

Što znamo o mladima danas (ili što je samo naša percepcija) Isprepletenost rizičnih ponašanja

Zavod za javno zdravstvo „Dr. Andrija
Štampar“

Marina Kuzman
Zagreb, Split, 2014.



Rizična ponašanja

- Najopćenitija definicija je da je to svaka aktivnost za koju se može previdjeti barem jedan nesiguran ishod
(Fischhoff 1992)

Odluke o takvim ponašanjima ovise o

- Kognitivnom razvoju (kako osobe misle o svijetu)
- Afektivnom (osjećajnom) razvoju (kako se osjećaju u odnosu na svijet)
- Socijalnom razvoju (o ulogama koje drugi imaju u ljudskim životima)



Rizična ponašanja

Kognitivni razvoj:

- Kapacitet za razmišljanje o problemu
- Znanje o mogućim alternativnim rješenjima i njihovim posljedicama
- Vještine analiziranja alternativa

Afektivni razvoj:

- "vrući utjecaji" - strah, strast, ljutnja
- "hladni utjecaji" - razumnije sagledavanje želja (utjecaj "vrijednosti")

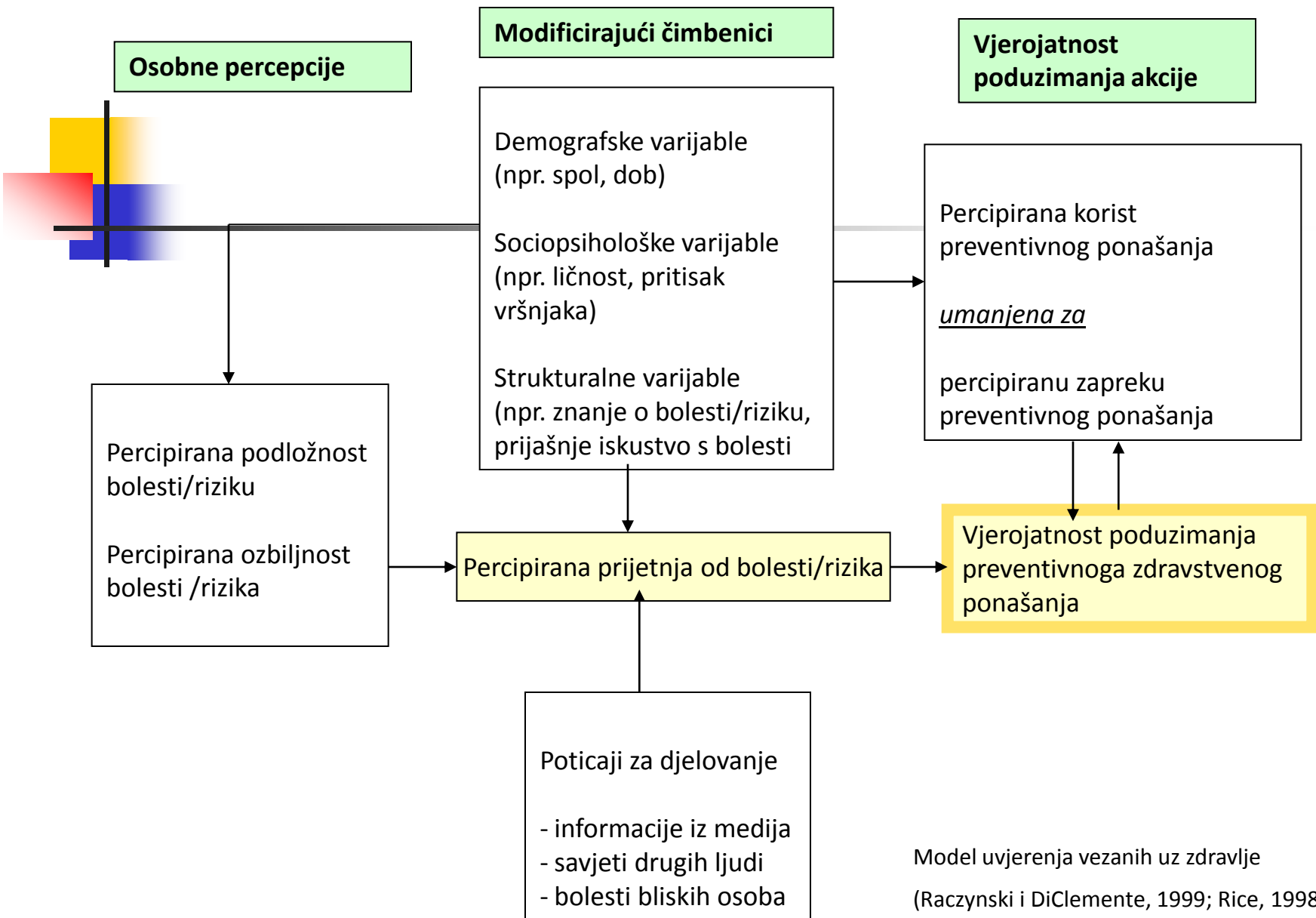
Socijalni razvoj:

- Uključivanje stavova društva prema rizičnom ponašanju u individualni proces donošenja odluka



Rizična ponašanja

- Pojedinci se suočavaju sa rizičnim izborima procjenjujući "dobiti" (kao užitak ili društveni ugled) i "cijenu" (kao neposredne ili dugoročne zdravstvene ili društvene posljedice)
- Ako je percepcija dobiti snažnija od cijene, rizici se poduzimaju; ako postoji nesigurnost u procjeni dobiti i cijene, procjenjuje se korist





Rizična ponašanja

- Pušenje
- Pijenje alkohola
- Uzimanje droga
- Vožnja pod utjecajem alkohola i/ili droge
- Rizična seksualna ponašanja
- Nepravilna prehrana i nedovoljno kretanje
- Delinkvencija i kriminal
- Napuštanje škole....



Poznate činjenice

Zdravstveni ishodi ovise

- O (rizičnim) zdravstvenim ponašanjima
- Djelotvornosti zdravstvenih resursa
- Okoline i konteksta koji podržava i osnažuje zdravlje populacije i pojedinca



Što su poželjna zdravstvena ponašanja

Preporuke izgledaju jednostavne

- Redovito vježbanje
- Pravilan odabir namirnica
- Održavanje poželjne tjelesne težine
- Vještina suočavanja sa stresom
- Nepušenje
- Umjerena konzumacija alkohola
- Odgovorno spolno ponašanje
- Unaprjeđenje komunikacije i mreže društvene podrške

Jednom stečene nezdrave navike moraju svjesnim procesom biti promijenjene, što je teška i komplicirana zadaća



Činjenica je...

Daleko je teže izmijeniti usvojeno ponašanje.....

Bilo bi jednostavnije osnažiti preventivne mjere usmjerene djeci i mladima



Opće ili specifično

- Preporuke o usvajanju zdravog načina življenja mogu se primijeniti na (gotovo) sve rizike
- Upozorenja o posljedicama su uglavnom specifična
- Što je djelotvornije?



Značajke primarne prevencije

- Multidisciplinarnost
- Usmjerenost primarnim uzrocima
- Uključenost što šire populacije
- Nespecifičnost
- Suradnja vladinog i nevladinog sektora
- Sloboda u odabiru aktivnosti



Novi/stari pogledi na preventivu

Pojmovi primarna, sekundarna i
tercijarna prevencija
nadopunjuju se pojmovima
univerzalne, selektivne i
indicirane prevencije

Univerzalna – opća populacija i
opća izloženost riziku

Selektivna – rizične skupine,
rizik procijenjen na razini
grupe

Indicirana – individualni rizik

Primarna

Univerzalna

Selektivna

Indicirana

Sekundarna

Tercijarna



Izvori podataka

- Nacionalna istraživanja ESPAD, HBSC
- Istraživanja među studentima (ESPAD studenti)
- Rutinski podatci zdravstvene statistike
- Javnozdravstveni registri
- SZO
- ECDC



Zašto su važni seksualni odnosi u adolescenciji

Seksualno ponašanje adolescenata je jedno od najvažnijih i najosjetljivijih područja ljudskog razvoja

Rizično seksualno ponašanje uvijek, a osobito u adolescenciji može imati neposredne i dugoročne neželjene posljedice

Motivi za stupanje u rane seksualne odnose najčešće su izvan konteksta seksualnosti

