



CENTRUL DE EXCELENȚĂ ÎN MEDICINĂ ȘI FARMACIE „RAISA PACALO”



*Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din
colegiile de medicină, 15.11.2019
Chișinău, Republica Moldova*

COMPORTAMENTE SANOGENE. RESPECTAREA MODULUI SĂNĂTOS DE VIAȚĂ DE CĂTRE ELEVII CEMF „RAISA PACALO”

BESCHIER LILIA

**cercul științifico-practic studențesc de anatomie „Teatrul Anatomic”,
grupa 36, calificarea Asistent Medical**

**Cercul științifico-practic studențesc de anatomie
„Teatrul Anatomic”**



SUMMARY



A healthy lifestyle plays an essential role in health maintenance, health promotion and illness prevention. The evaluation of healthy behaviors is a method of appreciation of the lifestyle, because it provides important information about decisions and voluntary actions that affects our health.

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



ACTUALITATEA TEMEI



Starea de sănătate a populației reprezintă o comoară a statului și o condiție necesară pentru progresul societății. Ea asigură prezentul țării, iar sănătatea copiilor-viitorul ei.

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



ACTUALITATEA TEMEI (1)



Set de comportamente protectoare a sănătății:

a dormi între 7 și 9 ore;

a lua micul dejun regulat;

a nu consuma alimente între mese;

menținerea greutateii în limite normale;

a nu fuma (activ și pasiv);

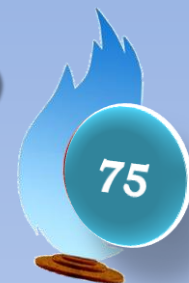
a nu consuma alcool decât ocazional;

a face exerciții fizice regulat.

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



ACTUALITATEA TEMEI (2)



Adolescenții tind tot mai rar să servească dejunul, în special fetele.

Adolescenții mănâncă mai frecvent fructe și legume zilnic și nu reduc din utilizarea dulciurilor și carbogazoaselor.

Tot mai puțini adolescenți iau masa zilnic cu familia.

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



ACTUALITATEA TEMEI (3)



Tot mai puțini adolescenți practică în mod consistent activitatea fizică.

Foarte puțini adolescenți se spală corect pe dinți.

Numai o jumătate dintre adolescenții de 11-17 ani au un regim de somn protector.

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



SCOPUL CERCETĂRII



**Studierea comportamentelor
sanogene la adolescenți, cu descrierea
comparativă a acestora la elevii
calificării Asistent medical, specialitatea
Îngrijirea bolnavilor, CEMF „Raisa
Pacalo”.**

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



OBIECTIVELE CERCETĂRII



***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



MATERIALE ȘI METODE



**Chestionarea elevilor a fost realizată online pe
iSondaje.ro**

(<http://www.isondaje.ro/surveys/results/739554758/>)

