

## CONSIDERAȚII PRIVIND NIVELUL DE CUNOAȘTERE A ELEVILOR DIN CL. IV-a A ASPECTELOR REFERITOR LA MODUL SĂNĂTOS DE VIAȚĂ

Bahnarel Ion<sup>1</sup> – dr. hab. med., prof. univ.,

Zepca Victor<sup>1</sup> – dr. med., conf. univ.,

Meșina Victor<sup>2</sup> – dr. med.,

Cazacu-Stratu Angela<sup>2</sup> – dr. med.,

<sup>1</sup>Centrul Național de Sănătate Publică.,

<sup>2</sup>USMF „Nicolae Testemițanu”

E-mail: angelacazacustratu@gmail.com, tel.: (022)205-463

### Rezumat

Formarea deprinderilor practice de igienă personală, însușirea principiilor unui mod sănătos de viață, cunoașterea structurii și funcționării organismului uman în stare sănătoasă și în caz de boală - obiective care sunt consolidate în procesul educativ și instructiv din instituțiile preuniversitare.

**Cuvinte-cheie:** igienă personală, mod sănătos de viață, elevi

### Summary: Considerations on the level of knowledge of pupils of the aspects of a healthy lifestyle

Practical skills training personal hygiene, learning the principles of a healthy life, knowledge of human body structure and function in healthy condition and sickness-goals that are reinforced in the education and training in schools.

**Keywords:** personal hygiene, healthy lifestyle, pupils

### Резюме: Размышления по поводу уровня знаний школьников IV класса аспектов здорового образа жизни

Формирование практических навыков личной гигиены, обучение принципам здорового образа жизни, изучение строения и функции человеческого организма в здоровом состоянии и в случае болезни. Эти задачи решаются в процессе получения образования и профессиональную подготовку в школах.

**Ключевые слова:** личная гигиена, здоровый образ жизни, учащиеся

### Introducere

Starea sănătății populației, în special a copiilor, reprezintă un indice integral al dezvoltării sociale a țării, o reflectare a bunăstării social-economice. Copiii își acumulează primele experiențe în familie, fiind consolidate la școală [1]. Ceea ce însușesc în primii ani de școală stă la baza dezvoltării complexe a individului. Părinții de azi au nevoie de susținere pentru a rezolva problemele generale de educația igienică a copilului. Doar o susținere profesional organizată poate ajuta părinții. În efectuarea educației sanitare se parcurg trei stadii succesive, independente dar absolut obligatorii în formarea unei concepții și comportament igienic corespunzător:

1. Stadiul teoretic – cognitiv – se referă la informarea individului cu noțiuni și cunoștințe despre fenomenele sănătății și bolii.

2. Stadiul afectiv-emoțional constă în formarea dorinței de aplicare a normelor igienice în așa fel, încât efectuarea practică a acestora să fie însoțită de o veritabilă satisfacție cotidian necesară.

3. Stadiul practic urmărește formarea deprinderilor igienice, a capacității de practică sanitară utilizată în folosul sănătății proprii și a sănătății colective.

Realizarea educației igienice în școală pornește de la o serie de principii generale „orientative” pentru activitatea educativă a cadrelor didactice.

1. Educația igienică trebuie să se ocupe de formarea practică a comportamentului igienic astfel, încât copiii să știe ce trebuie să facă în problemele de sănătate de ce, cum, să vrea să facă, să participe efectiv, iar efectuarea să le producă mulțumire.

2. Motivațiile constituie condiția esențială fără de care aplicarea în practică a cunoștințelor devine irealizabilă. Motivația la vârsta școlară se va baza pe interesele specifice ale elevilor în funcție de satisfacțiile imediate pe care practicarea regulilor de igienă le poate aduce. Pentru copii „sănătatea” este o noțiune abstractă și nu poate constitui o motivație suficient de convingătoare care să-i determine la aplicarea regulilor de igienă. În schimb, ideea de sănătate ca mijloc de realizare a unor dorințe (de a se juca, de a câștiga în competiții sportive, de a avea putere, rezistență, dezvoltare fizică armonioasă, chiar frumusețe) reușește să capteze interesul copiilor.

3. Formarea deprinderilor igienice necesită o acțiune educativă, de durată. Odată formate, obișnuințele se mențin prin întăriri repetate. Abordarea reîntâlnirii

unor obișnuințe formate, trebuie să se facă prin alte mijloace și cu alt conținut decât în stadiul inițial de formare a acestora.