Djeca koja stupaju u rane seksualne odnose imaju i različite druge rizike



Seksualno ponašanje i predrasude

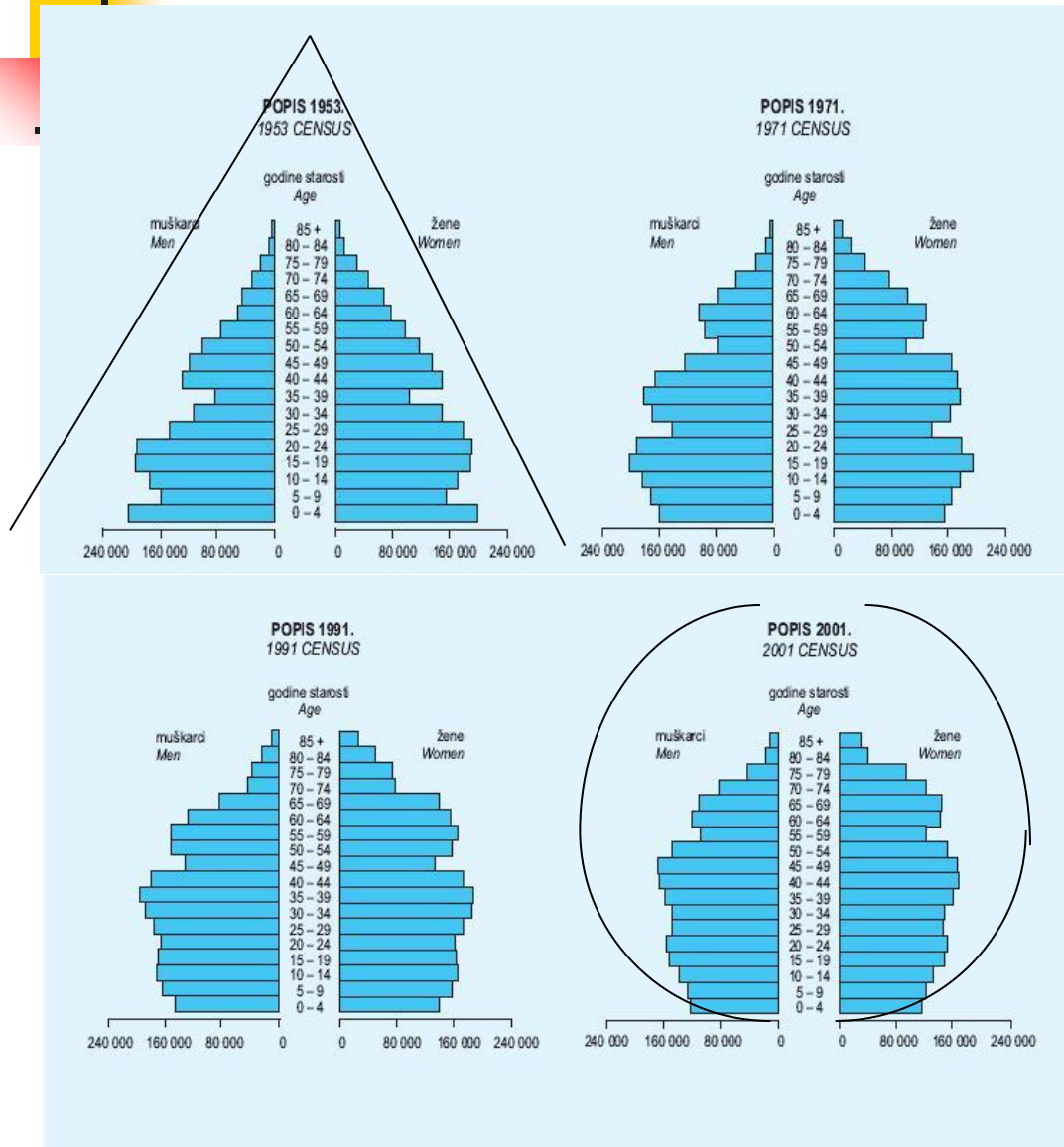
Mediji su puni tema o seksualnosti, no prave informacije su često nedostatne a osobni razgovor o seksu je u nekim sredinama i danas društveni tabu

Seksualno prenosive infekcije i danas nose stigmatu i podsvjesni osjećaj krivnje

Seksualna sloboda muškaraca je u pravilu veća no u žena

Od muškaraca se očekuje da budu seksualno asertivniji i aktivniji, no od djevojaka se očekuje da vode računa o sigurnosnim mjerama za sprječavanje trudnoće i/ili spolno prenosivih infekcija

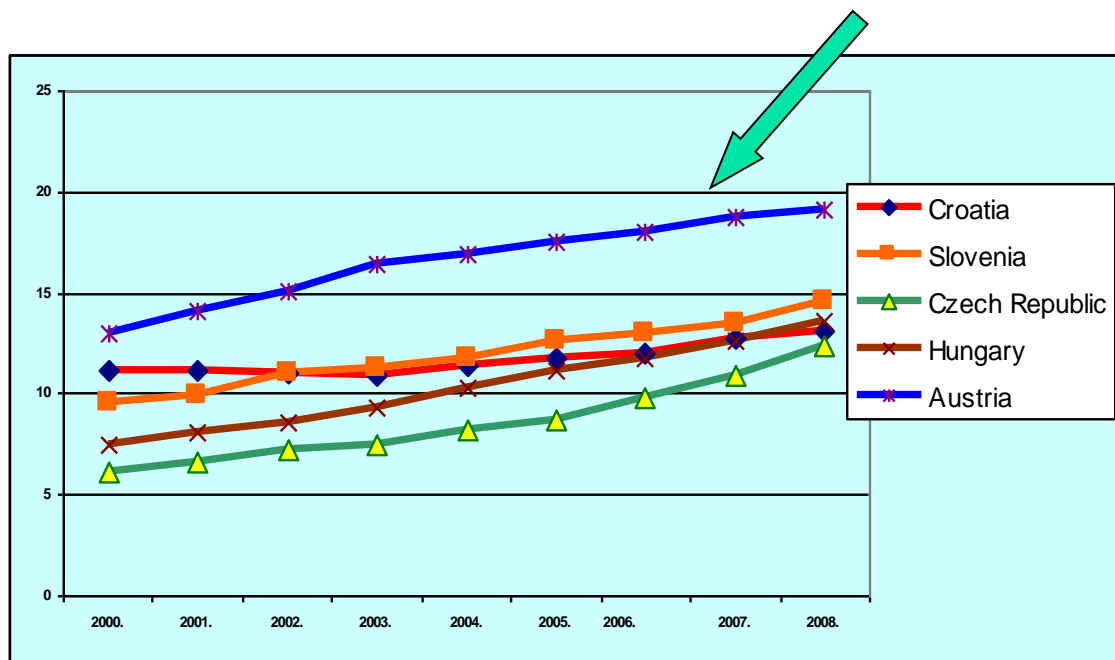
Što je budućnost?



"Drvo života"
hrvatskog
stanovništva
preoblikovano je
od piramide do
košnice

Mlađih i mladih
generacija sve je
manje, Hrvatska je
definitivno u
depopulacijskom
razdoblju -
prirodni pad od 2.3

...i još malo o budućnosti



Udio
novorođenčadi
koje su rodile
majke starije od
35 godina
povećava se u
većini europskih
zemalja, pa tako i
u Hrvatskoj

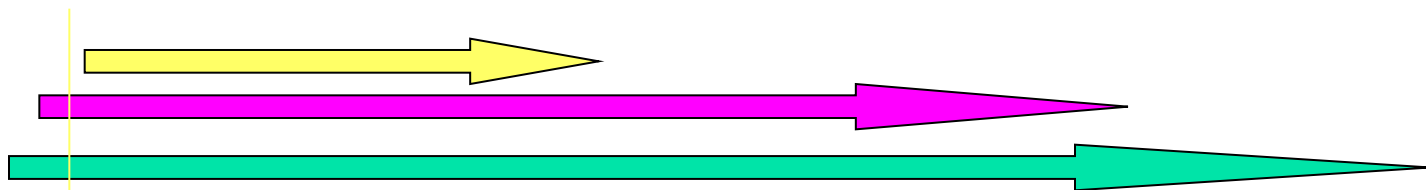


Koliko traje to rizično razdoblje

Prosječna dob stupanja u seksualne odnose je prema dostupnim podacima 16-17 godina

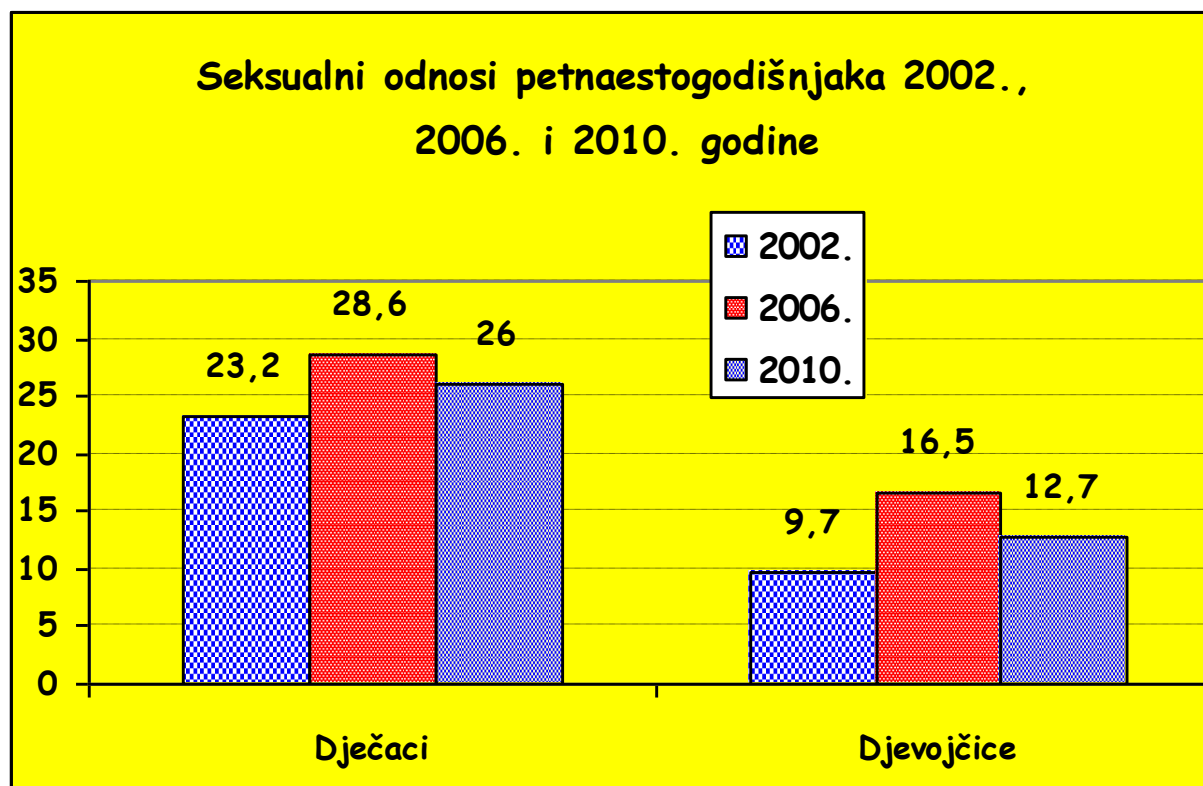
No odlaganje stupanja u brak i odluke o djeci produžava razdoblje predbračne seksualne aktivnosti i potencijalnih rizika

12 14 16 18 20 22 24 26 28 30 32 34



Poruka o potrebi očuvanja reproduktivnog zdravlja mora dobiti drugačije značenje

Koliko traje to rizično razdoblje



■ Izvor: HBSC2002;2006;2010.

