

"Женщина — модель здоровья": федеральный проект по повышению грамотности населения в вопросах здоровья

Лопатина М. В., Усова Е. В., Концевая А. В., Ипатов П. В., Драпкина О. М.

ФГБУ "Национальный медицинский исследовательский центр терапии и профилактической медицины" Минздрава России. Москва; Российское общество профилактики неинфекционных заболеваний (РОПНИЗ). Москва, Россия

Ключевые слова: укрепление общественного здоровья, грамотность в вопросах здоровья, женщина — модель здоровья.

Отношения и деятельность: нет.

Поступила 26/04-2023

Принята к публикации 03/05-2023



Для цитирования: Лопатина М. В., Усова Е. В., Концевая А. В., Ипатов П. В., Драпкина О. М. "Женщина — модель здоровья": федеральный проект по повышению грамотности населения в вопросах здоровья. *Кардиоваскулярная терапия и профилактика*. 2023;22(5):3585. doi:10.15829/1728-8800-2023-3585. EDN ZUOEQS

"Woman — Health Model": Federal Project for health literacy promotion

Lopatina M. V., Oussova E. V., Kontsevaya A. V., Ipatov P. V., Drapkina O. M.

National Medical Research Center for Therapy and Preventive Medicine. Moscow; Russian Society for the Prevention of Non-Communicable Diseases (ROPNIZ). Moscow, Russia

Keywords: public health promotion, health literacy, woman health model.

Relationships and Activities: none.

Lopatina M. V.* ORCID: 0000-0001-6572-0592, Oussova E. V. ORCID: 0000-0002-6822-1681, Kontsevaya A. V. ORCID: 0000-0003-2062-1536, Ipatov P. V. ORCID: 0000-0001-7724-6429, Drapkina O. M. ORCID: 0000-0002-4453-8430.

*Corresponding author: ms.lopatinamaria@yandex.ru

Received: 26/04-2023

Accepted: 03/05-2023

For citation: Lopatina M. V., Oussova E. V., Kontsevaya A. V., Ipatov P. V., Drapkina O. M. "Woman — Health Model": Federal Project for health literacy promotion. *Cardiovascular Therapy and Prevention*. 2023;22(5):3585. doi:10.15829/1728-8800-2023-3585. EDN ZUOEQS

ЗОЖ — здоровый образ жизни, ФГБУ "НМИЦ ТПМ" Минздрава России — Федеральное государственное бюджетное учреждение "Национальный медицинский исследовательский центр терапии и профилактической медицины" Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Состояние здоровья в значительной мере определяет качество жизни человека. Это значимый социально-экономический ресурс и основа национальной безопасности страны [1]. Комплекс мер, направленных на профилактику и контроль заболеваний, сохранение и укрепление здоровья граждан является одной из приоритетных сфер государственной политики в РФ¹.

¹ Федеральный закон от 21 ноября 2011г № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации". https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_121895/.

*Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):

e-mail: ms.lopatinamaria@yandex.ru

[Лопатина М. В.* — к.м.н., руководитель лаборатории интегрированных программ профилактики; руководитель секции "Грамотность в вопросах здоровья", ORCID: 0000-0001-6572-0592, Усова Е. В. — с.н.с. лаборатории интегрированных программ профилактики, ORCID: 0000-0002-6822-1681, Концевая А. В. — д.м.н., доцент, зам. директора по научной и аналитической работе, ORCID: 0000-0003-2062-1536, Ипатов П. В. — д.м.н., профессор, в.н.с. научно-организационного отдела, ORCID: 0000-0001-7724-6429, Драпкина О. М. — д.м.н., профессор, академик РАН, директор, ORCID: 0000-0002-4453-8430].

Задачи, обозначенные Указом Президента РФ от 7 мая 2018г № 204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года"², а также национальным проектом "Демография", направленные на повышение числа граждан РФ, привержен-

² Указ Президента РФ от 07.05.2018 № 204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года". <https://mvd.consultant.ru/documents/1056500>.