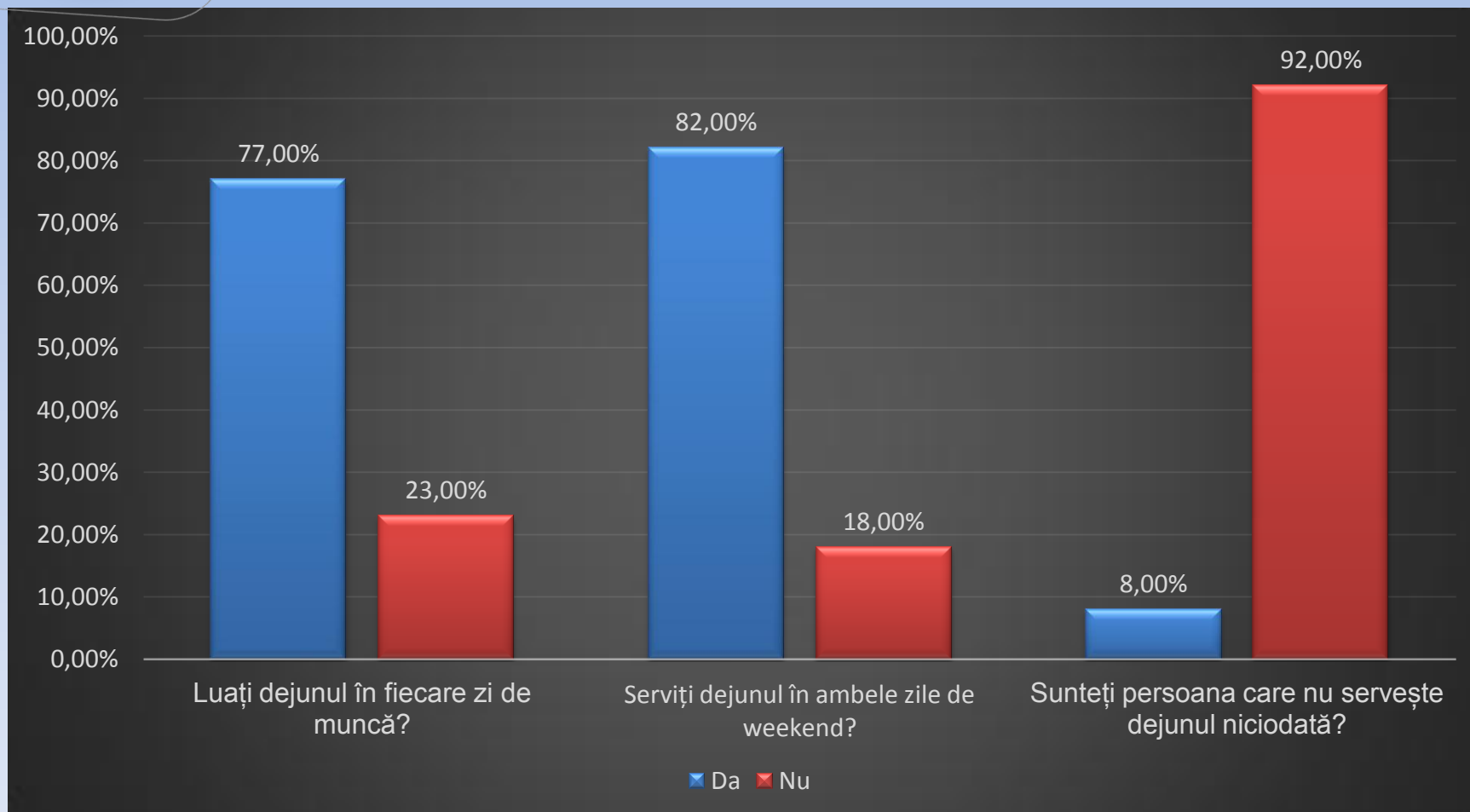
Anchetarea

**Metode
statistice de
prelucrare a
datelor**