### Material și metode

Studiul a fost efectuat pe un eșantion de 200 elevi din clasele a IV-a din diferite localități ale Republicii Moldova. Repartizarea respondenților în funcție de mediul de reședință este urban - 82 elevi, rural - 118 elevi. S-a efectuat anchetarea elevilor din mun. Chișinău (școala primară nr.83, școala primară nr.9, liceul „O. Ghibu”, liceul „M. Viteazul”, Liceul „N. Sulac”), din instituțiile de învățământ preuniversitar din r-nul Râșcani (s. Mihăileni și Zăicani), r-nul Drochia (s. Nicoreni), r-nul Orhei (s. Morozeni), r-nul Hîncești (LT Mingir), r-nul Anenii Noi (LT „M. Eminescu”), r-nul Ștefan Vodă (LT Caplani), r-nul Cahul (s. Burlacu și Crihana Veche).

Evaluarea a avut la bază un chestionar elaborat de colaboratorii laboratorului științific „Igiena copiilor și adolescenților” al CNSP.

### Rezultate și discuții

Școala reprezintă un loc ideal pentru difuzarea cunoștințelor igienice în rândul populației de copii, fiind o instituție cu mare autoritate morală, care poate oferi informație bine argumentată cu folosirea diferitor metode. Programele de învățământ din școli dobândesc la nivel psihologic individual recunoașterea oficială a importanței educației igienice pentru viața individului [2].

Realizate în perioada preșcolară, deprinderile igienice vor fi consolidate și amplificate corespunzător noilor condiții și cerințe, în perioada școlară (clasa I-IV).

Utilizând o mare diversitate de forme ca: 5 minute de control igienic, lecții educativ-sanitare în cadrul

orelor de dirigenție, convorbiri cu elevii, difuzare de broșuri, afișare de materiale educative, concursuri, diapozitive, diafilme etc. se asigură fixarea cunoștințelor transmise în cadrul lecțiilor contribuind la creșterea nivelului de cultură sanitară a elevilor. O activitate concordantă se impune în acest sens și familiei care trebuie să ofere copiilor condiții și comportament igienic corespunzător. Astfel, în contextul celor expuse anterior, prezintă interes evaluarea cunoștințelor și abilităților copiilor școlarizați.

Studiul cuprinde elevi din 14 instituții de învățământ preuniversitar (5 din mediul urban și 9 din cel rural), (fig. 1).

Prima întrebare adresată elevilor a fost - **poți să împrumuți cușma de la un prieten, dacă îți este frig**. Analiza răspunsurilor a constatat că: „adevărat” au răspuns 25% din chestionați (24,4% oraș și 25,4% sat), „fals” – 72 % (73,2% oraș și 71,2% sat), 3% nu au dat răspuns (fig. 2).

Fiind întrebați - **rosul unghiilor cu dinții dăunează sănătății tale** (fig. 3) - 81,5% din respondenți (84,4% oraș și 79,7% sat) au răspuns „adevărat”, pentru afirmația „fals” au optat 16,5%, iar 2% nu au dat răspuns.

Răspunsurile oferite la întrebarea **trebuie să faci duș doar atunci când cineva îți indică acest lucru** 5,5% din elevii chestionați au răspuns afirmativ (1,2% oraș și 8,5% sat), 92% au considerat „fals” (97,6% oraș și 88,1% sat ). Aceste date demonstrează clar că elevii posedă cunoștințe înalte referitor la igiena corpului și sunt conștienți de faptul că anumite acțiuni trebuie să le practice fără o supraveghere strictă.

La întrebarea **când te speli pe mâini**, după cum se observă din fig. 4 răspunsurile elevilor sunt mai

