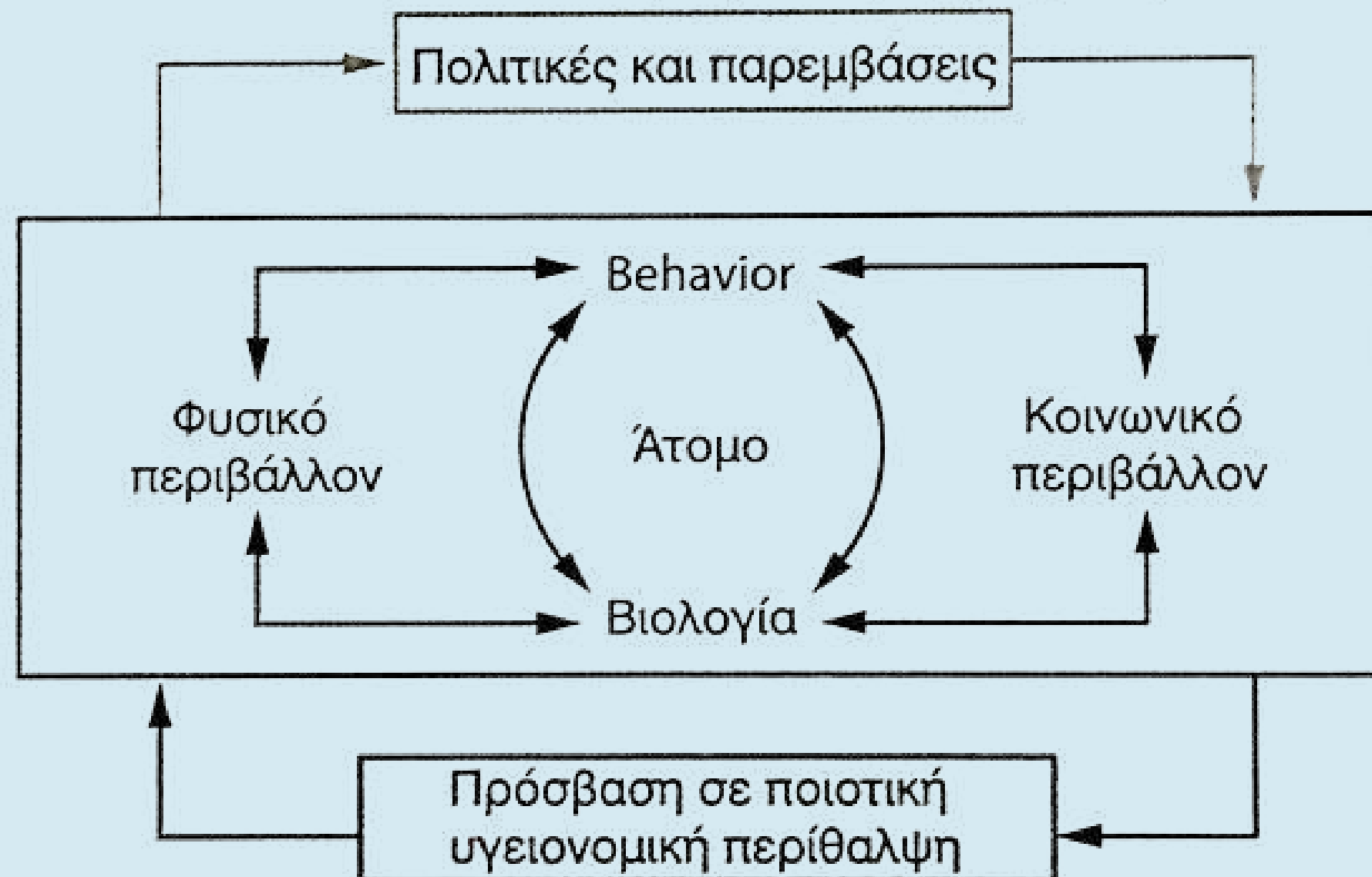
# ΚΑΘΟΡΙΣΤΙΚΟΙ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΤΕΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ

Η υγεία παρουσίασε βελτίωση τα τελευταία 100 χρόνια, κυρίως λόγω του ότι οι άνθρωποι αρρωσταίνουν πιο σπάνια, καθώς επίσης και στο ότι βελτιώθηκε το βιοτικό επίπεδο, υπάρχει καλύτερη διατροφική πρόσληψη, ενώ οι προσπάθειες του φορέα της δημόσιας υγείας όπως η ανοσοποίηση μέσω των εμβολίων, η ιατρική περίθαλψη συμπεριλαμβανομένης της διαχείρισης τόσο των οξέων περιστατικών (πνευμονία, φυματίωση) όσο και των χρόνιων (καρκίνος, καρδιακή νόσος) συνέβαλαν σημαντικά στην αύξηση του προσδόκιμου επιβίωσης.



# ΚΑΘΟΡΙΣΤΙΚΟΙ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΤΕΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ

Θα μπορούσαμε να πούμε ότι οι καθοριστικοί παράγοντες της υγείας και της ασθένειας αποτυπώνονται στο παρακάτω σχήμα:







## ΣΥΝΘΗΚΗ ΤΗΣ ΟΤΤΑΒΑ



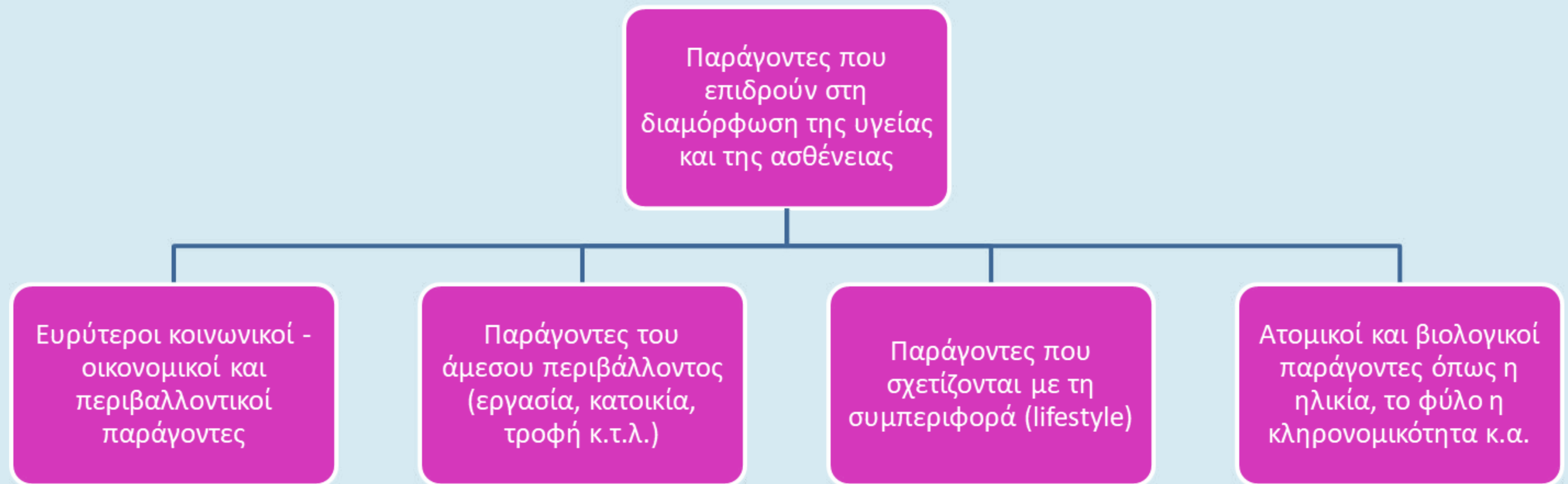
Σε μια πιο αναλυτική εκδοχή των **καθοριστικών παραγόντων** υγείας προχώρησαν το 1991 οι **Dahlgren and Whitehead** η οποία ήρθε να διατυπώσει τη **συνθήκη της Οττάβα το 1986** στην οποία θεσμοθετήθηκε από τον ΠΟΥ η **Πολιτική της Προαγωγής Υγείας** που αποσκοπεί στην αναβάθμιση του φυσικού και κοινωνικού περιβάλλοντος, στην ενίσχυση των ευρύτερων παραγόντων που επιδρούν θετικά στην ανθρώπινη υγεία και στη διαμόρφωση υγιεινών στάσεων και συμπεριφορών.