ных здоровому образу жизни (ЗОЖ)³, могут быть успешно реализованы, в значительной степени при условии формирования культуры ответственного отношения граждан к своему здоровью, что также закреплено в поправках к Конституции РФ⁴. Этому способствует повышение уровня грамотности населения в вопросах здоровья [2].

Понятие термина "грамотность в вопросах здоровья" (health literacy) подразумевает умение находить информацию в отношении здоровья, понимать и критически ее оценивать, соотносить с собственной жизненной ситуацией и использовать в своих целях для поддержания и укрепления здоровья [3].

Развитие системы укрепления общественно-го здоровья населения в РФ определяет необходимость реализации эффективных мер в этой области, базирующихся на межсекторальном/межведомственном взаимодействии. Одним из основных уровней, позволяющих сформировать устойчивые межведомственные связи и эффективно интегрировать детерминанты ЗОЖ в социальный контекст, является муниципальный уровень.

С этой целью в ФГБУ "Национальный медицинский исследовательский центр терапии и профилактической медицины" Министерства здравоохранения Российской Федерации (ФГБУ "НМИЦ ТПМ" Минздрава России) был разработан проект "Женщина — модель здоровья" при поддержке Российского общества профилактики неинфекционных заболеваний (РОПНИЗ) и Евразийского Женского форума при Совете Федерации Федерального Собрания РФ.

Повышение грамотности в вопросах здоровья представляется важной задачей, затрагивающей все сферы общественной жизни и требующей широкого участия — сектора здравоохранения, образования, работодателей, науки, средств массовой информации, торговли, технологий и других социальных секторов общества. Это также обеспечивает реализацию справедливого подхода к укреплению здоровья и широкий охват населения там, где они живут, учатся, работают, делают покупки, отдыхают, чтобы никого не оставить без внимания⁵.

В связи с этим меры, направленные на формирование ценностного отношения к здоровью,

повышение грамотности в вопросах здоровья различных групп населения, являются значимой деятельностью специалистов в области укрепления общественного здоровья.

Роль женщины в укреплении здоровья населения

В современном мире людей окружает изобилие информации о здоровье, как достоверной, так и ложной, которая может ввести в заблуждение и даже навредить здоровью [4]. В связи с этим требуется иметь навыки поиска надежной информации, ее понимания, критической оценки и использования в повседневной жизни, принятия решений в жизненных ситуациях в отношении здоровья своего и своих близких⁶. Эти навыки и решения определяются уровнем грамотности в вопросах здоровья, которая признана Всемирной организацией здравоохранения одной из важнейших детерминант здоровья [5, 6].

Грамотность в вопросах здоровья женщины является важным элементом ее участия в мероприятиях по укреплению здоровья и профилактике заболеваний как для себя, так и для своего окружения, своей семьи. Это позволяет женщинам замечать проблемы со здоровьем, своевременно обращаться за медицинской помощью, заботиться о здоровье в различных ситуациях и на разных этапах жизни: вступление во взрослую жизнь, замужество и создание семьи, беременность и рождение детей, работа и карьера, уход за родителями, выход на пенсию и т.д. [7].

Именно женщина способна стать проводником культуры ответственного отношения к здоровью в семье и выполнять следующие задачи:

- контроль и воздействие на факторы риска заболеваний (питание, физическая активность, контроль вредных привычек);
- формирование мотивации у всех членов семьи к соблюдению ЗОЖ и ответственному отношению к своему здоровью;
- контроль за своевременным прохождением членами семьи медицинских обследований и вакцинации;
- контроль приверженности к лечению в случае заболевания;
- формирование благоприятного комфортно-го психологического климата в семье.

Как отмечают социологи, женская модель поведения в отношении здоровья отличается большей гибкостью к изменению условий. Среди женщин в 1,4 раза больше, чем среди мужчин тех, кто всегда следует рекомендациям профилактического характера [8, 9].

Женщина является, своего рода, моделью здоровья в своем сообществе. Понятие "модель" здоровья подразумевает, что женщина, будучи сама

³ Национальный проект "Демография"; Паспорт утвержден президентом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018г № 163). <https://mintrud.gov.ru/ministry/programms/demograp>.