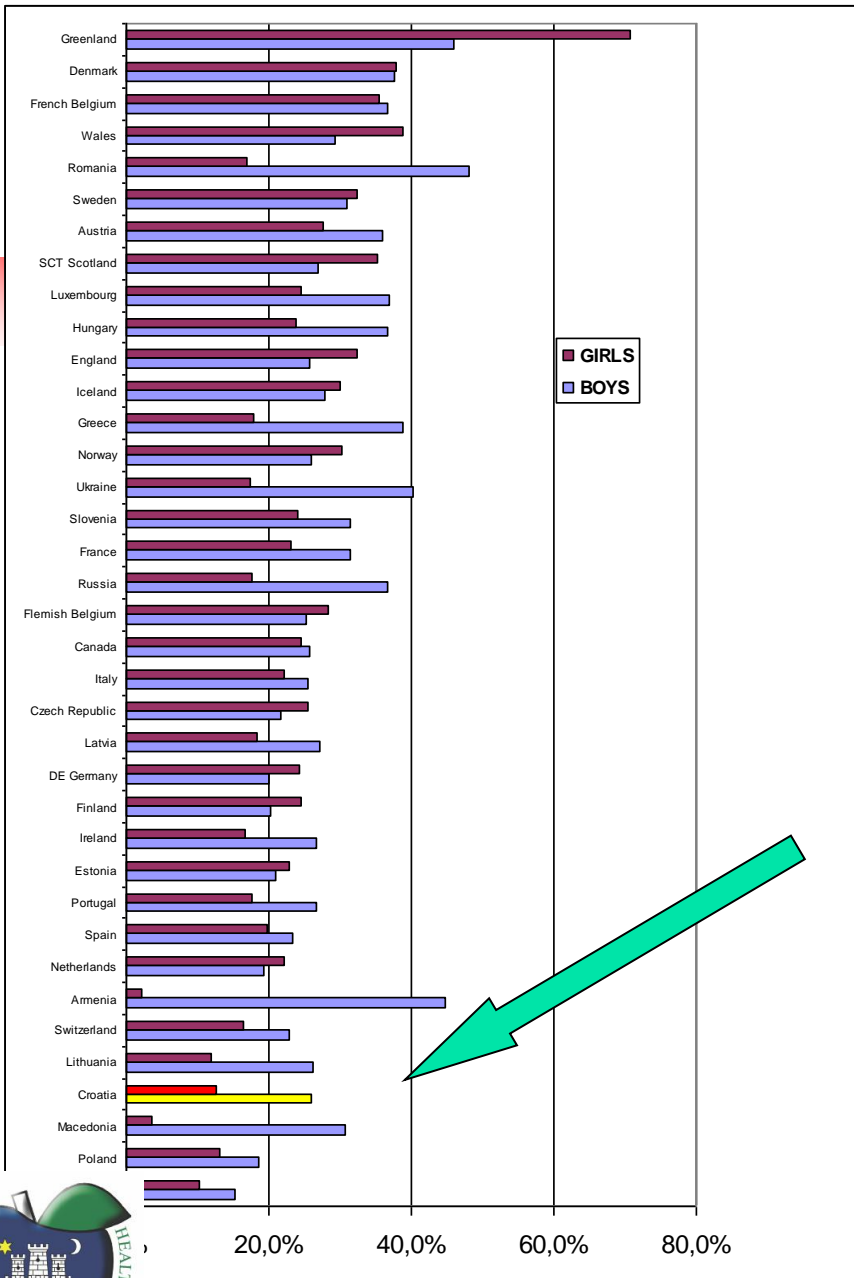
Usprkos percepciji sve veće seksualiziranosti mladih, dostupni podatci ne ukazuju na drastičan porast seksualnih odnosa već na određenu stagnaciju udjela onih koji vrlo rano započinju sa spolnim životom

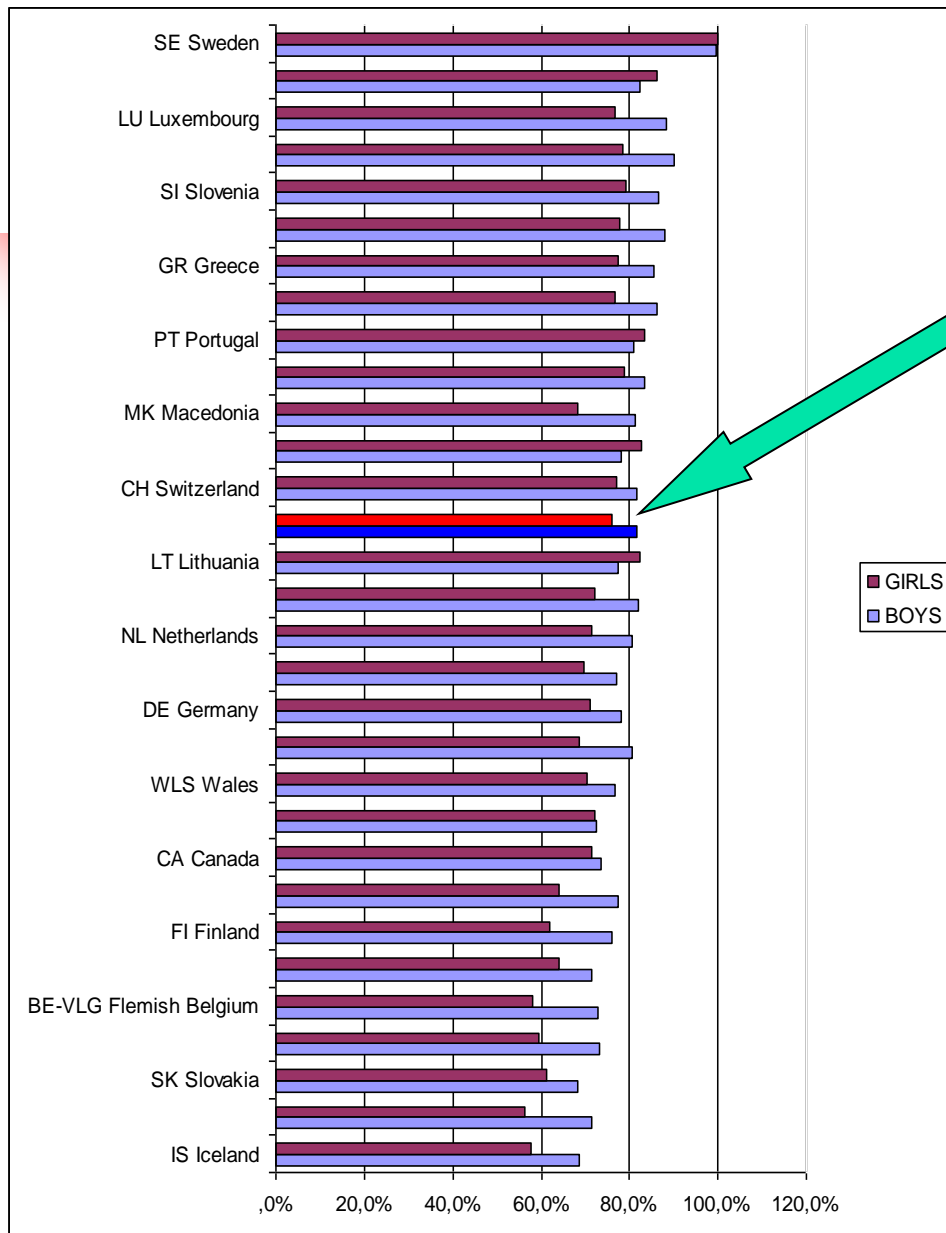
HBSC2010.

Adolescenti i spolnost

U 2010. godini hrvatski
petnaestogodišnjaci među
najmanje spolno aktivnima (34.
od 37 zemalja)

23% dječaka i 13 % djevojčica





Adolescenti i spolnost

U 2010. godini hrvatski petnaestogodišnjaci su po uporaba kondoma pri posljednjem spolnom odnosu u prosjeku europskih zemalja (82% dječaci i 76% djevojčice)



Uporaba zaštite pri posljednjem spolnom odnosu

Metoda kontracepcije	Zagreb (%)	Rijeka (%)	p	Studenti (%)	Studentice (%)	p
Hormonska kontracepcija	14	18,2	0,074	10,6	18,7	0,001
Kondom	74	70,7	NA	77,2	69,7	0,001
Prekinuti snošaj	14,7	15,9	NA	10,3	19,1	0,000
„Sigurni dani“	5,4	1,9	0,007	3,6	5,7	0,068
Ništa	5,4	6,4	NA	6,8	4,4	0,055



Redovitost uporabe zaštite je dvojbena.....

Uporaba kondoma	Zagreb		Rijeka	
	Studenti (%)	Studentice (%)	Studenti (%)	Studentice (%)
Pri prvom spolnom odnosu	81,6	84	82,4	78,1
Uvijek	51,8	46,3	51,1	46,4
Gotovo redovito	26,9	26,7	22,9	24,6
Rijetko	12,9	17	22,1	18,6
Nikada	5,5	7,2	3,8	8,2

ESPAD u studenata, Zagreb i Rijeka, 2009.

....Nakon prvog spolnog odnosa uporaba kondoma "uvijek" je rijetka, a "rijetka" odnosno "gotovo redovita" postaje pravilo

Uporaba hormonske kontracepcije je u studentskoj populaciji dvostruko viša nego u općoj (18,6%:9%)



Odakle mladi dobivaju informacije



Odakle mladi dobivaju informacije

Neformalni izvori: prijatelji, mediji, obitelj, časopisi, Internet....

Formalni izvori: škola, zdravstvene službe, knjige....