# ΔΙΑΤΥΠΩΣΗ ΤΩΝ ΚΑΘΟΡΙΣΤΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΗΝ ΣΥΝΘΗΚΗ ΤΗΣ ΟΤΤΑΒΑ

Σε μια πιο αναλυτική εκδοχή των καθοριστικών παραγόντων υγείας προχώρησαν το 1991 οι Dahlgren and Whitehead η οποία ήρθε να διατυπώσει τη συνθήκη της Οττάβα το 1986 στην οποία θεσμοθετήθηκε από τον ΠΟΥ η Πολιτική της Προαγωγής Υγείας που αποσκοπεί στην αναβάθμιση του φυσικού και κοινωνικού περιβάλλοντος, στην ενίσχυση των ευρύτερων παραγόντων που επιδρούν θετικά στην ανθρώπινη υγεία και στη διαμόρφωση υγιεινών στάσεων και συμπεριφορών.



# ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΙΔΡΟΥΝ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ



# ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΙΔΡΟΥΝ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ

Αναλυτικότερα:

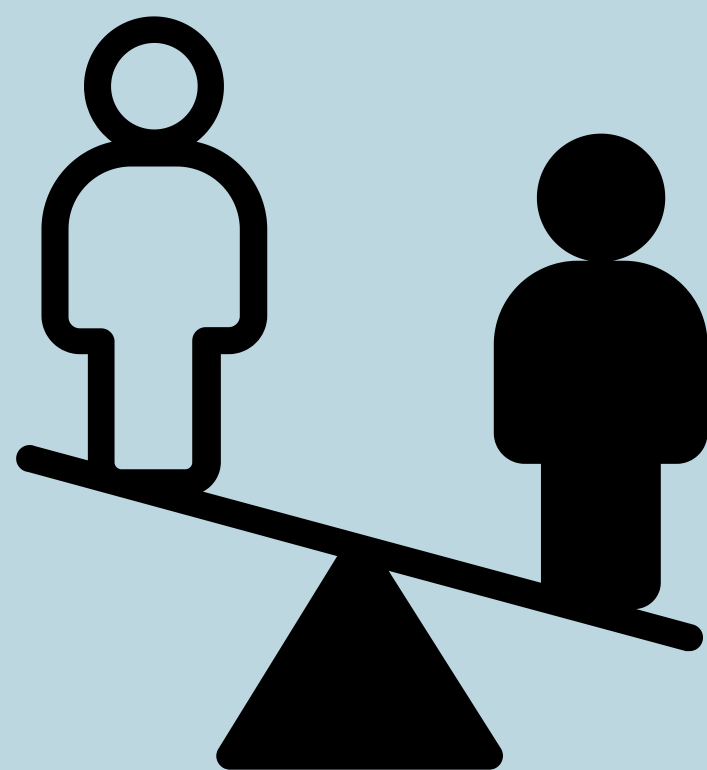
- Τα προσωπικά χαρακτηριστικά καταλαμβάνουν τον πυρήνα του μοντέλου και περιλαμβάνουν το φύλο, την ηλικία, την εθνοτική ομάδα και τους κληρονομικούς παράγοντες
- Οι ατομικοί παράγοντες «στον τρόπο ζωής» περιλαμβάνουν συμπεριφορές όπως το κάπνισμα, η χρήση αλκοόλ και η σωματική δραστηριότητα
- Τα κοινωνικά και κοινοτικά δίκτυα περιλαμβάνουν την οικογένεια και τους ευρύτερους κοινωνικούς κύκλους

# ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΙΔΡΟΥΝ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ

- Οι συνθήκες διαβίωσης και εργασίας περιλαμβάνουν την πρόσβαση και τις ευκαιρίες σε σχέση με τις θέσεις εργασίας, τη στέγαση, την εκπαίδευση και τις υπηρεσίες πρόνοιας
- Οι γενικές κοινωνικοοικονομικές, πολιτιστικές και περιβαλλοντικές συνθήκες περιλαμβάνουν παράγοντες όπως το διαθέσιμο εισόδημα, τη φορολογία και τη διαθεσιμότητα εργασίας

Συνεπώς, το αν οι άνθρωποι είναι υγιείς ή όχι, καθορίζεται από τις **περιστάσεις** και το **περιβάλλον** τους – τις **κοινωνικές, οικονομικές** και **περιβαλλοντικές συνθήκες** που επηρεάζουν την υγεία τους.

# ΑΝΙΣΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ





# ΑΝΙΣΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

Οι **κοινωνικοί** καθοριστικοί παράγοντες της υγείας διαμορφώνονται από την **κατανομή των χρημάτων, της εξουσίας και των πόρων** σε τοπικό επίπεδο κοινότητας, και τον κόσμο.