⁴ Конституция Российской Федерации с изменениями 2022 года. <http://duma.gov.ru/news/55446/>.

⁵ Kickbusch I, Pelikan JM, Apfel F, Tsouros AD. Health literacy: the solid facts. Copenhagen: Regional Office for Europe, WHO; 2013. http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0010/254377/Health_Literacy_RU_web.pdf?ua=1.

⁶ United Nations. Tackling the health literacy challenge in an infodemic <https://research.un.org>.

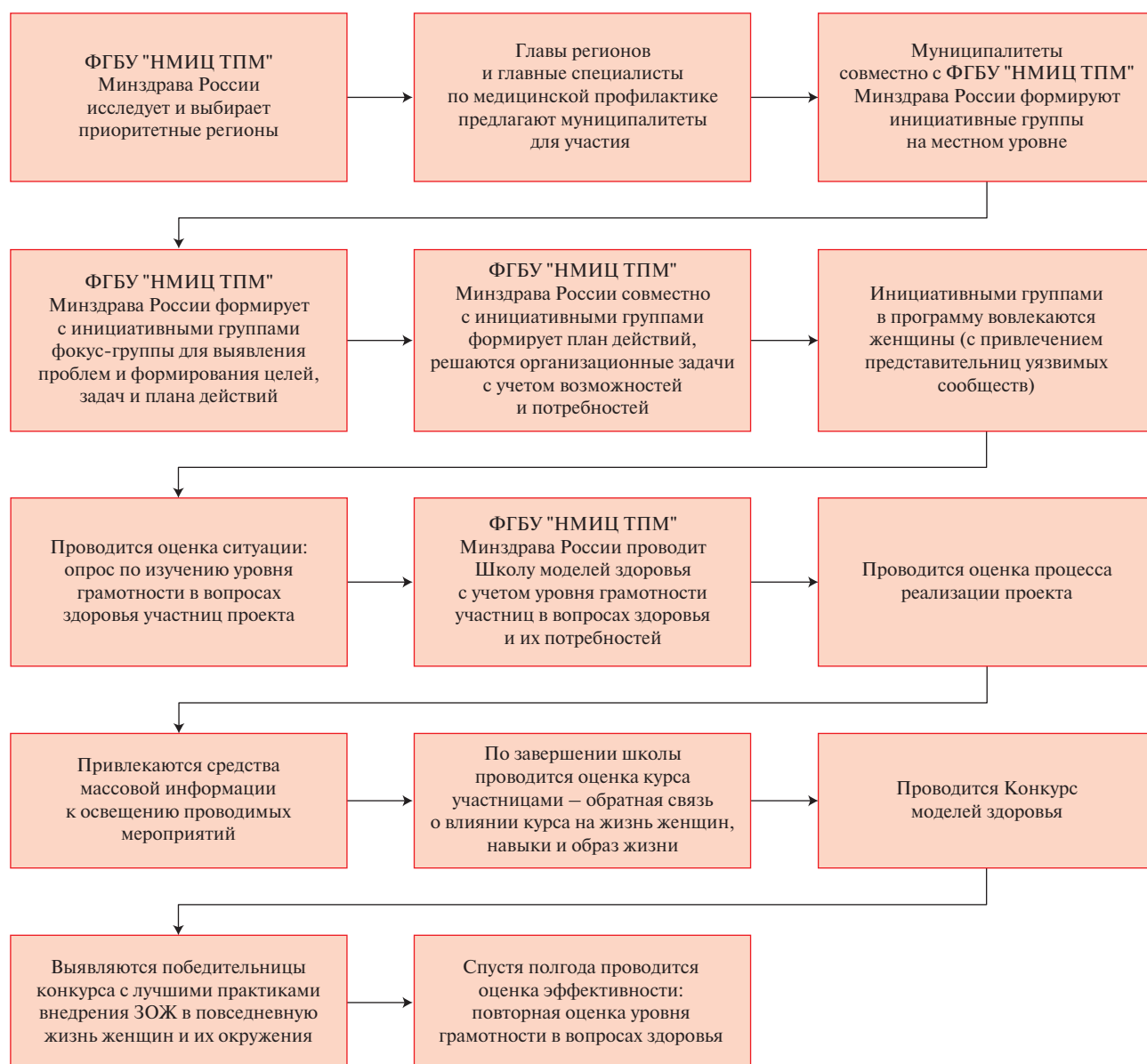


Рис. 1 Маршрут реализации проекта "Женщина — модель здоровья".

приверженной ЗОЖ, является примером для своей семьи и близких, для своего окружения. Важно отметить, что слово "модель" женского рода, вместо таких широко применяемых в отношении женщин понятий мужского рода, как: "лидер", "амбассадор", "наставник", "мотиватор", "адепт" и т.д. Кроме того, понятие "модель здоровья" является своего рода противопоставлением привычному образу модели, которая не всегда представляет собой образ здоровья, а напротив, нездоровые модели поведения, моды на худобу и нарушения пищевого поведения.

Следовательно, повышение уровня грамотности женщин в вопросах здоровья влечет за собой повышение их ответственности и положительное влияние на здоровье семьи и общества.

Описание проекта

В 2023г в ФГБУ "НМИЦ ТПМ" Минздрава России разработан и проводится федеральный проект "Женщина — модель здоровья". Цель проекта — повышение грамотности женщин в возрасте ≥ 18 лет в вопросах здоровья, направленное на формирование ЗОЖ и здоровых привычек, обучение навыкам коммуникации с окружающими о здоровье в доступной форме и вовлечение их в ЗОЖ своим примером.

Проект соответствует одному из основных направлений Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2023-2030гг "Сохранение здоровья женщин всех возрастов. Создание условий для повышения роли женщин в формировании здорового общества", инициированной в рамках Евразийского Женского Форума и подготовленной

Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации.