IZVORI INFORMACIJA O SPI/HIV-U	UKUPNO (N=265)		M (N=181)		Ž (N=83)	
	N	%	N	%	N	%
OBITELJ	71	26.79	37	20.44	34	40.96
PRIJATELJI/VRŠNJACI	143	53.96	91	50.28	51	61.44
MEDIJI	158	59.62	103	56.91	55	66.26
ŠKOLA	80	30.19	58	32.04	21	25.30
SOCIJALNI/ZDRAVSTVENI RADNICI	34	12.83	15	8.29	19	22.89
SPI SLUŽBE SAVJETOVANJA	6	2.26	5	2.76	1	1.20
DRUGO	38	14.33	25	13.81	12	14.46
INFO MATERIJAL	77	29.06	54	29.83	31	37.35
NIGDJE	12	4.52	9	4.97	3	3.61
HARM REDUCTION PROGRAM	3	1.13	2	1.10	1	1.20
INTERNET	2	0.75	2	1.10	0	0.0



Komplikacije i posljedice

- Rizično seksualno ponašanje u adolescenciji može imati neposredne ali i dugoročne posljedice - osim izravnih medicinskih kao
- Neželjena (maloljetnička) trudnoća
- Spolno prenosive bolesti
- Cervikalna displazija / karcinom vrata maternice
- Neplodnost



Rizični čimbenici povezani s ranim seksualnim odnosima

(Pre)rani seksualni odnosi najčešće su povezani i s drugim rizicima

Rani seksualni odnosi nisu izolirani rizični događaj u životima mladih

L'Engle KL, Jackson C, Brown J. Early adolescents' cognitive susceptibility to initiating sexual intercourse. Perspectives on Sexual and Reproductive Health 2006;38:88-103.

Fergusson DM, Lynskey MT. Alcohol misuse and adolescent sexual behaviors and risk taking. Pediatrics., 98(1) 1996) 91-96.

Deardorff J, Gonzales NA, Christopher FS, Roosa MW, Millsap RE. Early puberty and adolescent pregnancy: the influence of alcohol use. Pediatrics 2005;116(6):1451-6.

Kinsman SB, Romer D, Furstenberg FF, Schwarz DF. Early sexual initiation: the role of peer norms. Pediatrics., 102(5) (1998) 1185-1192



Seksualno iskustvo i druga rizična ponašanja u petnaestogodišnjaka

Dječaci koji ranije stupaju u seksualne odnose

Češće su redoviti pušači
Više eksperimentiraju s marihuanom

Češće se opijaju
Slabiji su učenici

Agresivniji su i skloniji
zlostavljanju drugih

I djevojčice i dječaci su
"popularniji" mjereni
komunikacijom s vršnjacima
suprotnog spola

Djevojčice koje ranije stupaju u seksualne odnose

Češće su redovite pušačice

Više eksperimentiraju s marihuanom

Češće se opijaju

Slabije su učenice

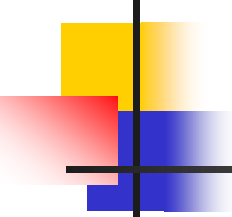
Agresivnije su i sklonije
zlostavljanju drugih

Lošije procjenjuju svoje zdravlje

Lošije komuniciraju s ocem i
majkom

Imaju više psihosomatskih
simptoma

Rizična je rana dob menarhe



Višestruku rizici - Seksualno iskustvo spolnih odnosa koji su sljedeći dan požalili i druga rizična ponašanja u petnaestogodišnjaka

Mladi koji su u dobi 15-16 godina imali seksualne
odnose pod utjecajem alkohola koje su sljedeći dan
požalili

Lošiji su učenici ($p > 0,001$)

Više piju i češće se opijaju ($p > 0,001$)

Više eksperimentiraju s marihuanom ($p > 0,001$)

Agresivniji su i skloniji zlostavljanju drugih ($p > 0,001$)

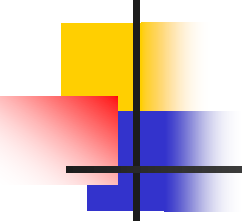
Češće imaju probleme s roditeljima, prijateljima i u školi
($p > 0,001$)

Češće sudjeluju u tučnjavama i imaju problema s policijom
($p > 0,001$)

Nezadovoljniji su svojim zdravljem ($p = 0,002$) i sobom ($p = 0,002$)

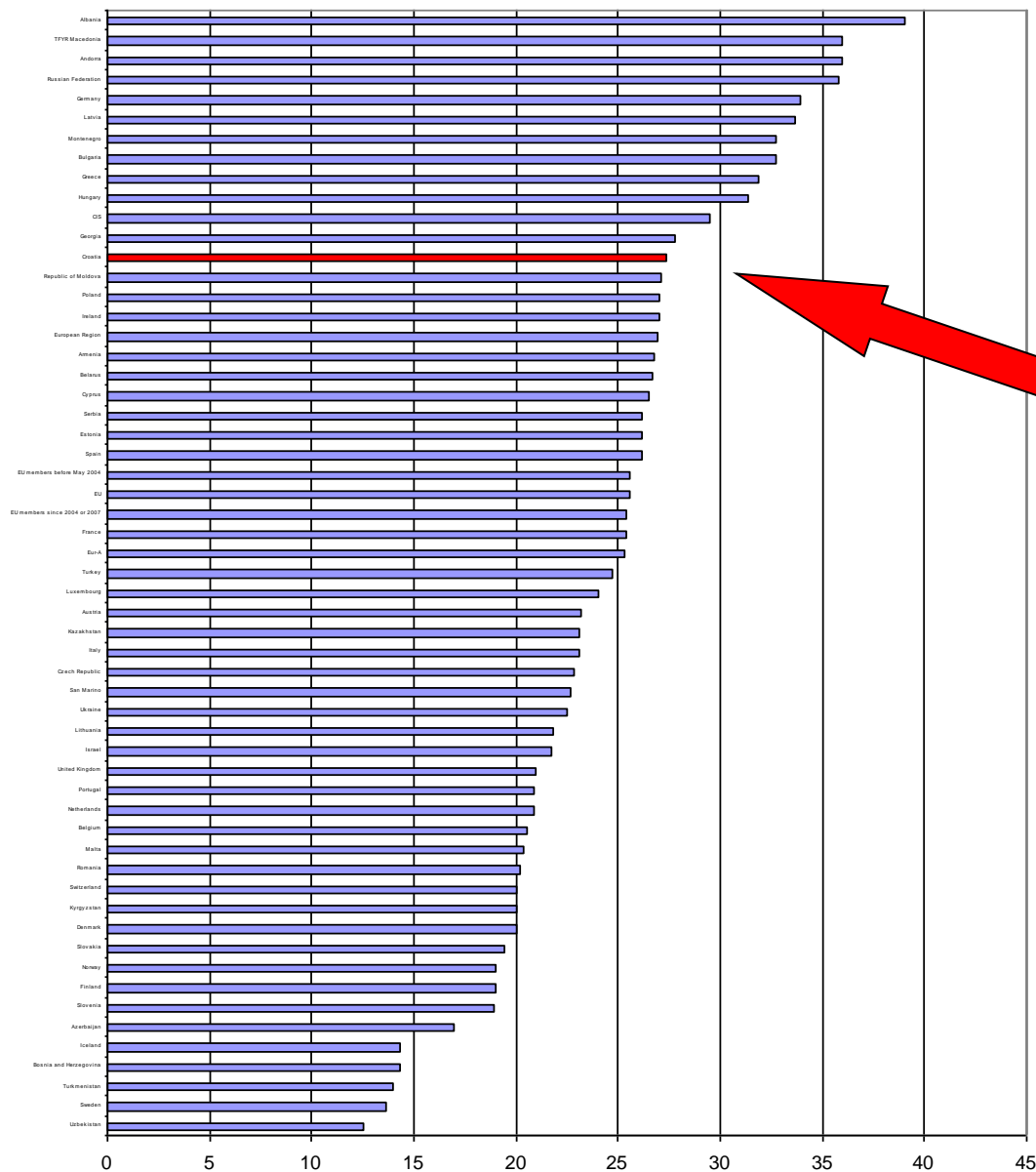
Očekivanja od pijenja alkohola (vjerojatno/vrlo vjerojatno) i seksualni odnos koji je drugi dan požaljen

	Imali spolni odnos koji su požalili	Nisu imali spolni odnos koji su požalili
Bit ću opušten	65	58
Osjećat ću se sretno (p<0,005)	68	44
Zaboravit ću probleme (p<0,005)	67	48
Bit ću prijateljski raspoložen (p<0,005)	83	64
Bit će mi zabavno (p<0,005)	87	61
Bit će mi zlo	56	57
Bit ću mamuran	62	56
Učinit ću nešto što ću kasnije požaliti	63	50
Imat ću problema s policijom	54	55
Oštetit ću zdravlje	67	72
Neću moći prestati piti	35	26