## Social Determinants of Health



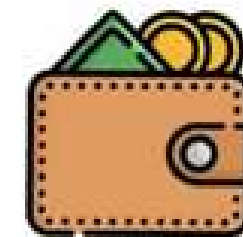
BASIC NEEDS



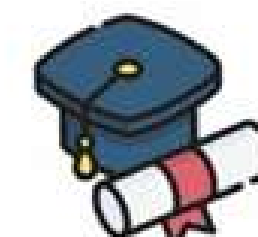
EMPLOYMENT



FAMILY & SOCIAL  
SUPPORTS



FINANCES &  
BENEFITS



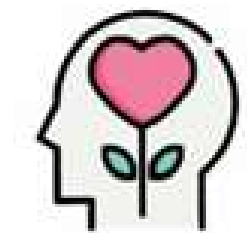
HIGHER  
EDUCATION



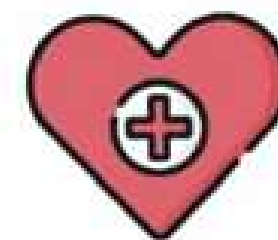
HOUSING &  
HOMELESSNESS



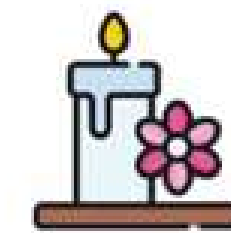
LEGAL



MENTAL HEALTH &  
SUBSTANCE USE

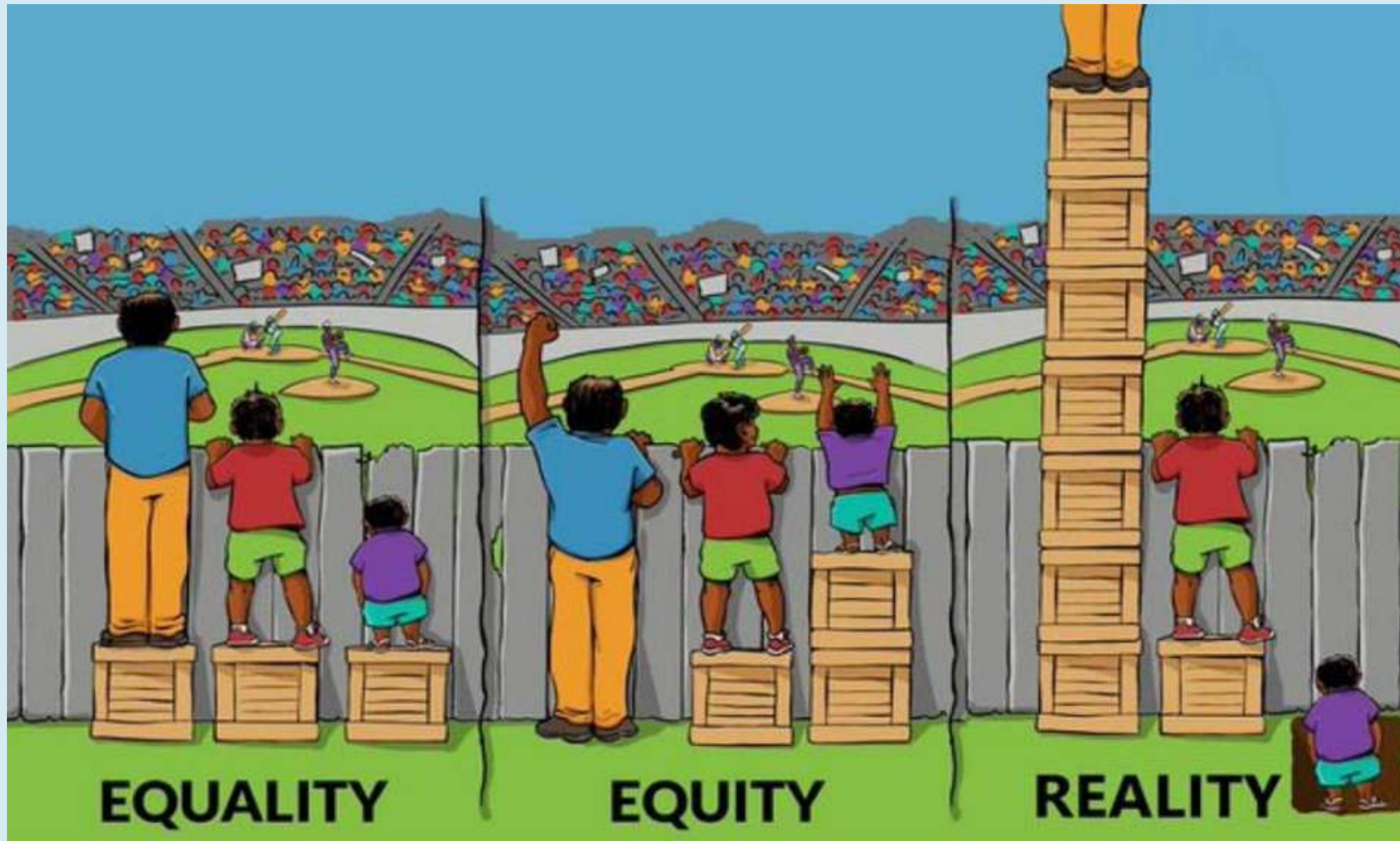


PHYSICAL  
HEALTH



SPIRITUALITY

# ...ΚΑΙ Η ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ





## ΑΝΙΣΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ



Σύνολα δυνάμεων διαμορφώνουν τις συνθήκες της καθημερινής ζωής και είναι υπεύθυνα για τις **ανισότητες**, καθώς και τις **αθέμιτες** και **αναπόφευκτες διαφορές** στην **κατάσταση της υγείας** των ανθρώπων που παρατηρούνται εντός και μεταξύ των χωρών. Σε παγκόσμιο επίπεδο, οι **ανισότητες** στην υγεία αντιπροσωπεύουν την **κύρια αιτία, την δυσφορία και την αγωνία** που μπορεί να αποφευχθεί στις ζωές που χάνονται πρόωρα.

Barr et al., 2017



# ΚΥΡΙΑΡΧΑ ΜΟΝΤΕΛΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΝΟΙΑ

«ΥΓΕΙΑ»






# ΚΥΡΙΑΡΧΑ ΜΟΝΤΕΛΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΝΟΙΑ

## «ΥΓΕΙΑ»

Σύμφωνα με όσα προαναφέρθηκαν, συμπεραίνουμε ότι το μοντέλο για την υγεία και την ασθένεια που περιεγράφηκε παραπάνω (**Ολιστικό μοντέλο**) λαβαίνει υπόψη του μια σειρά κρίσιμων παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία και δεν εστιάζει μόνο στο σωματικό ή/και ψυχικό πρόβλημα που αντιμετωπίζει ένας άνθρωπος (**Βιοϊατρικό μοντέλο**).



# ΚΥΡΙΑΡΧΑ ΜΟΝΤΕΛΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΝΟΙΑ

## «ΥΓΕΙΑ»

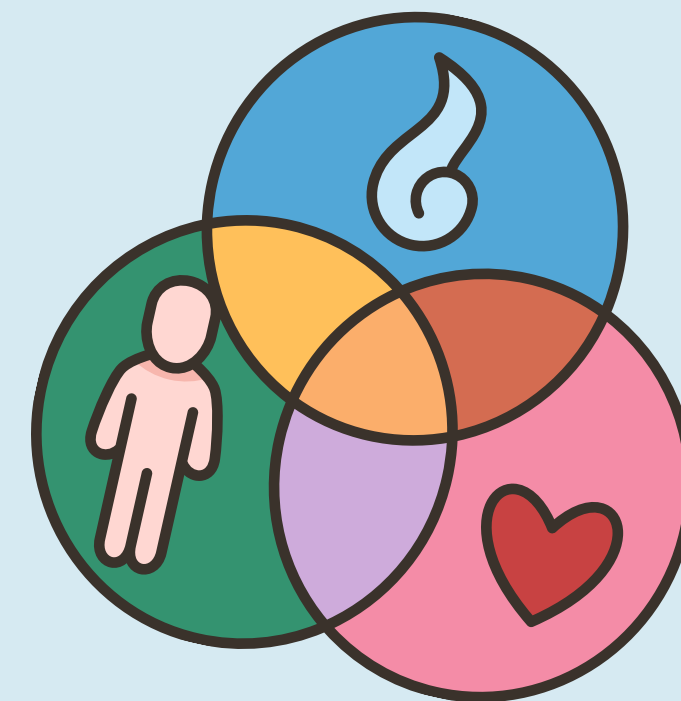
Κυρίαρχα μοντέλα για την  
έννοια «υγεία»

Βιοϊατρικό

Μοντέλο που κυριαρχεί κατά κύριο λόγο στα δυτικά συστήματα υγείας, η υγεία θεωρείται ως η απουσία της ασθένειας.

Ολιστικό ή  
Βιοψυχοκοινωνικό

Αντιστοιχεί σε μία πολύ-αιτιατή (multicausale) αντίληψη για την υγεία, όπου παράγοντες πέραν των καθαρά βιολογικών, όπως διαρθρωτικοί, οικονομικοί, κοινωνικοί, πολιτικοί, περιβαλλοντικοί και οικολογικοί είναι ικανοί να αλλοιώσουν τη συνολική κατάσταση της ευεξίας (φυσική, διανοητική και κοινωνική) και ως εκ τούτου λαμβάνονται υπόψη.



# ΚΥΡΙΑΡΧΑ ΜΟΝΤΕΛΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΝΟΙΑ


## «ΥΓΕΙΑ»

Θεραπευτικό και προληπτικό Σύστημα Υγείας	ΒΙΟΙΑΤΡΙΚΟ ΜΟΝΤΕΛΟ	ΟΛΙΣΤΙΚΟ ΜΟΝΤΕΛΟ
	(κλειστό μοντέλο)	(ανοικτό μοντέλο)
	Η πρόληψη είναι ιατρική: εμβολιασμός και δημόσια υγιεινή. Χρησιμοποιεί τα πληροφοριακά μέσα επικοινωνίας	Η πρόληψη είναι ένα σύνολο πληροφοριακών, εκπαιδευτικών, διαμορφωτικών και ιατρικών μέσων.
	Η ασθένεια είναι κυρίως οργανική	Η ασθένεια προκύπτει από σύνθετους παράγοντες, οργανικούς, φυσικούς, κοινωνικούς, οικονομικούς και περιβαλλοντικούς.
	Η ασθένεια ή η υγεία έχει επιπτώσεις στο άτομο	Η ασθένεια ή η υγεία επηρεάζει το άτομο, την οικογένεια του και το περιβάλλον.
	Πρέπει να διαγνωστεί και να θεραπευτεί. Η προσέγγιση είναι θεραπευτική.	Αναζητά μία συνεχή προσέγγιση της πρόληψης στην επαναπροσαρμογή η οποία στηρίζεται σε παράγοντες οργανικούς, ψυχολογικούς και κοινωνικούς
	Από τους γιατρούς	Από τους επαγγελματίες της υγείας που εργάζονται σε συνεργασία με άλλους επαγγελματίες, κυρίως κοινωνικούς και εκπαιδευτικούς.
	Μέσα σε ένα σύστημα αυτόνομο επικεντρωμένο γύρω από το νοσοκομείο	Από τους επαγγελματίες της υγείας που εργάζονται σε συνεργασία με άλλους επαγγελματίες, κυρίως κοινωνικούς και εκπαιδευτικούς.
	Η επαναπροσαρμογή είναι οργανική μέσα σε ειδικά κέντρα	


# ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ








# Ο ΡΟΛΟΣ ΚΑΙ ΟΙ ΑΡΧΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ




## Η Προαγωγή Υγείας:

- Επικεντρώνεται περισσότερο στο **σύνολο του πληθυσμού** μέσα στα πλαίσια της καθημερινής του ζωής, παρά στα μεμονωμένα άτομα που διατρέχουν κάποιο συγκεκριμένο κίνδυνο να αρρωστήσουν.
- Καθιστά τα άτομα **ικανά** να αναλαμβάνουν αυθόρμητα ή οργανωμένα **υπεύθυνη δράση** για την υγεία τους, που όπως ήδη αναφέρθηκε, αποτελεί σημαντικό συντελεστή της καθημερινής τους ζωής. Η επιδίωξη αυτή απαιτεί πλήρη και συνεχή πρόσβαση στην πληροφόρηση για θέματα υγείας και τη μέγιστη δυνατή κοινοποίηση όλων των σχετικών πληροφοριών στο σύνολο του πληθυσμού.