Реализация проекта будет способствовать достижению задач Стратегии по данному направлению, в частности:

- формированию у женщин ценности здоровья и ответственного отношения к своему здоровью;

- формированию у женщин приверженности к соблюдению ЗОЖ посредством разработки и реализации программ, направленных на создание условий для ведения ЗОЖ;

- повышению уровня грамотности женщин в вопросах здоровья, а также формированию мотивации для соблюдения ЗОЖ;

- обеспечению доступа женщин к полной, достоверной и понятной информации о профилактике заболеваний и ведению ЗОЖ;

- развитию программ активного долголетия, в т.ч. направленных на укрепление практик ЗОЖ среди женщин старшего поколения;

- интеграцию женщин старшего поколения в жизнь общества;

- поддержку инициатив женщин в сфере культуры и спорта, добровольческой деятельности женщин, направленной на пропаганду спорта, ЗОЖ и активного долголетия;

- стимулированию и поддержке участия женщин со средним и высшим медицинским образованием в формировании здорового общества⁷.

Проект включает 4 основных этапа:

1. Оценка ситуации: оценка уровня грамотности в вопросах здоровья участниц проекта;

2. Образовательный этап: обучающий курс "Школа моделей здоровья" по основам ЗОЖ и навыкам вовлечения своего окружения;

3. Конкурсный этап: конкурс моделей здоровья, на котором рассматриваются и выявляются инициативы женщин по реализации мероприятий, направленных на укрепление здоровья и формирование ЗОЖ в своем окружении;

4. Завершающий этап: оценка эффективности и влияния реализации проекта.

Маршрут реализации проекта "Женщина — модель здоровья" представлен на рисунке 1.

Оценка уровня грамотности женщин в вопросах здоровья проводится по валидированному опроснику "Грамотность в вопросах здоровья", включающему оценку навыков поиска, понимания, оценки и использования информации о здоровье в повседневной жизни, оценку поведения в отношении здоровья, опыта использования медицинских услуг,

а также навыков ориентирования в услугах и специалистах системы здравоохранения [10].