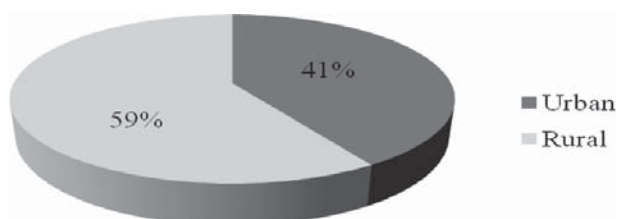


Figura 1. Repartizarea elevilor după mediul de reședință

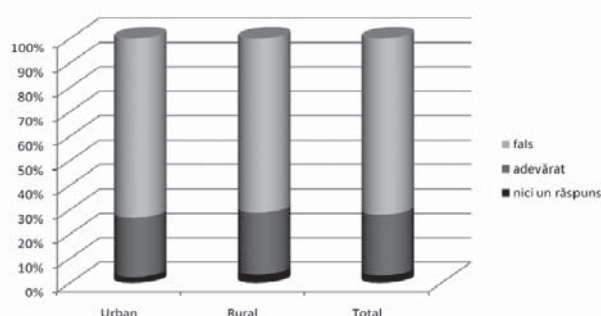


Figura 2. Poți să împrumuți cușma de la un prieten, dacă îți este frig

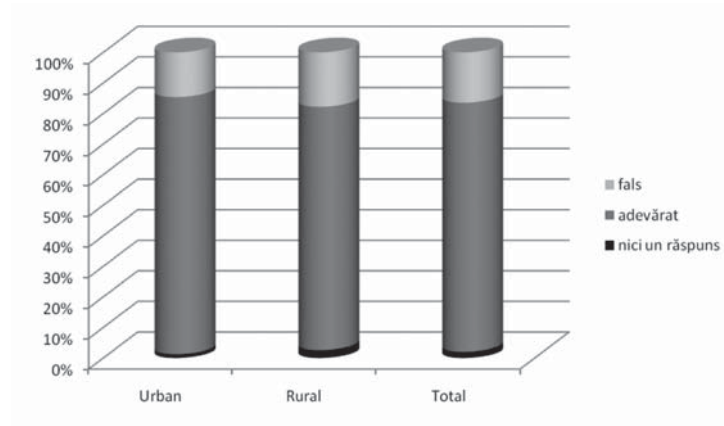


Figura 3. Rosul unghiilor cu dinții dăunează sănătății tale

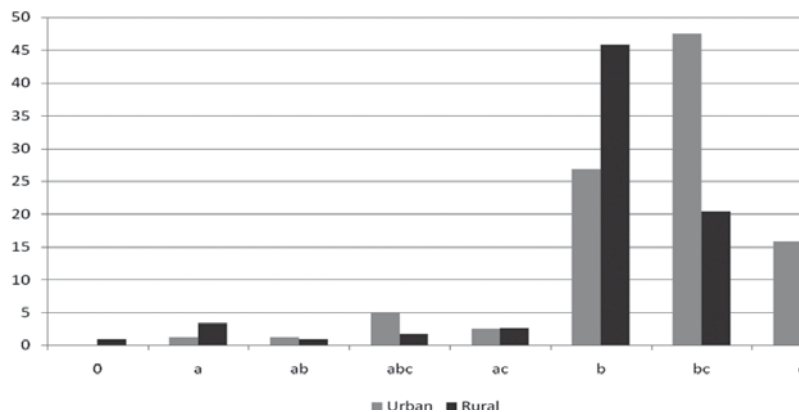


Figura 4. Când te speli pe mâini (a - înainte de joacă; b - de fiecare dată când mâinile sunt murdare; c - înainte de masă), %

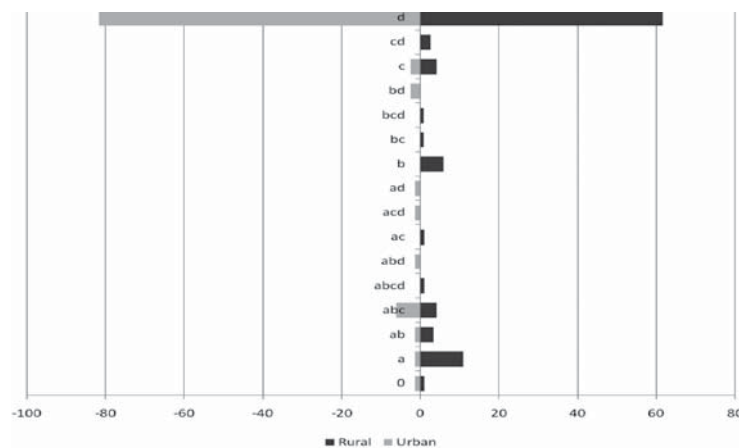


Figura 5. Care din aceste activități poate fi dăunătoare sănătății tale (a - exerciții fizice; b - toaleta de dimineață; c - plimbările; d - vizionarea emisiunilor televizate), %

variate. Mai frecvent e afirmația de fiecare dată când mâinile sunt murdare cu 38% (26,8% oraș și 45,8% sat), urmată de răspunsurile de fiecare dată când mâinile sunt murdare și înainte de masă cu 31,5% (47,6% oraș și 20,3% sat).

O situație absolut distanțată atestăm pentru varianta *vizionarea emisiunilor televizate* la întrebarea **care din activități poate fi dăunătoare sănătății tale** unde sunt înregistrate 70% afirmații cu o pondere de 81,7% la elevii din mediul urban și 61,9% la

cei din mediul rural, (fig. 5). Alte variante de răspuns *exerciții fizice, toaleta de dimineață, plimbările* au cote de la 0,5% până la 7%. Reieșind din aceste date constatăm că elevii sunt bine informați la capitolul activităților ce pot influența starea lor de sănătate.