# Ο ΡΟΛΟΣ ΚΑΙ ΟΙ ΑΡΧΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



- **Κατευθύνει** τη δράση της προς **όλους τους παράγοντες που καθορίζουν την υγεία**. Κατά συνέπεια η Προαγωγή Υγείας, εκτός από τη στενή συνεργασία των υπηρεσιών υγείας, προϋποθέτει και τη συμβολή όλων των φορέων που σχετίζονται με τους ευρύτερους αυτούς παράγοντες.
- **Συνδυάζει** διάφορες αλλά συμπληρωματικές **μεθόδους ή τρόπους προσέγγισης**, όπως την επικοινωνία, την εκπαίδευση, τη νομοθεσία, τα οικονομικά μέτρα, τις οργανωτικές αλλαγές, την ανάπτυξη της κοινότητας καθώς και αυτογενείς τοπικές δραστηριότητες κατά των κινδύνων της υγείας.





# ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



- Στο επίκεντρο της Προαγωγής Υγείας είναι η **εξασφάλιση της πρόσβασης στην υγεία**, δηλαδή η **μείωση των ανισοτήτων** στην υγεία και η **αύξηση των ευκαιριών** για τη βελτίωση της υγείας. Η επιδίωξη αυτή συνεπάγεται αλλαγές στις σχετικές πολιτικές του κράτους και των υπεύθυνων φορέων, καθώς και αναπροσανατολισμό των υπηρεσιών υγείας. Η Προαγωγή Υγείας επιδιώκει την ενίσχυση των κοινωνικών δομών και της κοινωνικής υποστήριξης. Η επιδίωξη αυτή στηρίζεται στην αποδοχή του σημαντικού ρόλου που διαδραματίζουν οι κοινωνικές δυνάμεις και οι κοινωνικές σχέσεις στον καθορισμό των αξιών και των συμπεριφορών που σχετίζονται με την υγεία.



# ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



- Η βελτίωση της υγείας εξαρτάται από τη διαμόρφωση ενός υγιεινού περιβάλλοντος ιδιαίτερα σε ότι αφορά τις **συνθήκες εργασίας και κατοικίας**. Ο κυρίαρχος τρόπος ζωής σε μια κοινωνία είναι καθοριστικής σημασίας γιατί διαμορφώνει τις προσωπικές συμπεριφορές που μπορεί να είναι είτε ωφέλιμες, είτε βλαβερές. Η υιοθέτηση συμπεριφορών που συμβάλλουν στην υγεία προϋποθέτει τη διερεύνηση των σχετικών πεποιθήσεων και αξιών των ατόμων. Η διαμόρφωση μιας υγιούς συμπεριφοράς και η ανάπτυξη κατάλληλων μηχανισμών προσαρμογής στο περιβάλλον και συναλλαγής με αυτό, αποτελούν Θεμελιώδεις στόχους της Προαγωγής Υγείας.



# ΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



# Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



Η Αγωγή Υγείας θα μπορούσε να οριστεί σαν:

«η διαδικασία εκείνη που βοηθάει τα άτομα να παίρνουν αποφάσεις, να υιοθετούν συμπεριφορές και να δρουν σύμφωνα με τις ανάγκες που επιβάλλει η προάσπιση και η προαγωγή της υγείας τους».

Η Αγωγή Υγείας αποτελεί αναπόσπαστο και σημαντικό κομμάτι της Προαγωγής Υγείας. Επιδιώκει τη δυνατότητα ελεύθερων επιλογών, μέσα από τη γνώση και την υπευθυνότητα και όχι την επιβολή ή την προπαγάνδισή κάποιας αλήθειας όσο και αν αυτή τεκμηριώνεται επιστημονικά.

# ΣΤΟΧΟΙ ΤΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Οι επιδιώξεις της Αγωγής Υγείας συγκεκριμενοποιούνται στους εξής βασικούς στόχους:

1. Ευαισθητοποίηση
2. Παροχή γνώσεων
3. Ιεράρχηση αξιών
4. Αλλαγή απόψεων
5. Λήψη αποφάσεων
6. Αλλαγή συμπεριφοράς
7. Αλλαγή περιβάλλοντος



# ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗ



Ο **πρώτος** στόχος ενός προγράμματος Αγωγής Υγείας, αφορά τη συνειδητοποίηση του κοινού ή του εκπαιδευόμενου σχετικά με την ύπαρξη ενός προβλήματος.

Πολλές φορές, προκειμένου να επιτευχθεί η ευαισθητοποίηση - συνειδητοποίηση, πρέπει να δοθούν ορισμένες **βασικές πληροφορίες** ώστε να γίνει αντιληπτό το μέγεθος και η σημασία του προβλήματος,

π.χ. πληροφορώντας το κοινό ότι κάθε τσιγάρο αφαιρεί κατά μέσο όρο 5 λεπτά από τη ζωή του καπνιστή, δίνεται μια πρώτη διάσταση του μεγέθους του προβλήματος.



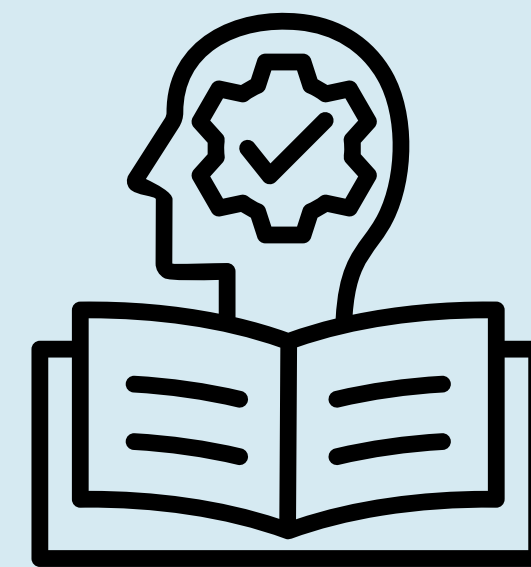
## ΠΑΡΟΧΗ ΓΝΩΣΕΩΝ



Ο στόχος αυτός, αφορά την παροχή των **απαραίτητων γνώσεων**, σε θέματα που έχει προηγηθεί μια πρώτη **ευαισθητοποίηση**.

Το να γνωρίζει κανείς ότι κάποια καθημερινή συνήθεια είναι βλαβερή, δεν αρκεί για να πεισθεί για την ανάγκη καταπολέμησής της.

Όταν μάλιστα απαιτούνται ιδιαίτερες προσπάθειες, το κοινό ή το άτομο πρέπει να είναι εξοπλισμένο με τις **γνώσεις εκείνες που θα του ενισχύσουν τη βούληση για δράση** και που θα κατευθύνουν τη δράση αυτή προς τη σωστή κατεύθυνση.



## ΙΕΡΑΡΧΗΣΗ ΑΞΙΩΝ



Οι αξίες του καθένα, οι βασικές πεποιθήσεις του και η γενικότερη ιδεολογία του, αποτελούν σημαντικό κομμάτι του πολύπλοκου ανθρώπινου ψυχολογικού κόσμου και συμβάλλουν καθοριστικά στις εκάστοτε απόψεις που διαμορφώνει, στις αποφάσεις που παίρνει και στις πράξεις που προβαίνει.

Ο στόχος λοιπόν της ιεράρχησης αξιών, αποσκοπεί κυρίως στην **αποσαφήνιση, στη διαμόρφωση ή τροποποίηση των αξιών που σχετίζονται με την υγεία**. Πολλές φορές τα άτομα αγνοούν, παραγνωρίζουν ή υποτιμούν το τι είναι σημαντικό ή όχι για την υγεία τους, ή ακόμα την ίδια την μεγάλη αξία που έχει η υγεία τους για την ζωή τους.