Школа моделей здоровья

В рамках образовательного этапа ведущими экспертами ФГБУ "НМИЦ ТПМ" Минздрава России разработан и реализуется обучающий курс "Школа моделей здоровья" по практическим основам формирования ЗОЖ, навыкам обработки информации о здоровье и методам вовлечения в ЗОЖ окружающих. Слушательницы курса обучаются в доступной коммуникативной форме доносить информацию населению различных возрастных групп и социального положения о сохранении и укреплении здоровья. В своих лекциях и рекомендациях эксперты учитывают специфику региона и уровень грамотности участниц в вопросах здоровья, который оценивался до начала курса.

Отдельное направление школы моделей здоровья направлено на женщин-медиков с целью формирования культуры ЗОЖ среди медицинских работников.

Обучающий курс состоит из 5 основных блоков:

1. Основы ЗОЖ.
2. Основы здорового питания.
3. Физическая активность.
4. Жизнь без вредных привычек.
5. Психическое здоровье и благополучие.

Школа моделей здоровья подразумевает онлайн-формат обучения, вебинары, мастер-классы (например, по сбору здоровой продуктовой корзины и приготовлению здоровых блюд, по рациональному наполнению холодильника и хранению в нем продуктов, по выполнению физических упражнений с учетом возраста и целей), семинары "вопрос-ответ". В рамках Школы женщинам предоставляется актуальная информация об основах укрепления здоровья и о том, что ЗОЖ — это просто и доступно. Проводятся тренинги по навыкам вовлечения окружения в ЗОЖ с адаптацией к контексту местного сообщества, навыкам цифровой и навигационной грамотности в вопросах здоровья.

После проведения обучающего курса проводится тестирование слушательниц и выдается соответствующий сертификат.

В дальнейшем слушательницы, прошедшие обучающий курс, могут участвовать в третьем этапе — "Конкурс моделей здоровья", на котором участницы представляют свои инициативы и проекты по приверженности к ведению ЗОЖ, внедрению полученных знаний и навыков в жизнь и вовлечению в ЗОЖ своего окружения. Призеры определяются по итогам конкурса и получают ценные призы и дипломы моделей здоровья.

В настоящее время пилотная версия проекта реализуется в 13 муниципальных образованиях Ямало-Ненецкого автономного округа в партнер-

⁷ Национальная стратегия действий в интересах женщин на 2023-2030 годы; утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 декабря 2022г. № 4356-п; <https://mintrud.gov.ru/ministry/programms/37/4>.

стве с ГБУЗ "Центр общественного здоровья и медицинской профилактики" Ямало-Ненецкого автономного округа среди >2 тыс. участниц, включая жительниц Крайнего Севера. В реализацию проекта активно включены главы муниципалитетов, которые обеспечивают информационную поддержку и призы победительницам конкурса. Женщин-моделей здоровья будут приглашать на общественные мероприятия, бесплатные медицинские обследования, предоставлять абонементы в спортзалы. А Ямальский центр общественного здоровья и медицинской профилактики будет и далее по окончании конкурса продолжать поддерживать созданное сообщество женщин, регулярно проводить для них встречи с врачами, мастер-классы по приготовлению блюд здорового питания, психологические тренинги.

Разработчики проекта планируют расширять географию реализации и масштабировать его на другие регионы России.

Заключение

Проект "Женщина — модель здоровья" представляет собой практику, направленную на повы-

шение грамотности женщин в вопросах здоровья и формирование культуры ответственного отношения к здоровью через активных и приверженных ЗОЖ женщин на уровне местных сообществ. Проект имеет важное социальное значение как для самих женщин, так и их окружения.

Данная инициатива не имеет ограничений по возрасту, месту жительства, социально-экономическому статусу, уровню образования, происхождению и отвечает принципу справедливости и доступности информации для всех. Проект использует подход таргетирования информации под конкретную целевую группу населения и ее потребности, вовлечения и активного участия в разработке и реализации планируемых мероприятий, межсекторального подхода и использования простого и понятного языка — основополагающего принципа к повышению грамотности в вопросах здоровья, а также оценку и мониторинг эффективности проводимых мероприятий.

