

Rekreacja ruchowa a zdrowie współczesnego człowieka

Podstawy rekreacji

WYKŁAD VI

Pojęcie zdrowia i choroby

- Talcott Parsons – choroba jako dysfunkcja
 - choroba jest stanem „nienormalnym”
 - choroba jest stanem ponadjednostkowym
 - zaburza lub uniemożliwia pełnienie ról społecznych (rodzinnych, zawodowych)
 - „wyłącza” jednostkę zakłócając funkcjonowanie całego systemu

Pojęcie zdrowia i choroby

- Warunki zawieszenia kontroli społecznej w przypadku choroby (społeczna akceptacja faktu, że jednostka jest chora):
 - choroba nie jest winą samego chorego,
 - prawo do zwolnienia od zwykłych codziennych obowiązków,
 - poszukiwanie pomocy w celu wyjścia ze stanu choroby.

System lekarz-pacjent

- Afektywna neutralność – gratyfikacją w interakcji nie jest sam kontakt, ale konkretny cel osiągnięty dzięki tej interakcji
- Aspektowość – lekarz jest specjalistą w zakresie zdrowia i choroby i w tym (tylko) obszarze może pomóc
- Uniwersalizm – podstawą procesu leczenia jest wiedza medyczna, a nie partykularne podejście do konkretnego przypadku
- Osiągnięcie – ocena lekarza bazuje na jego/jej osiągnięciach, rezultatach, efektywności leczenia
- Orientacja na kolektyw – osobisty sukces lekarza zależy od tego czy i jak często udaje się przywrócić chorą jednostkę do stanu normalnego funkcjonowania w społeczeństwie

Kontrowersja

- W takim ujęciu – określanym mianem pozytywistycznego (biomedycznego) – pacjent jest nieistotny, jest tylko nosicielem choroby
- Kluczowy jest lekarz, który, w imieniu kolektywu, zajmuje się leczeniem choroby, aby możliwie szybko przywrócić jednostkę do jej normalnych ról i zadań – wówczas dopiero jednostka zostaje ponownie upodmiotowiona
- Leczenie polega na zajmowaniu się tymi objawami choroby, które zwiększają dysfunkcjonalność jednostki

Paradygmat holistyczny (biopsychospołeczny)

- Odejście od jednowymiarowego postrzegania jednostki jako organizmu biologicznego znajdującego się w jednym z dwóch możliwych stanów: choroby albo zdrowia
- Wielowymiarowe traktowanie jednostki jako organizmu biologicznego, osobowości i członka zbiorowości (z jej kulturą)
- Zaakcentowanie jednostkowej autonomii i podmiotowości pacjenta

Zdrowie jako zasób

- W takim ujęciu zdrowie jest nie tyle stanem, co zasobem, który każda jednostka posiada w mniejszym lub większym stopniu, a który może być też wyrażony jako zasób na poziomie całej zbiorowości
- Kto jest odpowiedzialny za zdrowie? Już nie lekarze (w sensie system opieki zdrowotnej), ale każda jednostka i zbiorowość poprzez system kulturowy
- Opieka medyczna stanowi jedynie wsparcie w indywidualnych i zbiorowych staraniach o zasób zdrowia
- Nikt nie jest w pełni zdrowy, ale też nie jest w pełni chory

Czynniki warunkujące zdrowie (WHO)

- pełne korzystanie z praw i swobód obywatelskich,
- możliwość zatrudnienia i praca w odpowiednich warunkach,
- dobre warunki mieszkaniowe,
- utrzymanie kondycji psychofizycznej stosownej do wieku i płci,
- uzyskanie odpowiedniego wykształcenia,
- odpowiednie zaopatrzenie w żywność i odpowiedni stan odżywienia,
- poczucie bezpieczeństwa,
- możliwość gromadzenia oszczędności,
- komunikacja i łączność z innymi ludźmi,
- możliwość wypoczynku, regeneracji sił i rozrywki
- dostępność odpowiedniej odzieży

Czynniki zdrowia jednostki

- Styl życia (50%)
- Środowisko (20%)
- Cechy genetyczne (20%)
- Opieka zdrowotna (10%)

Promocja zdrowia

- Karta Ottawska (1986): promocja zdrowia to proces umożliwiający ludziom większą kontrolę nad własnym zdrowiem. Promuje postawy i zachowania sprzyjające zdrowiu
- Obszary promocji zdrowia:
 - polityka prozdrowotna państwa (budowa)
 - środowiska wspierające zdrowie (tworzenie)
 - działania społeczne na rzecz zdrowia (wzmacnianie)
 - indywidualne umiejętności służące zdrowiu (rozwijanie)
 - reorientacja służby zdrowia

System promocji zdrowia

- Odejście od punktowego postrzegania jednostki jako nosiciela choroby w danym momencie życiowym
- Jednostka rozwija się i na różnych etapach swojego życia pełni różnorodne role społeczne – kluczowa jest więc perspektywa populacyjna, obejmująca jednostki w różnym wieku i na różnym etapie rozwoju
- Celem NIE jest natychmiastowe (możliwie szybkie) wyleczenie, ale systematyczne budowanie podstaw do efektywnego korzystania z zasobów zdrowia w przyszłości – tworzenie indywidualnych nawyków, zainteresowań oraz zbiorowych rozwiązań (ram)

Rola aktywności ruchowej

- Realizacja jednostki w trzech wymiarach (biologicznym, psychicznym i społecznym)
- Ważny aspekt zdrowego stylu życia – w wymiarze jednostkowym i zbiorowym
- Ważny element systemu promocji zdrowia – w formie zinstytucjonalizowanej
- Wykłady 1-5!!!