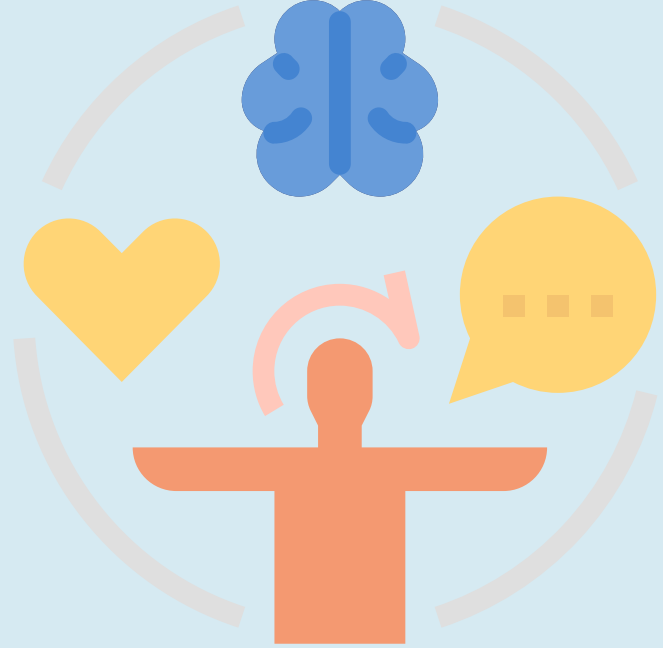


## ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ



Από τη στιγμή που το κοινό ή ένα άτομο, **ευαισθητοποιηθεί** γύρω από ένα θέμα υγείας, εξοπλιστεί με τις απαραίτητες **γνώσεις**, **ιεραρχήσει** σωστά την **αξία** του και υιοθετήσει τις σωστές απόψεις, το επόμενο βήμα είναι να **λάβει τις κατάλληλες αποφάσεις** που θα βοηθήσουν στην επίλυση ή βελτίωση του προβλήματος.

Η σημαντική αυτή διαδικασία στηρίζεται τόσο στην παροχή των απαραίτητων γνώσεων όσο και στη διαμόρφωση των κατάλληλων αξιών και απόψεων. Κάποιος αποφασίζει να μειώσει το βάρος του επειδή ακριβώς γνωρίζει τους κινδύνους που διατρέχει και επειδή οι αξίες και οι απόψεις του τον οδηγούν στο να προτιμήσει τη διασφάλιση της υγείας του παρά να διακινδυνέψει να υποστεί τις βλαβερές συνέπειες της παχυσαρκίας.



## ΑΛΛΑΓΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

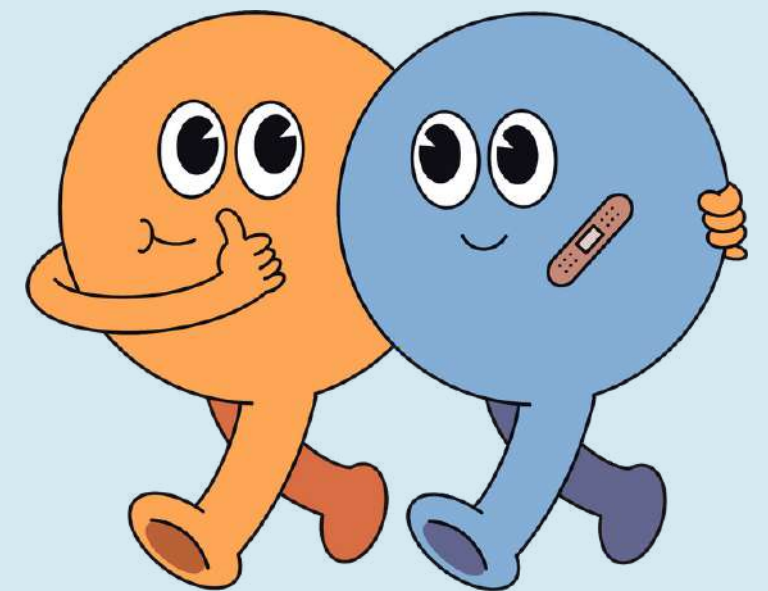


Η λήψη της κατάλληλης απόφασης, **δεν οδηγεί πάντα και στην εκτέλεσή της**. Ιδιαίτερα όταν πρόκειται για θέματα που η υλοποίηση μιας απόφασης συναντά εμπόδια και δυσκολίες, παρατηρείται συχνά εγκατάλειψη της προσπάθειας ή αποφυγή εκτέλεσής της.

Γι'αυτό και η Αγωγή Υγείας παρέχει τη βοήθεια που χρειάζεται το κοινό ή ένα άτομο, προκειμένου να επιτύχει την υλοποίηση μιας αλλαγής. Άλλωστε η αλλαγή συμπεριφοράς, δηλαδή η επιτυχής εφαρμογή μιας ενεργητικής προσπάθειας, αποτελεί αναμφισβήτητα και το πιο σημαντικό συστατικό κάθε προγράμματος Αγωγής Υγείας.

# ΑΛΛΑΓΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

Ο τελευταίος αυτός στόχος, αποσκοπεί στην αναβάθμιση του φυσικού ή /και κοινωνικού περιβάλλοντος προκειμένου να μειωθούν οι περιβαλλοντολογικοί κίνδυνοι και να διευκολυνθεί η υιοθέτηση των υγιεινών συμπεριφορών. Ο στόχος αυτός, περιλαμβάνει από αλλαγές μέσα στο σπίτι μέχρι και αλλαγές σ' όλη την κοινωνία. Οι γνώσεις, οι αξίες, οι απόψεις και οι πράξεις καθορίζονται σημαντικά από το κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον. Αν κάποιος περιβάλλεται συνέχεια από καπνιστές και βομβαρδίζεται με διαφημίσεις τσιγάρων, δύσκολα θα καταφέρει να μην υποκύψει στη συνήθεια του καπνίσματος.



# ΚΑΤΗΓΟΡΙΟΠΟΙΗΣΗ ΣΤΟΧΩΝ

Όλοι οι παραπάνω στόχοι μπορούν να χωρισθούν σε τρεις βασικές κατηγορίες:



# ΙΕΡΑΡΧΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ ΚΑΤΑ MASLOW

Η ιεράρχηση των αναγκών κατά Maslow συχνά απεικονίζεται ως **πυραμίδα**, με τις **μεγαλύτερες**, πιο **θεμελιώδεις ανάγκες** στο κάτω μέρος και την ανάγκη για αυτοπραγμάτωση και υπέρβαση στην κορυφή. Με άλλα λόγια, η ιδέα είναι ότι οι πιο βασικές ανάγκες των ατόμων πρέπει να ικανοποιούνται προτού παρακινηθούν να επιτύχουν ανάγκες υψηλότερου επιπέδου.



# ΙΕΡΑΡΧΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ ΚΑΤΑ MASLOW

## Η πυραμίδα των αναγκών κατ' Maslow

Αυτοπραγμάτωση: ηθική, επίλυση προβλήματος, αποδοχή γεγονότων, έλλειψη προκαταλήψεων

Καλαισθησία: ελκυστικό περιβάλλον (ωραίο σπίτι, αυτοκίνητο, ρούχα κλπ)

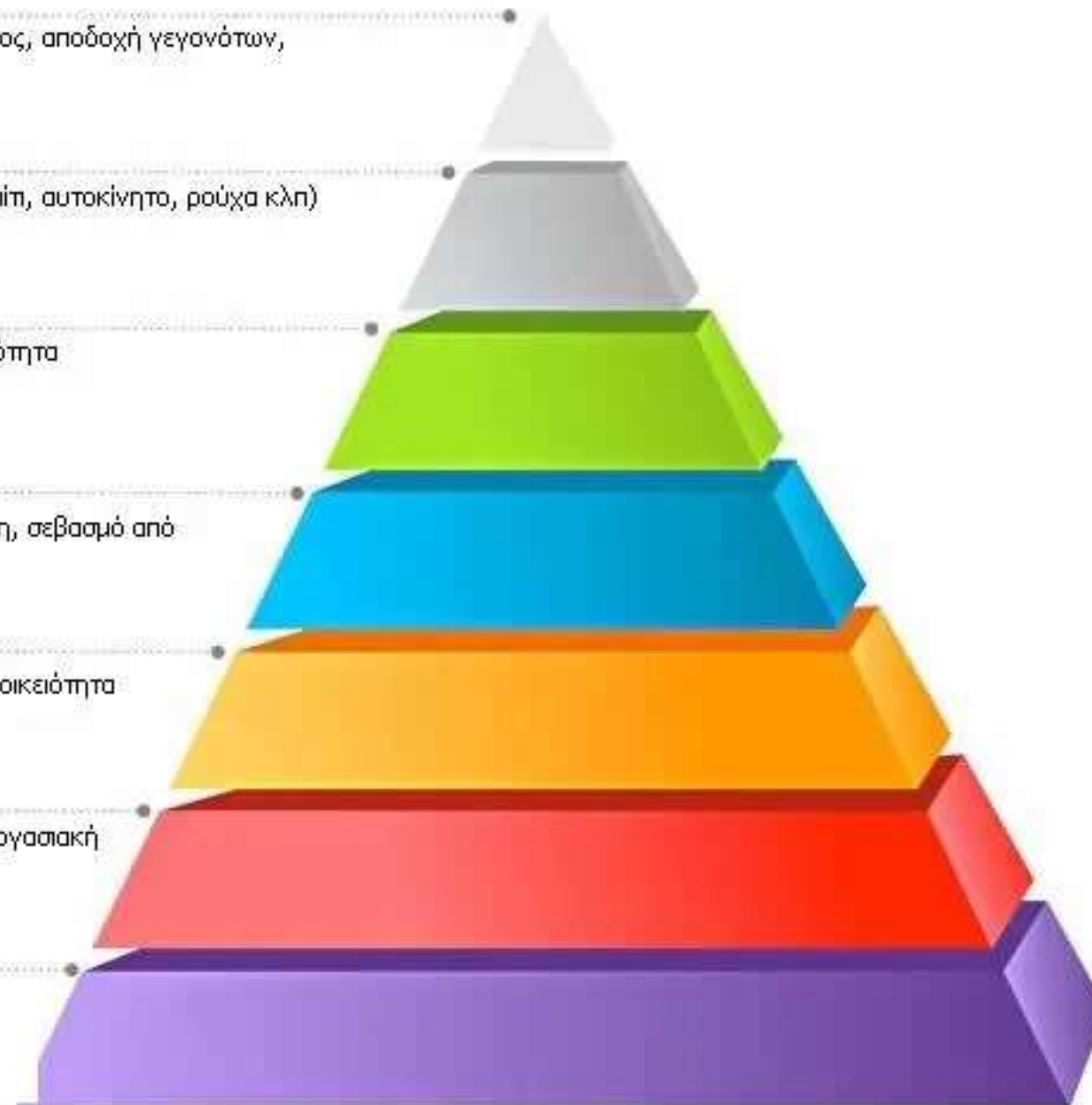
Αναγνώριση: νοημοσύνη, μάθηση, δημιουργικότητα