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



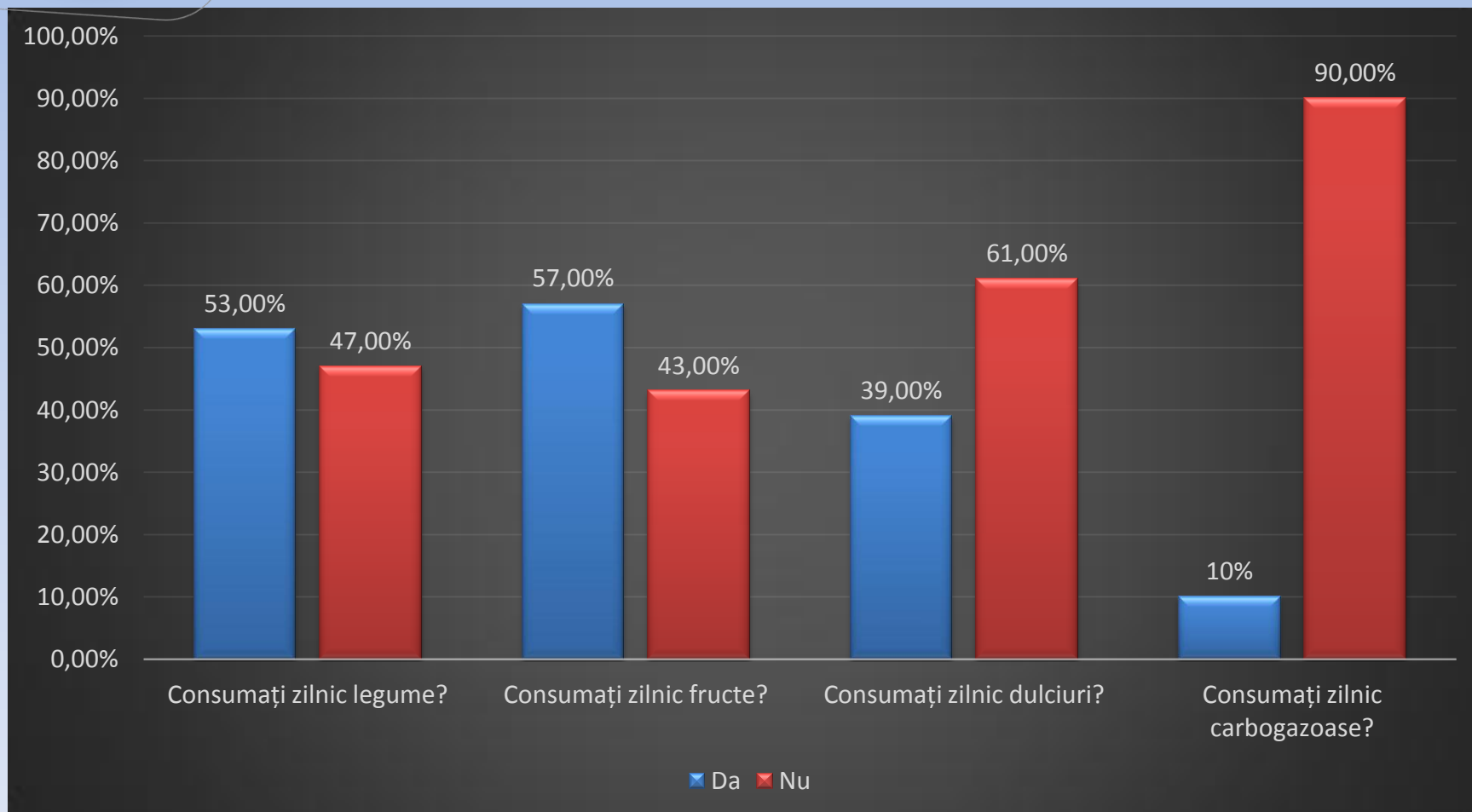
1. SPECIFICUL ELEVILOR CU PRIVIRE LA DEJUN



**Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină**



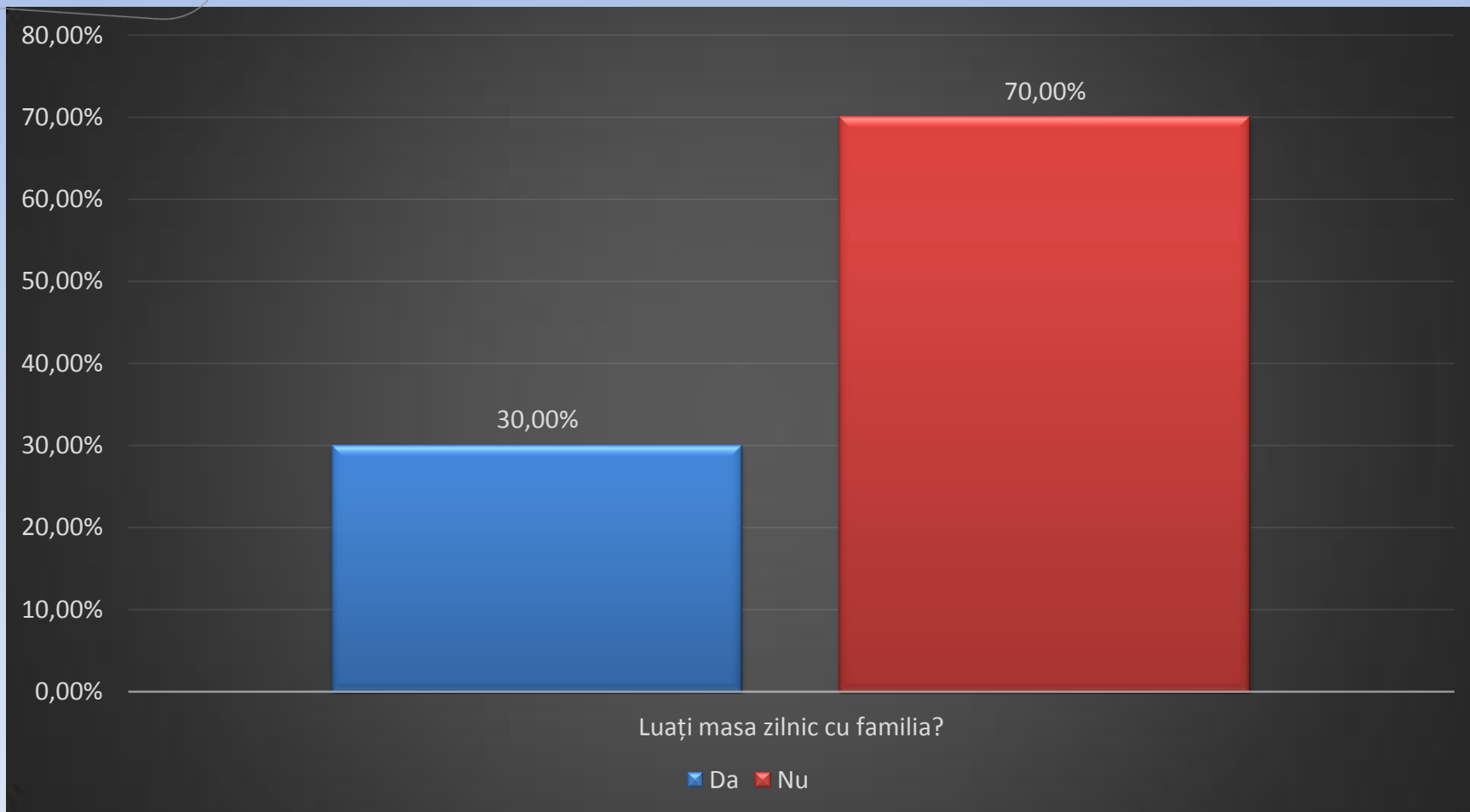
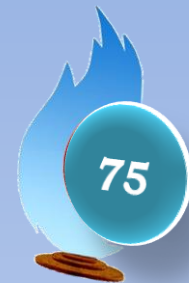
2. CONSUMUL DE LEGUME ȘI FRUCTE ÎN ALIMENTAȚIA ADOLESCENȚILOR



**Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină**



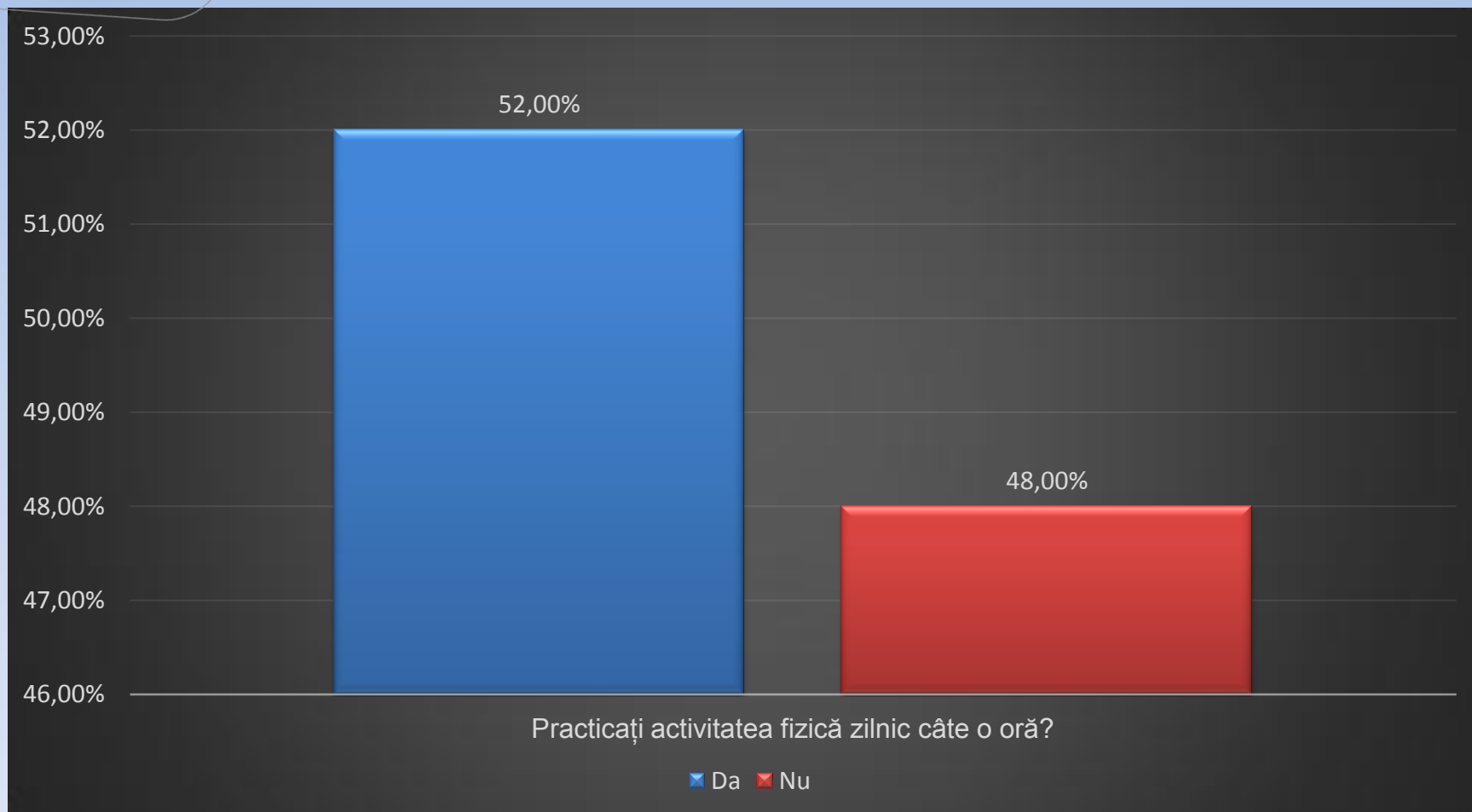
3. SERVIREA MESEI ÎMPREUNĂ CU FAMILIA