A što je s ostalim ponašanjima
adolescenata
Odražavaju li ponašanje odraslih

Daily smokers in population aged 15+

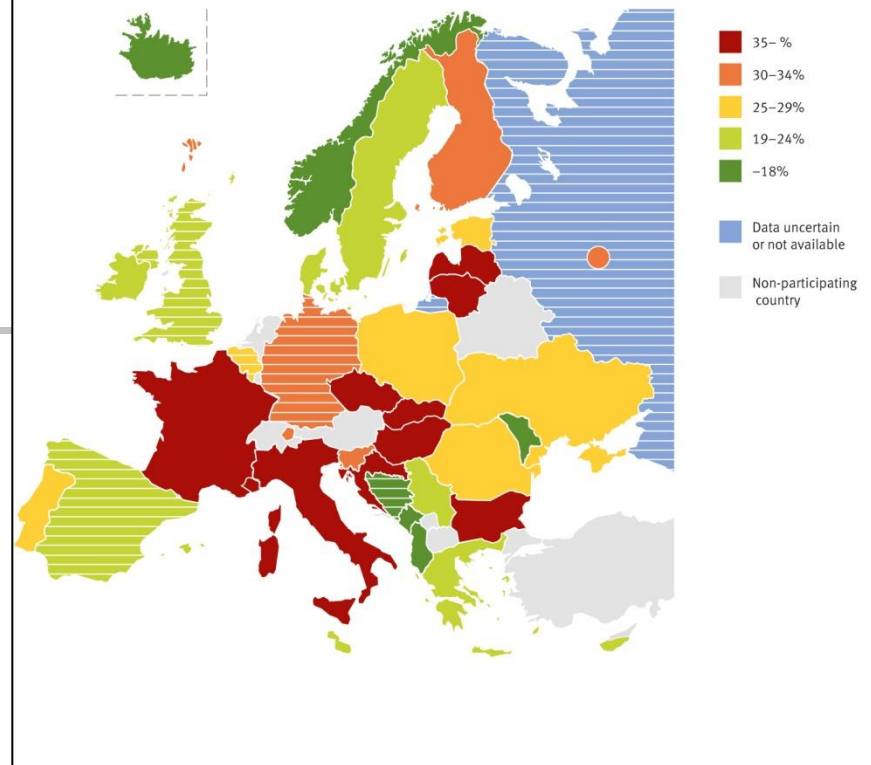
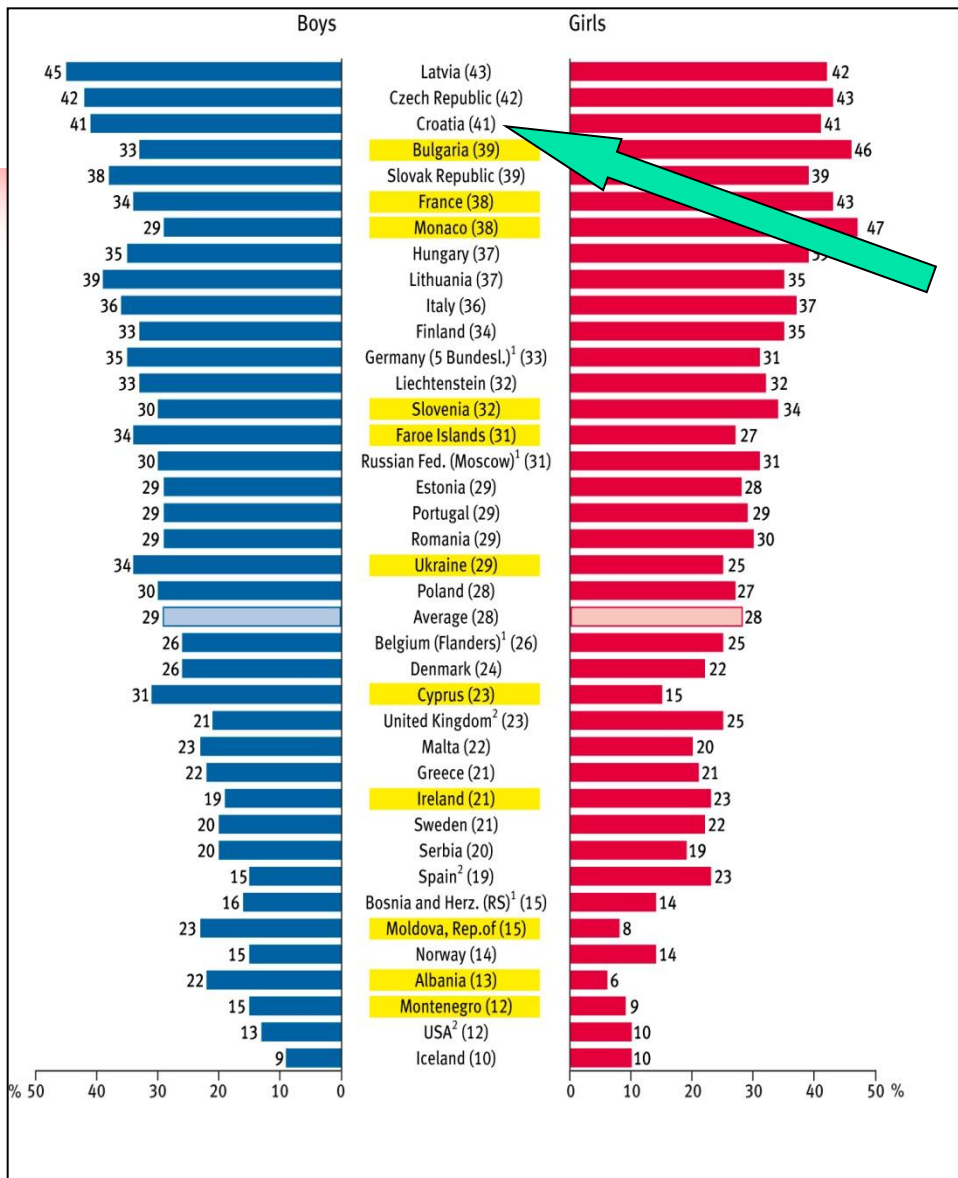


Redoviti odrasli
pušači u Europi i
Hrvatskoj

Najmanje
Švedska i
Uzbekistan

Najviše
Makedonija i

Pušenje u zadnjih 30 dana



Hrvatska na trećem mjestu (41%)

Najviše Latvija i Češka

Najmanje SAD, Island, Crna Gora, Albanija, Norveška

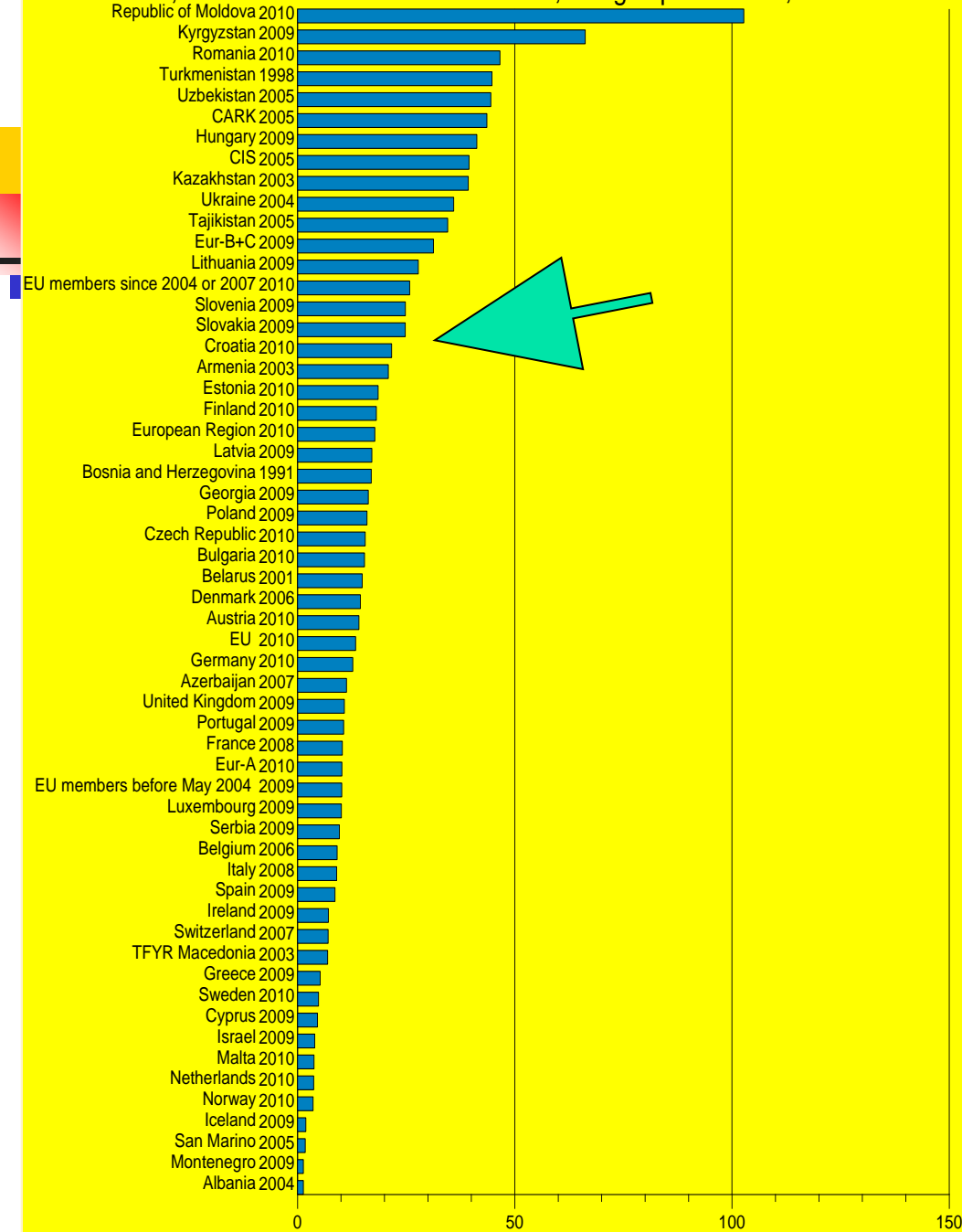
Djevojčice u mnogim zemljama prestižu dječake

	Total consumption	Unrecorded
Turkey	3,64	0,7
Macedonia	6,84	1
Iceland	7,93	1,2
Malta	8,01	2,5
Norway	8,3	1
Sweden	8,85	1,5
Cyprus	9,53	2
Italy	9,59	0,7
Netherlands	9,73	2,3
Greece	10,55	0,4
Switzerland	10,76	1
Bulgaria	11,45	1,8
Belgium	12	2,5
Finland	12,27	0,4
EU	12,45	1
United Kingdom	12,52	2,4
France	12,7	0,4
Croatia	12,76	1
Luxembourg	12,76	2,9
Denmark	12,86	0,4
Germany	12,87	4,7
Ireland	12,87	0,5
Austria	13	1,6
Lithuania	13,02	3
Montenegro	13,02	2
Spain	13,07	3
Portugal	13,43	3
Poland	13,6	3
Estonia	14,05	1,4
Hungary	14,15	1,7
Slovakia	14,59	0,5
Slovenia	15,31	2,2
Romania	16,3	1,7
Czech Republic	16,61	1,6



Prema najnovijoj procjeni za zemlje EU, zemlje kandidate i Norvešku i Švicarsku (2011. godina) ukupna potrošnja čistog alkohola po stanovniku je u Hrvatskoj 12,76 litara (EU prosjek 12,45 litara)

