

Egy általános iskolai egészségfejlesztési program hatása a serdülők egészségmagatartására és jóllétére

[Impact of a Primary School Health Promotion Programme on Adolescents' Health Behaviour and Well-Being]

*Dr. Nagy-Pénzes Gabriella¹, Dr. Vincze Ferenc¹, Vighné Arany Ágnes², Dr. Bíró Éva¹,
1. Debreceni Egyetem, Általános Orvostudományi Kar, Népegészség- és Járványtani
Intézet; 2. egészségtan tantervi szakértő
penzes.gabriella@med.unideb.hu, vincze.ferenc@med.unideb.hu,
egtan01@gmail.com*

Kulcsszavak [Keywords]: iskolai egészségfejlesztés, modellprogram, egészségmagatartás, jóllét [school health promotion, model programme, health behaviour, well-being]

Absztrakt

Az iskolák kulcsszerepet játszhatnak a serdülők egészségfejlesztésében, amihez a magyar jogszabályok elegendő teret biztosítanak számukra. Ezt a teret kihasználva 2008-ban egy egészségfejlesztési modellprogramot indítottak útjára egy debreceni általános iskolában. Vizsgálatunkban ezen iskolai egészségfejlesztési program hatását vizsgáltuk a tanulók egészségmagatartására és jóllétére.

Ahhoz, hogy az iskola egészségfejlesztési tevékenységének hatékonyságát értékelni tudjuk, az intervenció iskolá mellé egy karakterében nagyon hasonló kontroll iskolát vontunk be a vizsgálatunkba. 2017 és 2021 között minden 5. és 7. osztályos tanulót felkértünk, hogy vegyen részt a kérdőíves felmérésünkben, mely a tanulók egészségmagatartására és jóllétére fókuszált. A beavatkozás hatását egyváltozós és többváltozós logisztikus regressziós elemzésekkel számszerűsítettük.

Eredményeink azt mutatják, hogy azoknál a magatartásformáknál, ahol a tanulók személyes döntései nagyobb hatással bírnak (egészségtelen táplálkozás, dohányzás, képernyő előtti idő), az egészségfejlesztési program hatékonyabb volt. Azokra a magatartásformákra, ahol a családi háttér és a szülői befolyás erősebb volt (egészséges táplálkozás, testmozgás), az intervenciónak kisebb hatása volt. A 7. osztályos intervenció csoport diákjai körében az önértékelt egészség kedvezőbb képet mutatott.

Eredményeink összhangba hozhatóak a témában folytatott szisztematikus áttekintő tanulmányok következtetéseivel, miszerint az intenzívebb, hosszabb távú, több magatartásformát megcélzó iskolai egészségfejlesztési programok hatékonyak lehetnek a kedvező magatartásformák kialakítását illetően. A nagyobb hatékonyság érdekében érdemes lenne jól strukturált tanterveket és jól kidolgozott tananyagokat alkalmazni, valamint a tanárokat, a szülőket és a különböző helyi szervezeteket nagyobb mértékben bevonni az egészségfejlesztési tevékenységbe.

Abstract

Schools can play a key role in promoting health among adolescents, and Hungarian legislation gives them sufficient space to do so. In 2008, a model health promotion programme was launched in a primary school in Debrecen. The objective of our study was to examine the impact of this programme on students' health behaviour and well-being.

To evaluate the efficacy of the school's health promotion activities, a control school with a comparable profile to that of the intervention school was included in the study. All 5th and 7th grade pupils were invited to participate in the questionnaire-based survey between 2017 and 2021. The effect of the intervention was quantified using univariate and multivariate logistic regression analyses.

Our results show that for those behaviours where pupils' personal choices had a greater influence (unhealthy eating, smoking, screen time), the health promotion programme was more effective. For those behaviours where family background and parental influence were more pronounced (healthy eating, physical activity), the intervention had less impact. Self-perceived health was better in the 7th grade intervention group.

Our findings are in line with the conclusion of systematic reviews that more intensive, longer-term, multibehavioural school health promotion programmes can be effective in promoting positive behaviour. To be more effective, it would be worth using a well-structured curriculum, well-developed teaching materials and greater involvement of teachers, parents and various local organisations.