Отношения и деятельность: все авторы заявляют об отсутствии потенциального конфликта интересов, требующего раскрытия в данной статье.

Литература/References

1. Kontsevaya AV, Kalinina AM, Ivanova ES, et al. Strengthening public health and medical prevention. Guidelines for Public Health and Medical Prevention Centers. Moscow: FSBI "NMIC TPM" of the Ministry of Health of Russia, 2021. 296 p. (In Russ.) Концевая А.В., Калинина А.М., Иванова Е.С. и др. Укрепление общественного здоровья и медицинская профилактика. Руководство для Центров общественного здоровья и медицинской профилактики. М.: ФГБУ "НМИЦ ТПМ" Минздрава России, 2021. 296 с. ISBN: 978-5-6046966-1-3.
2. Lopatina MV, Drapkina OM. Health literacy is coming to the forefront of the agenda in the prevention and control of non-communicable diseases. Preventive medicine. 2018;21(3):31-7. (In Russ.) Лопатина М.В., Драпкина О.М. Грамотность в вопросах здоровья выходит на передовые позиции повестки дня в профилактике и контроле неинфекционных заболеваний. Профилактическая медицина. 2018;21(3):31-7. doi:10.17116/profmed201821331.
3. Lopatina MV, Popovich MV, Kontsevaya AV, Drapkina OM. Studying foreign experience in measuring literacy in adult health issues at the population level. Preventive medicine. 2019;22(6-2):106-13. (In Russ.) Лопатина М.В., Попович М.В., Концевая А.В., Драпкина О.М. Изучение зарубежного опыта по измерению грамотности в вопросах здоровья взрослого населения на популяционном уровне. Профилактическая медицина. 2019;22(6-2):106-13. doi:10.17116/profmed201922062106.
4. Zarocostas J. How to fight an infodemic. The Lancet. 2020; 395:10225:676. doi:10.1016/S0140-6736(20)30461-X.
5. Marmot M, Friel S, Bell R, et al. Closing the gap in a generation: Health equity through action on the social determinants of health. The Lancet. 2008;372,9650:1661-9. doi:10.1016/S0140-6736(08)61690-6.
6. Nutbeam D, Lloyd JE. Understanding and Responding to Health Literacy as a Social Determinant of Health. The Annual Review of Public Health. 2021;42:3.1-3.15. doi:10.1146/annurev-publhealth-090419-102529.
7. Okan O, Bauer U, Levin-Zamir D, et al. International handbook of health literacy. Research, practice and policy across the lifespan. 2019. Policy Press Bristol. 764 p. ISBN: 978-1447344513.
8. Gordeeva SS. Gender differences in attitude to health: a sociological aspect. Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology. 2010;(2):113-20. (In Russ.) Гордеева С.С. Гендерные различия в отношении к здоровью: социологический аспект. Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2010;(2):113-20. EDN NBRTRR.
9. Malayev HM, Kononov OE, Filatova EV. Gender differences related to health and medical activity of patients with dorsopathies. Nauka molodykh (Eruditio Juvenium). 2018;6(1):39-52. (In Russ.) Малаев Х.М., Коновалов О.Е., Филатова Е.В. Гендерные различия отношения к здоровью и медицинской активности пациентов с дорсопатиями "НАУКА МОЛОДЫХ". 2018;6(1):39-52. doi:10.23888/HMJ2018139-52.
10. Lopatina MV, Popovich MV, Kontsevaya AV, Drapkina OM. Adaptation of the HLC19 European questionnaire on measuring literacy in health issues for Russia. Human ecology. 2021;(1):57-64. (In Russ.) Лопатина М.В., Попович М.В., Концевая А.В., Драпкина О.М. Адаптация европейского вопросника HLS19 по измерению грамотности в вопросах здоровья для России. Экология человека. 2021;(1):57-64. doi:10.33396/1728-0869-2021-1-57-64.