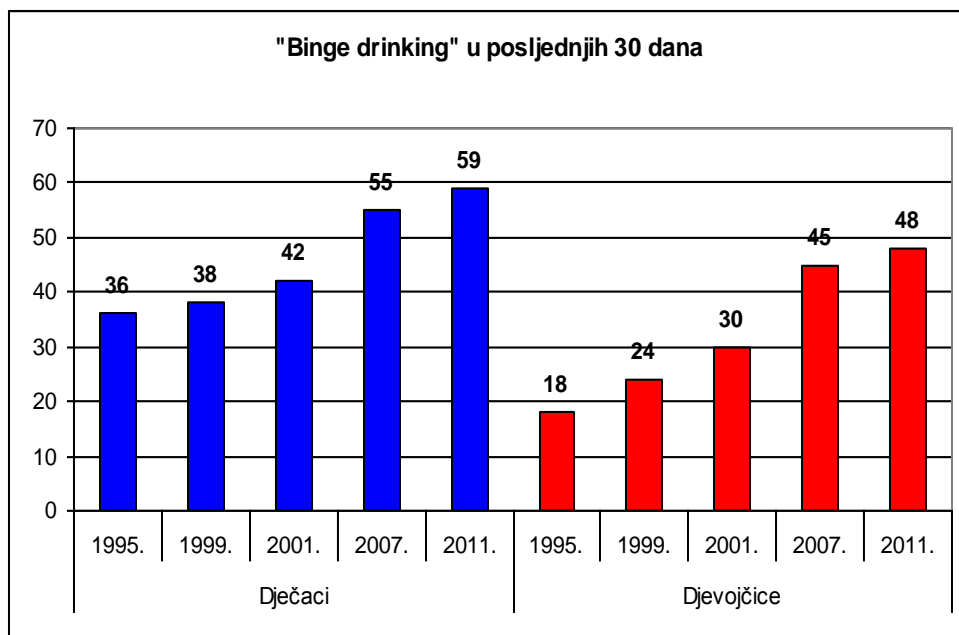
SDR, chronic liver disease and cirrhosis, all ages per 100000, Last available



SSS od ciroze jetre u Europi
2008/2009. godina

Hrvatska visoko u
Europi po smrtnosti
od ciroze jetre,
osobito u muškaraca,
u kojih je ciroza
jetre među deset
najčešćih uzroka
umiranja

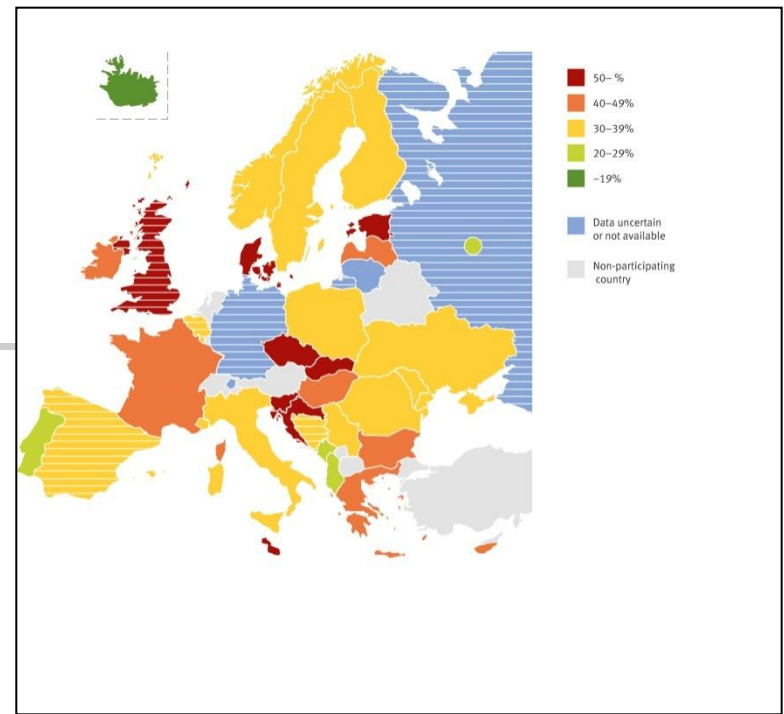
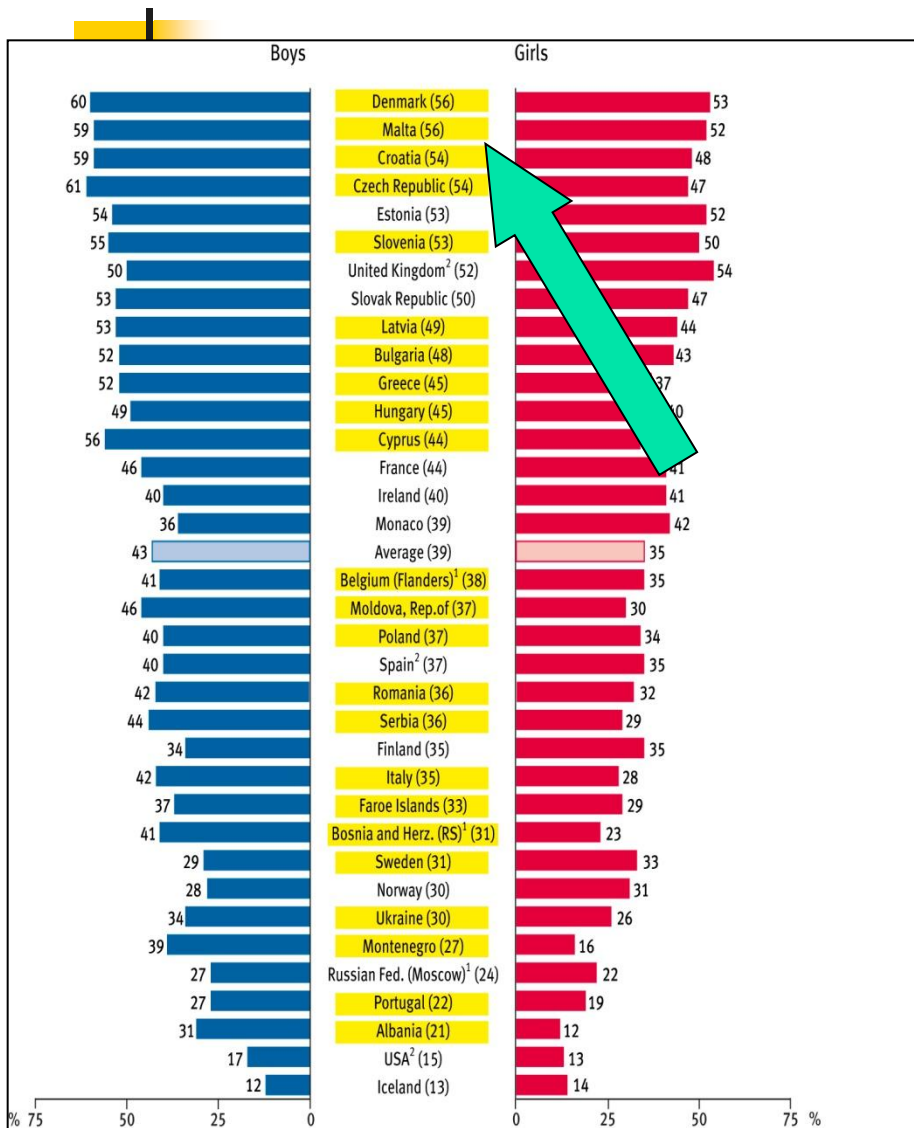
"Binge drinking" 1995-2011.



Ispijanje 5 i više pića u jednoj prilici u porastu je i dalje

Više od polovice dječaka (59%) i samo nešto manje djevojčica (48%) je tako pilo u posljednjih mjesec dana

Pet ili više pića za redom u posljednjih 30 dana

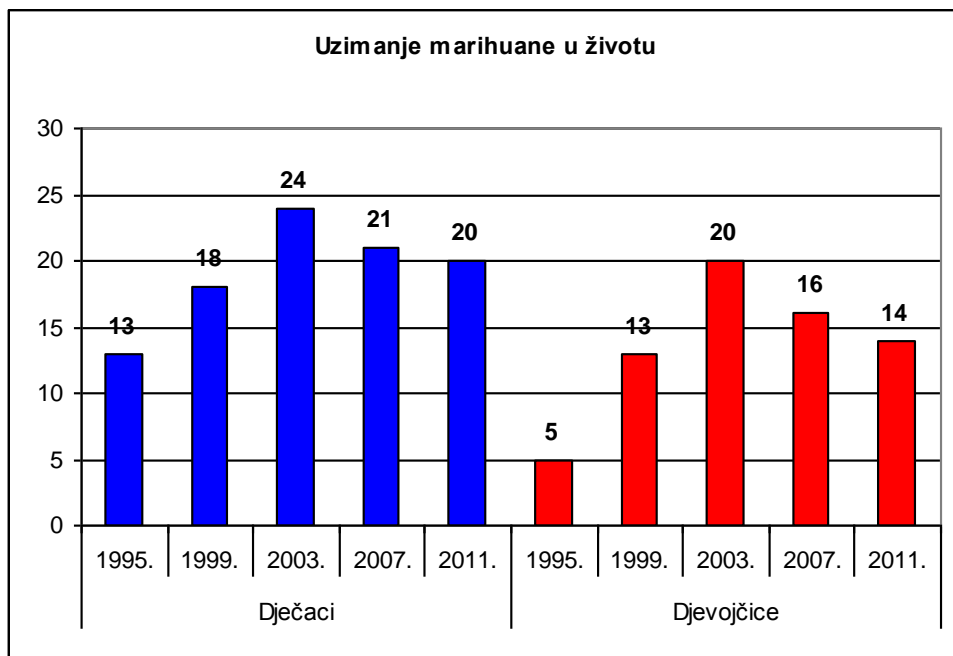


Najviše ekscesivog pijenja u Danskoj, na Malti i u Hrvatskoj, a najmanje na Islandu, u SAD, Albaniji, Portugalu...