***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



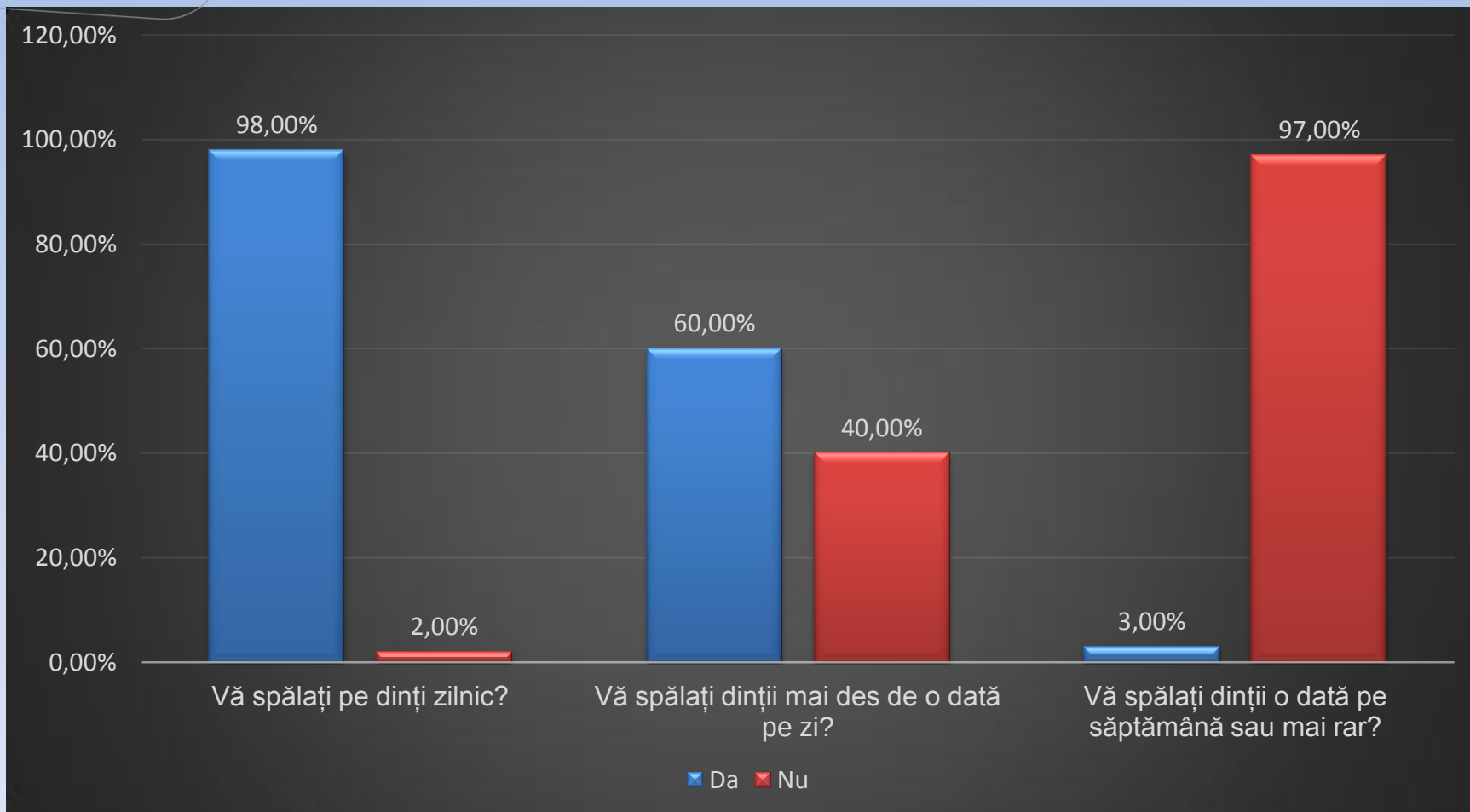
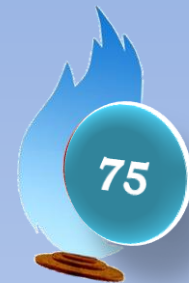
4. PRACTICAREA ACTIVITĂȚII FIZICE