Cunoștințele anatomice ale elevilor au fost apreciate în baza unui desen anatomic, elevii fiind rugați să scrie organele indicate prin săgeată (I - creierul; II - inima). Însă s-a dovedit faptul că acesta este un capitol mult mai necunoscut pentru ei. Astfel, din

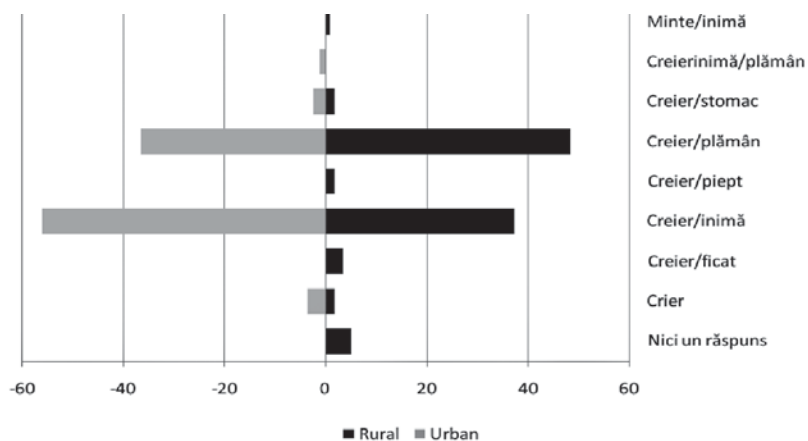


Figura 6. Organele interne ale omului, %

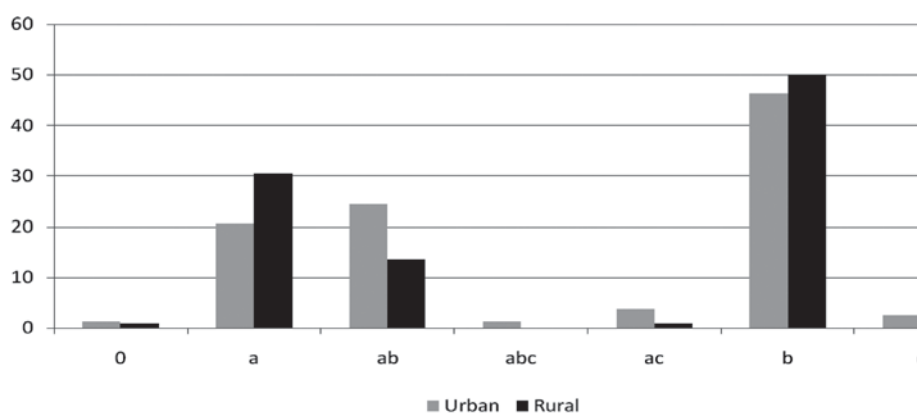


Figura 7. Numărul de telefon care trebuie să-l formezi pentru a apela la serviciul de asistență medicală, %

numărul total de respondenți, 45% au indicat creier/inimă (56,1% oraș și 37,9% sat) (fig. 6). De menționat că cuvântul *creier* este prezent în 99,5% din cazuri, iar pentru suportul II - au mai indicat: ficat, piept, plămân, stomac. Se observă că pentru răspunsul creier/plămân au optat 43,5% (36,6% oraș și 48,3% sat).

Un interes deosebit prezintă răspunsurile date la întrebarea numărul de telefon care trebuie să-l formezi pentru a apela la serviciul de asistență medicală. Analiza afirmațiilor reprezentate în figura 7 atestă că majoritatea elevilor au indicat răspunsul corect indicând varianta **903**. Acest răspuns demonstrează că 77% (76,8% oraș și 77,1% sat) din chestionați în caz de necesitate vor alerta corect serviciul necesar. Însă, cu mare regret constatăm că, 23% (23,2% din mediul urban și 22,9% din mediul rural) nu sunt informați temeinic în privința problemei date. Menționăm că 6,5% nu au dat nici un răspuns.

**Concluzii:**

1. Gradul de cunoaștere a elevilor clasei a IV-a a problemelor cu privire la modul sănătos de viață este de un nivel satisfăcător.
2. Abilitățile igienice ale elevilor din mediul urban sunt puțin mai înalte comparativ cu cei din mediul rural.

**Bibliografie**

1. Habășescu Ion. *Igiena copiilor și adolescenților* (Lucrări practice). Chișinău 2009, p. 50-53.
2. Zepca V., Gutțul A., Voina Tatiana, Tcaci A. *Formarea convingerilor și deprinderilor cultural-igienice la copii și adolescenți*. Materialele conferinței Științifice „Actualități în Medicina Preventivă”. Chișinău, 1998. p. 329-330.