Hrvatska na trećem mjestu (59% dječaka i 48% djevojčica)

U porastu kontinuirano

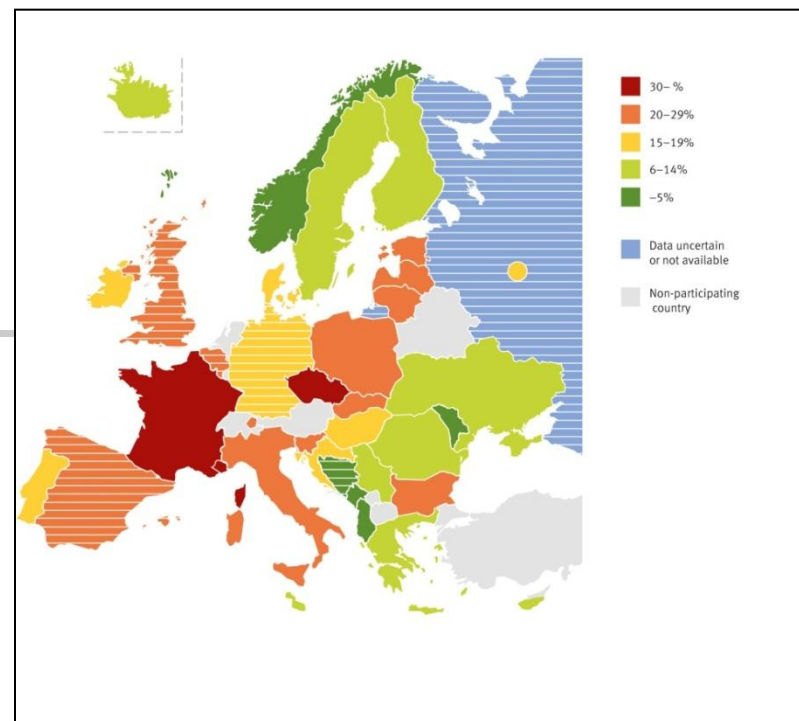
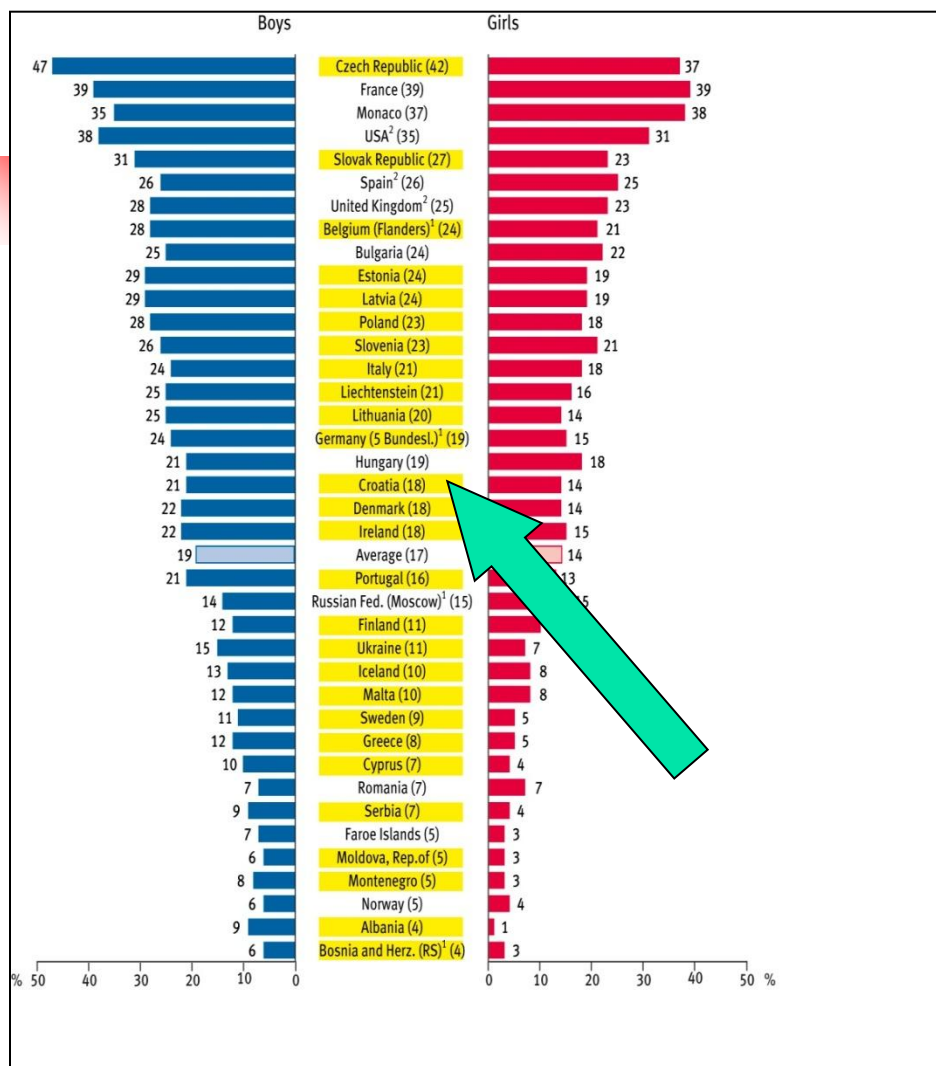
Uzimanje marihuane u životu u petnaestogodišnjaka 1995-2011.



Uzimanje marihuane u Hrvatskoj se u promatranoj dobi stabiliziralo - vjerojatno je dosegnuta donja granica započinjanja pa se registrira sve više generacije koja eksperimentira

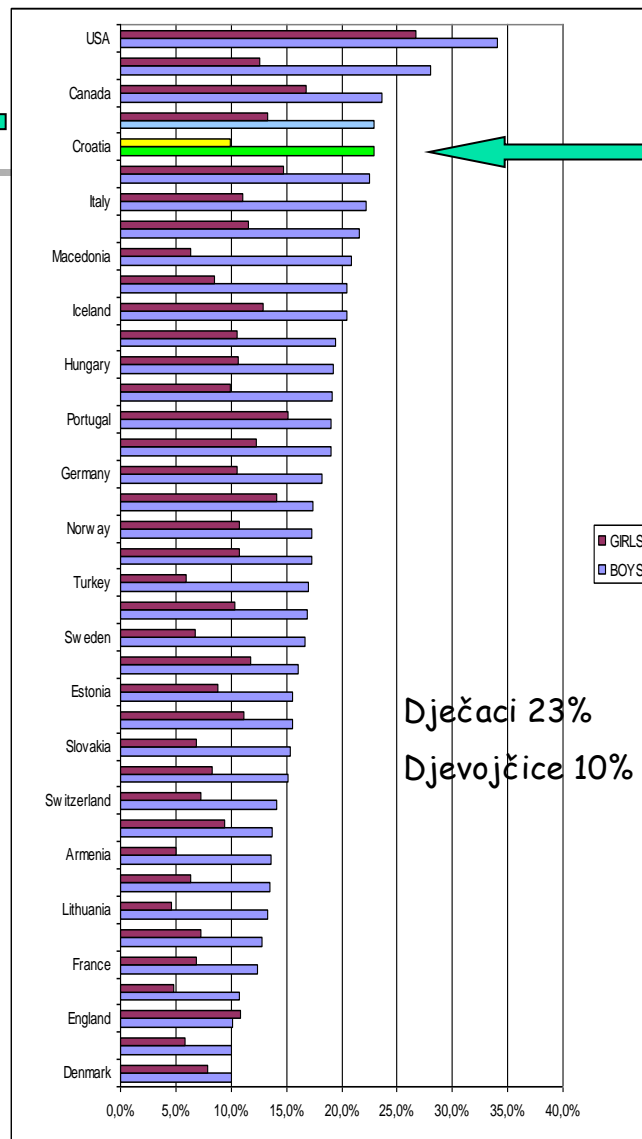
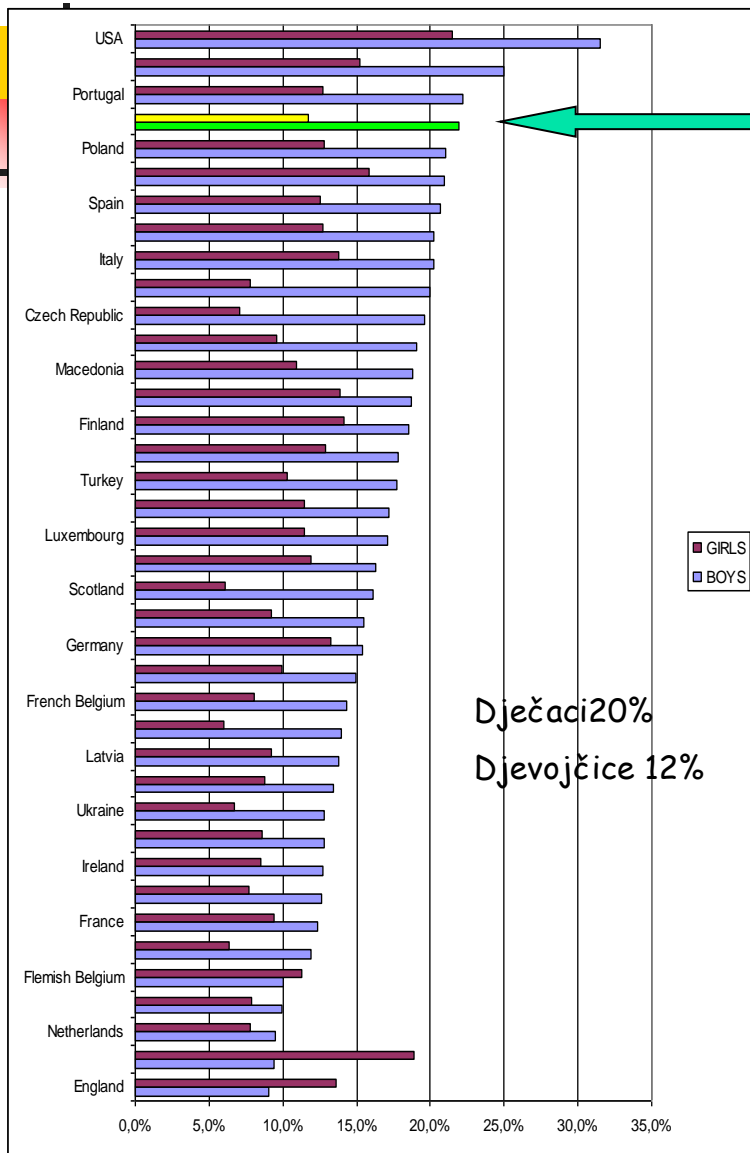
Svaki peti dječak i svaka sedma djevojčica je do šesnaeste godine probala marihuanu