Εκτίμηση: επιτυχία, εμπιστοσύνη, αυτοεκτίμηση, σεβασμό από και προς τους άλλους

Κοινωνικότητα: φιλία, οικογένεια, σεξουαλική οικειότητα

Ασφάλεια: σωματική, ηθική & οικογενειακή, εργασιακή & οικονομική, υγείας & περιουσίας

Επιβίωση: αναπνοή, σέξ, νερό, ύπνο, τροφή

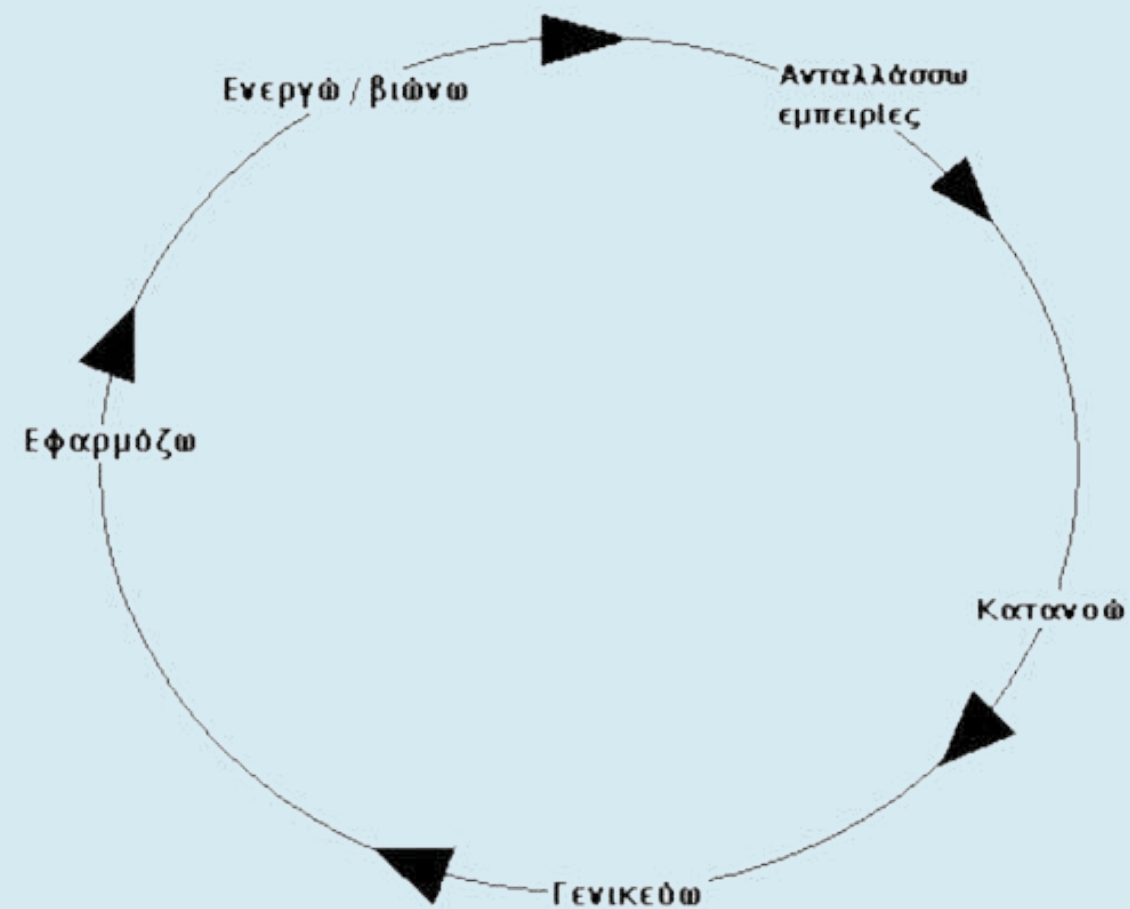


# ΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ



# ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

Η εφαρμογή των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας στα σχολεία στηρίζεται στην **ενεργητική/ βιωματική μάθηση**, έχει δε σκοπό την **αλλαγή στάσης και συμπεριφοράς των μαθητών/-τριών** ενισχύοντας την υπευθυνότητα, την επικοινωνία, την αυτοπεποίθηση, την αυτοεκτίμηση, την προσωπικότητα και την ικανότητα του μαθητή για την υιοθέτηση υγιεινών τρόπων ζωής.





# ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

## Ο ρόλος του εκπαιδευτικού

Ο ρόλος του εκπαιδευτικού στην υλοποίηση των προγραμμάτων αυτών είναι σημαντικός και καταλυτικός. Ο εκπαιδευτικός έχει ρόλο **συντονιστή**. Ο συντονιστής δημιουργεί κλίμα συνεργασίας, αλληλοκατανόησης, εμπιστοσύνης και επικοινωνίας στην ομάδα και διασφαλίζει την ομαλή λειτουργία της, ούτως ώστε η όλη ομάδα να λειτουργεί υποστηρικτικά.



# ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

## “Tips” για εκπαιδευτικούς:

Για να **διευκολυνθεί** η συζήτηση:

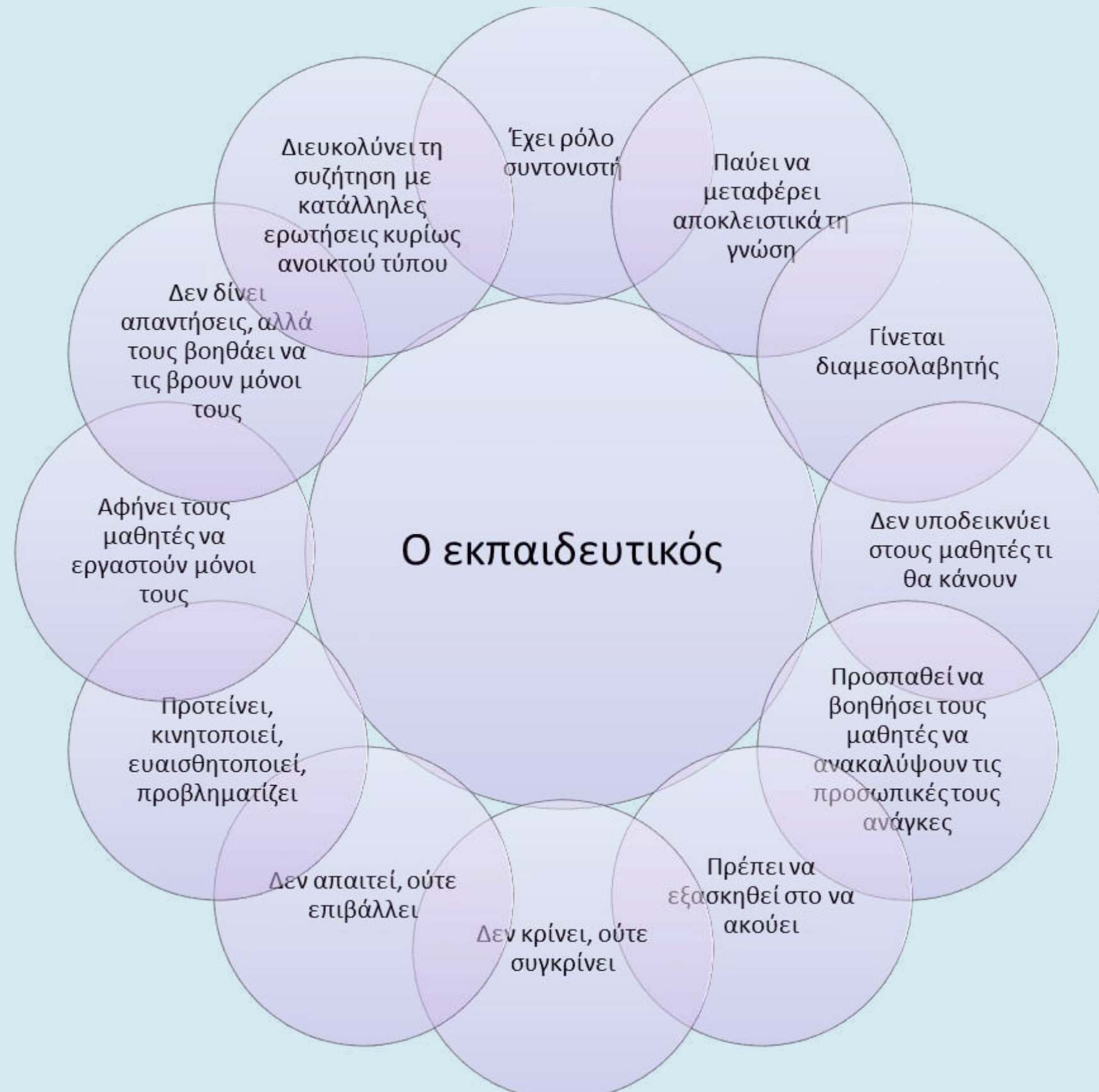
- Ο συντονιστής μπορεί να χρησιμοποιήσει ερωτήσεις ανοιχτού τύπου, για παράδειγμα:
  - «τι θα ήθελες να έχεις κάνει;»
  - «Πώς έγινε;»
  - «Τι σκέφτηκες εκείνη την ώρα;»
  - «Πώς αισθάνεσαι;»

Τη συζήτηση μπορούν να **δυσκολέψουν**:

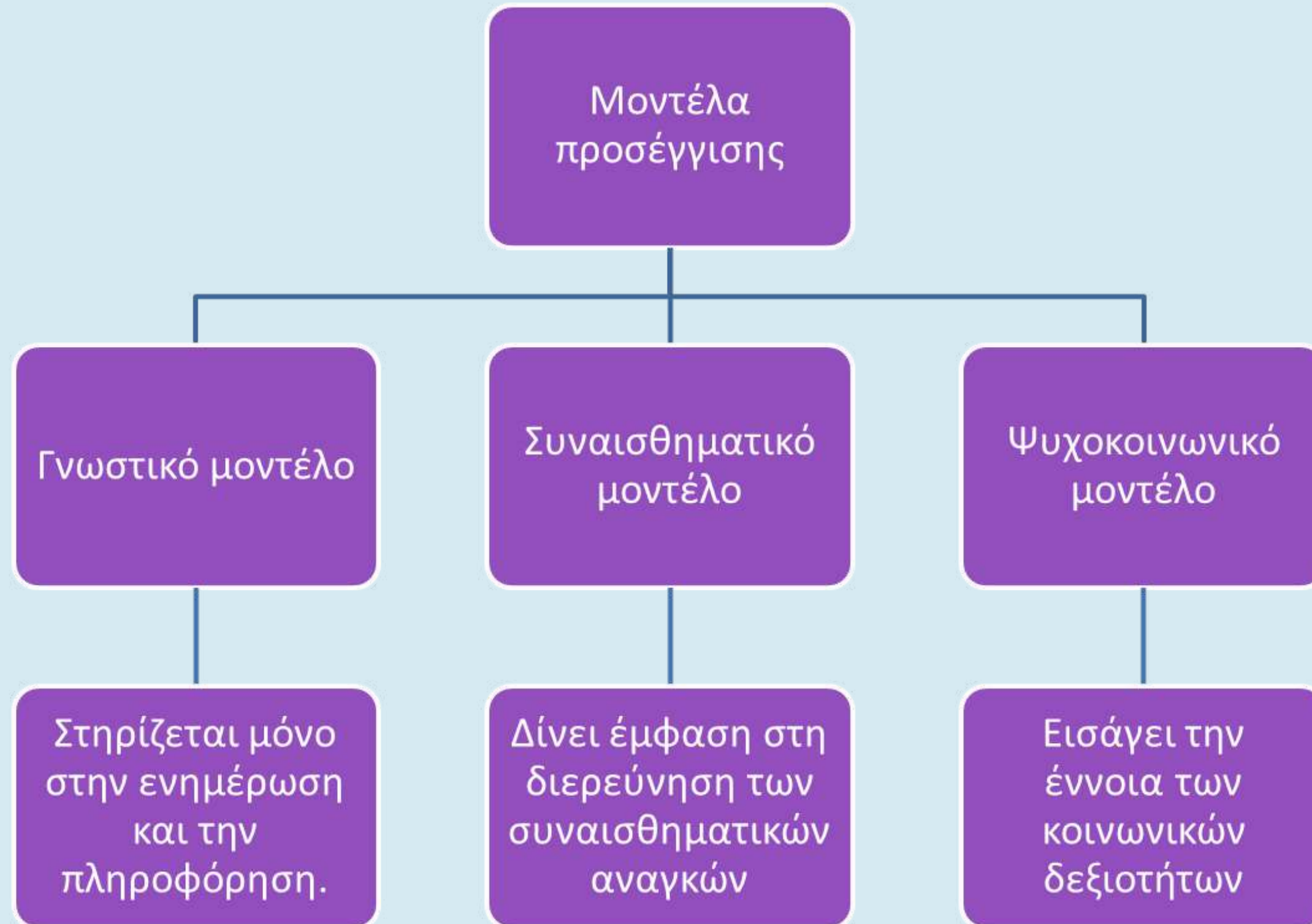
- Οι κλειστού τύπου ερωτήσεις που απαντώνται με ναι και όχι διότι δε δίνουν συνέχεια στη συζήτηση.
- Η ερώτηση «γιατί;» , διότι το άτομο μπορεί να μπει σε θέση άμυνας.



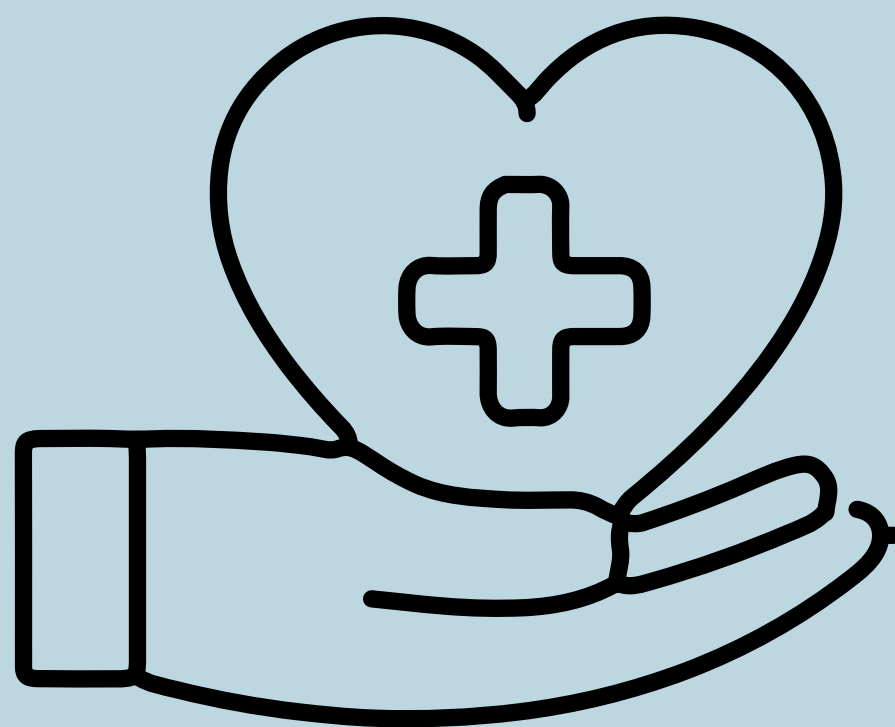
# ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ



# ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

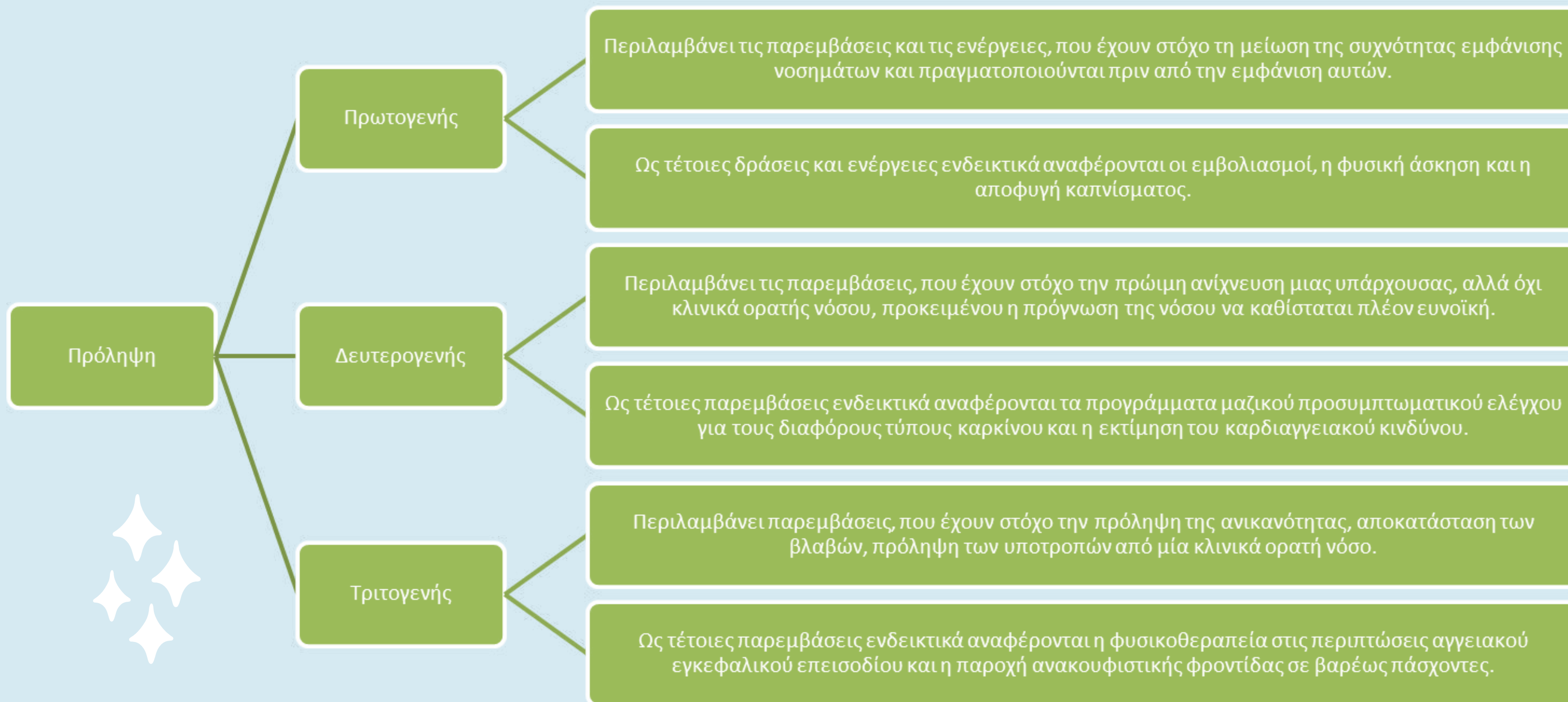


**ПРОЛНҪН**





# ΤΑ 3 ΕΠΙΠΕΔΑ ΤΗΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ



# ΠΡΟΣΘΕΤΟ ΥΛΙΚΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΛΗΡΕΣΤΕΡΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΣΑΣ

What Makes Us Healthy? Understanding the Social Determinants of Health

<https://www.youtube.com/watch?v=8PH4JYfF4Ns>

Social Determinants of Health: What are they and how do they impact the health of populations?

[https://www.youtube.com/watch?v=oC\\_MPCXs0Sw](https://www.youtube.com/watch?v=oC_MPCXs0Sw)

How social determinants impact healthcare | Veronica Scott-Fulton |

[https://www.youtube.com/watch?v=xAlxtog\\_4ns](https://www.youtube.com/watch?v=xAlxtog_4ns)

Making every school a health-promoting school

<https://www.youtube.com/watch?v=niHrV9JM8EM>

Factsheet 2019. The health promoting school (HPS) approach

<https://www.youtube.com/watch?v=0SEzF-X-iMg>



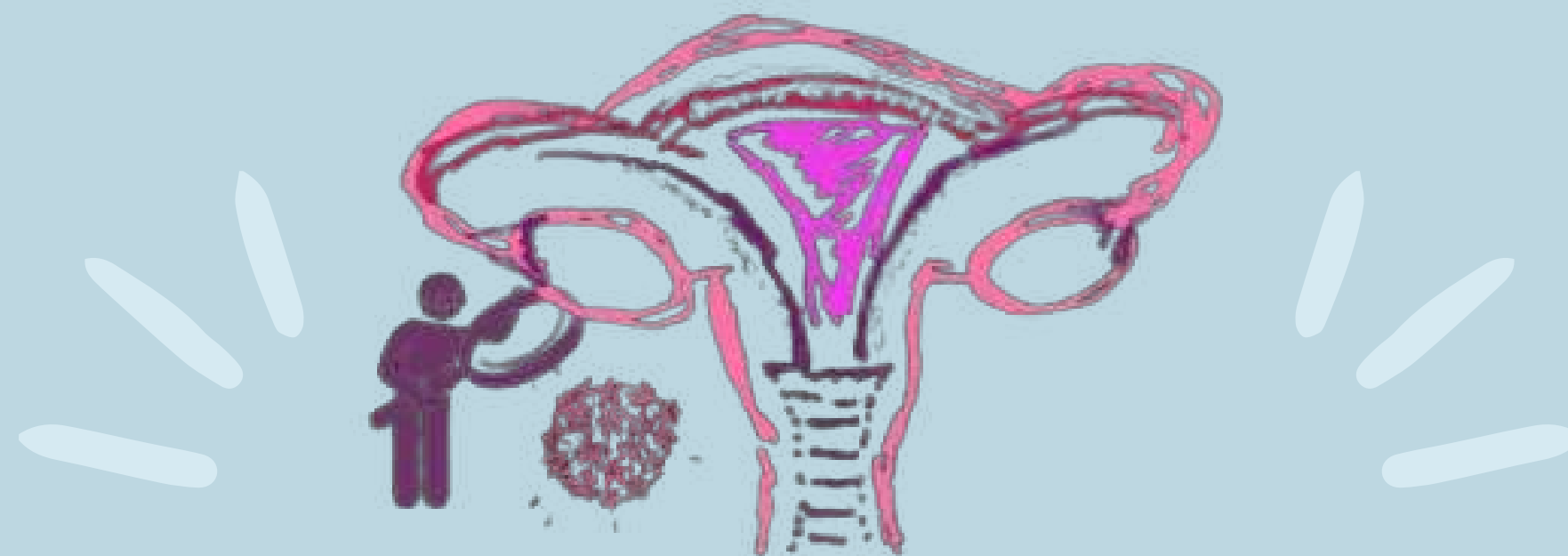
## ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ



Με την ευκαιρία της ανάλυσης που αφορά το ιατρικό και το ολιστικό – βιοψυχοκοινωνικό μοντέλο σας ενθαρρύνουμε να αναζητήσετε και να δείτε (ή να ξαναδείτε) την εξαιρετική ταινία «The Doctor» ή αλλιώς «Καλημέρα ζωή» παραγωγής 1991. Προαιρετικά επίσης θα θέλαμε μια σύντομη ανατροφοδότηση για τα μηνύματα που εκπέμπονται σε αυτήν, μέσα στο χρονικό πλαίσιο αυτής της ενότητας.



# ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ!



**HPV AWARENESS**

2023-1-EL02-ESC30-SOL-000143815

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Σώματος Αλληλεγγύης. Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε η χορηγούσα αρχή μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνες για αυτές.»



Funded by the  
European Union