Uporaba marihuane u životu



U Hrvatskoj 21% dječaka i 14% djevojčica, najviše eksperimentiranja u Češkoj, Francuskoj, Monaku i SAD, najmanje u BiH, Albaniji, Norveškoj i Crnoj Gori

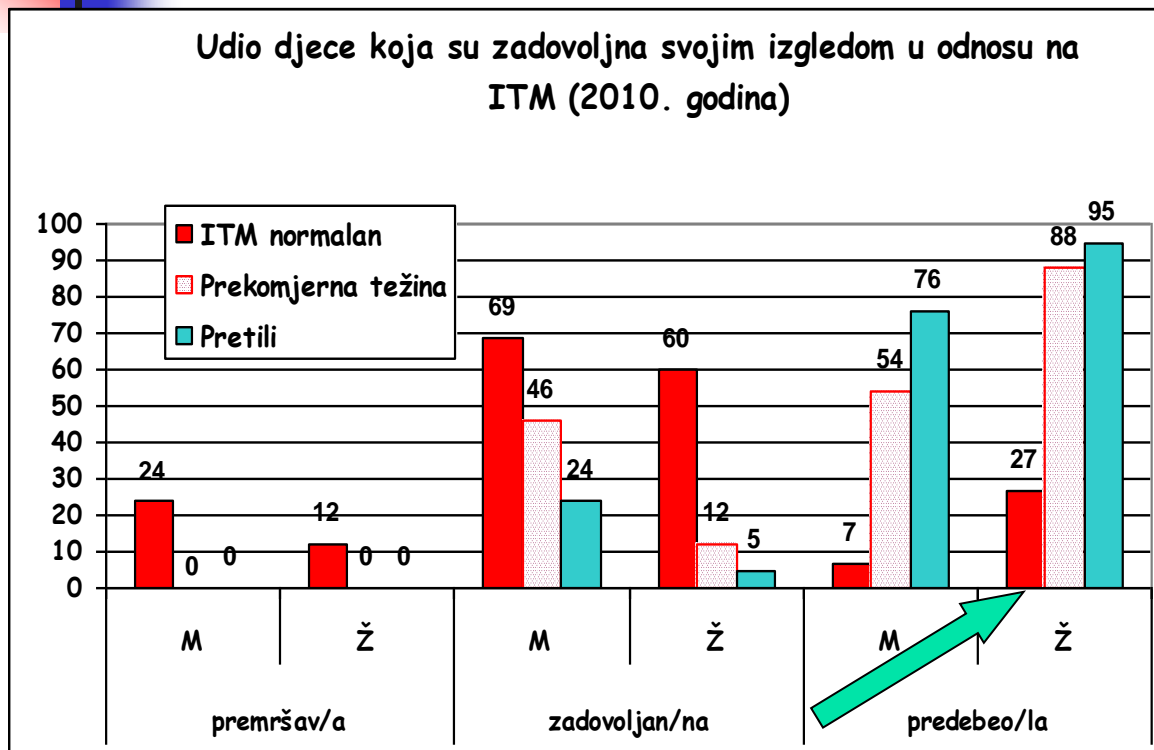
Udio djece prekomjerne tjelesne težine i pretile djece od 13 i 15 godina u 2010 (HBSC)



Hrvatska je na četvrtom, odnosno petom mjestu (razvrstano prema procjeni težine dječaka), od 39 zemalja

Za djevojčice 16, odnosno 21. mjesto (pouzdanost?)

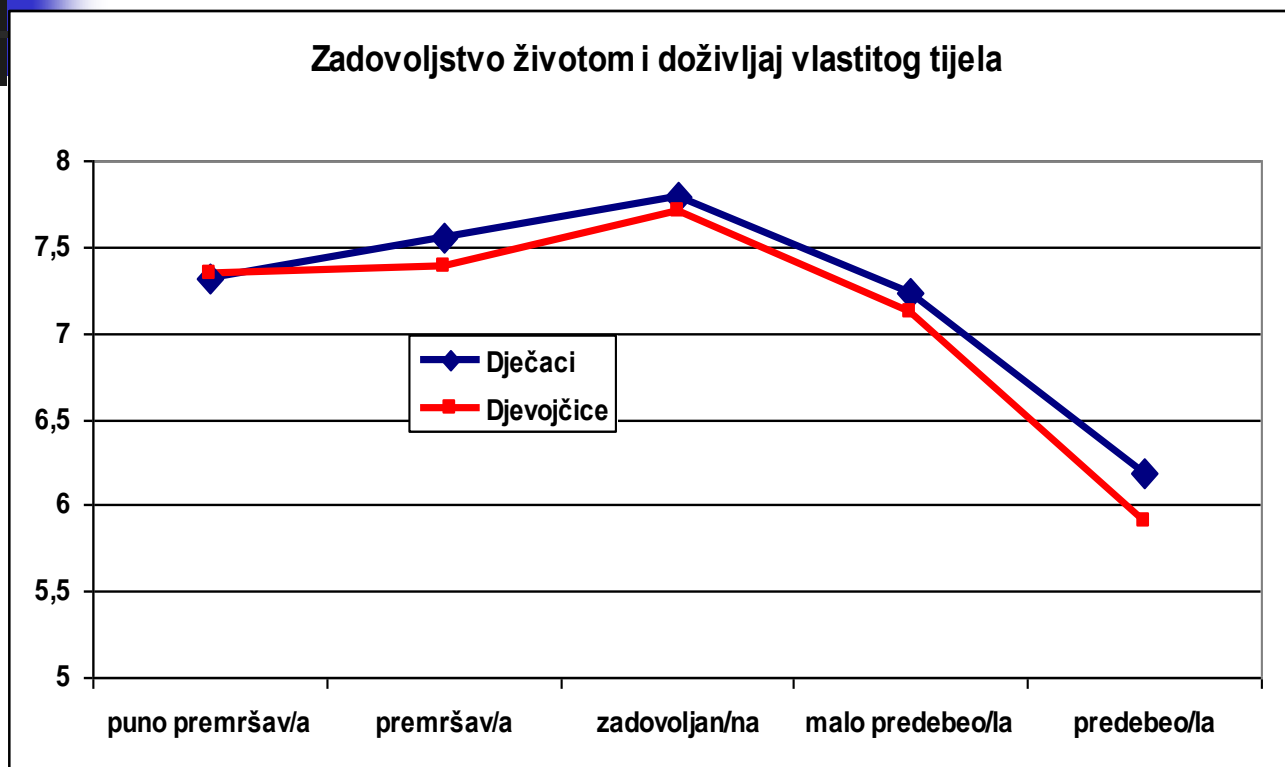
Doživljaj vlastitog tijela u odnosu na ITM



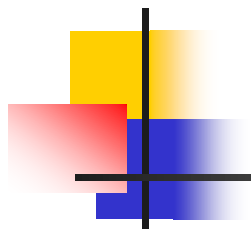
Djevojčice koje su normalno uhranjene sklone su smatrati sa su predebele (27% djevojčica normalnog ITM-a misli da je predebelo)

Dječaci su skloniji težiti većoj tjelesnoj masi (i pri procjeni treba biti oprezan) – 24% dječaka prekomjerne tjelesne težine je zadovoljno izgledom

Zadovoljstvo životom i doživljaj vlastitog tijela



Najzadovoljnija su životom djeca koja su zadovoljna svojom tjelesnom težinom



Riziční i zaštitni čimbenici



Odrastanje je obiteljsko zbivanje

Komunikacija

Pravila

Stavovi i postupci

Dinamika

Sukobi

Objektivne okolnosti



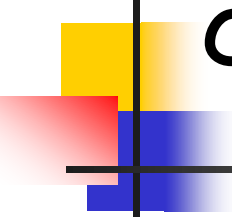
Okruženje



Grupa vršnjaka
prijatelji i ponašanje prijatelja

Sterotipna vjerovanja
vrsta škole automatski rizična, sport automatski zaštićen,
izlasci automatski rizični

Što je kokoš a što jaje
školski uspjeh, markiranje



Odgovornost društva - dostupnost i prigode

Što je više prigoda u kojima su djeca mogla probati marihuanu, to je veća vjerojatnost da će je uistinu i probati...

Što je veća dostupnost alkohola, to je vjerojatnije da će se konzumirati neodgovorno

Dostupnost pogoduje prilikama, a ako se zajednica ne pobrine za dostupnost ne može se očekivati ni da će prigoda biti manje....



Kako pristupiti mladima u preventivnim aktivnostima

Koristiti značajke adolescentnog razvoja, a ne suprotstavljati se njima.

- aktivno ih uključiti
- postaviti u središte zbivanja
- potaknuti njihova istraživačka i idealistička nastojanja
- omogućiti razmjenu mišljenja
- osigurati privatnost i povjerljivost
- koristiti atraktivna, raznolika i interaktivna sredstva i metode



Koje su značajke dokazano uspješnih intervencija

- ❑ Započeti dovoljno rano u djetinjstvu (već u vrtiću)
- ❑ Ne jednokratne, već srednjeg ili dugog trajanja
- ❑ Usmjerene promjeni ponašanja/usvajanju životnih vještina, a ne isključivo usmjereni usvajanju znanja i stavova.
- ❑ Sastavljene od više različitih aktivnosti (bihevioralni pristup, učenje životnih vještina)
- ❑ Uključiti i roditelje
- ❑ Očekivati promjene ponašanja, ne izravno i kratkoročne zdravstvene ishode

(Expertise collective Inserm, 2001)

Barlow SE, Dietz WH. 1998)



Mladi će odrasti i postati odgovorni nositelji društvene zajednice i lideri

Stoga ih ne treba samo učiti o zdravom ponašanju već i o odgovornosti

.... O potrebi jasne brige za zdravlje i jednakosti u svim područjima života

...omogućavanju i olakšavanju zdravijeg odabira...

...i odgovornosti za odabire i postupke

... uz jasnu poruku i prepoznavanje da smo i mi odrasli odgovorni za okruženje



....pa će
možda izbjeći
barem dio
pogrešaka koje
mi radimo