***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



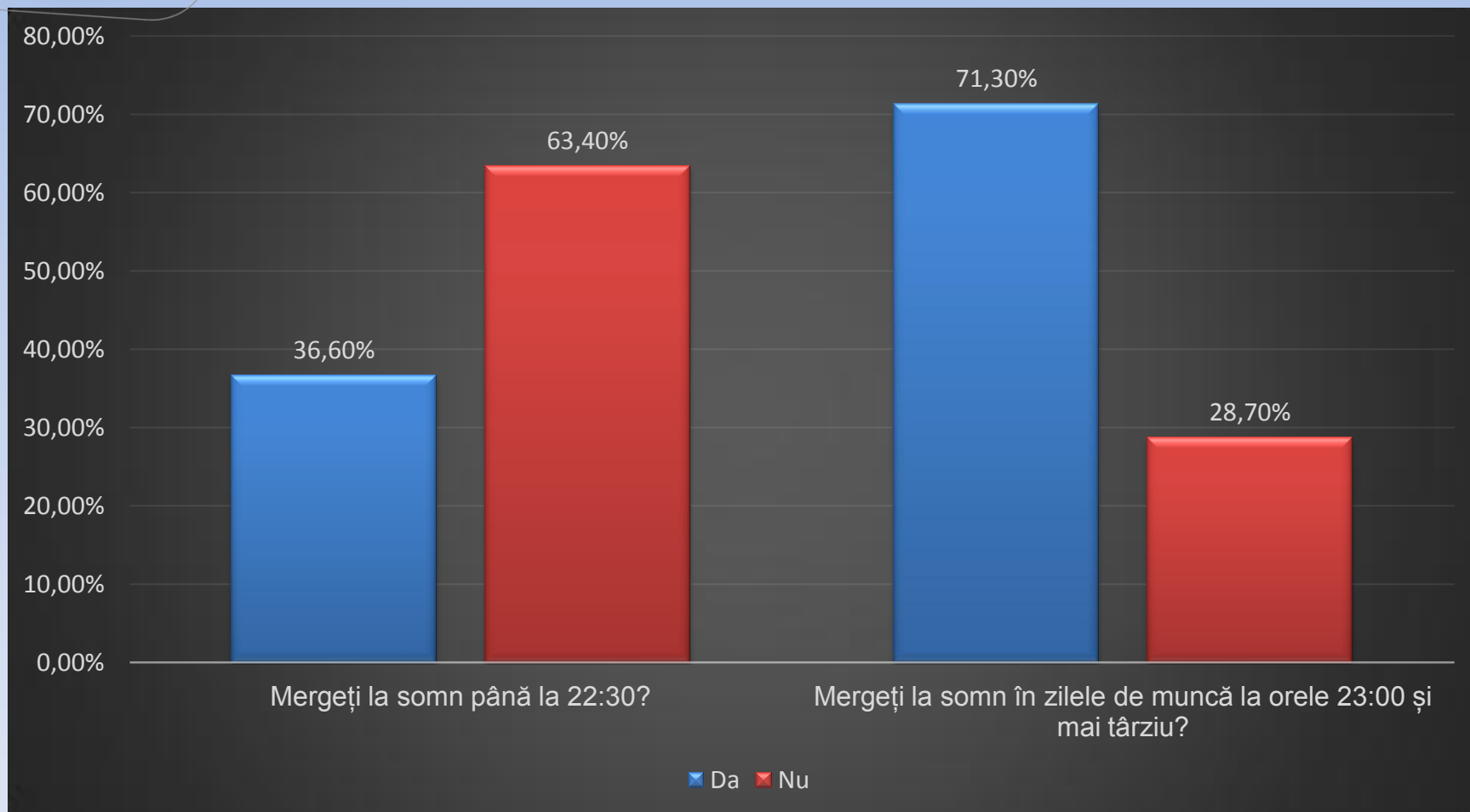
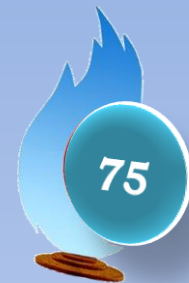
5. SPECIFICUL ELEVILOR CU PRIVIRE LA IGIENA DENTARĂ



**Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină**



6. SPECIFICUL REGIMULUI DE SOMN AL ADOLESCENȚILOR



**Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină**



CONCLUZII:



- 1. Studiul realizat a permis achiziționarea unui set de informații despre comportamentele sanogene al elevilor calificării Asistent medical, specialității Îngrijirea bolnavilor, motivând tineretul studios pentru respectarea acestora.**
- 2. Evaluând specificul dejunului al elevilor din CEMF „ Raisa Pacalo”, am determinat un număr considerabil al adolescenților care servesc dejunul zilnic.**
- 3. Analizând consumul de legume, fructe, dulciuri și carbogazoase în rândul elevilor, am constatat că în raport cu celelalte predomină consumul de legume și fructe.**

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***

CONCLUZII (1):



- 4. În baza studiului realizat, am observat că foarte puțini adolescenți iau masa zilnic cu familia.**
- 5. Conform sondajului, doar aproape jumătate din elevi practică în mod consistent activitatea fizică.**
- 6. În rezultatul studiului, se observă că marea majoritate a elevilor se spală corect pe dinți.**
- 7. Am constatat că mai mult de jumătate dintre elevi nu au un regim protector de somn.**

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



CONCLUZII (2):



8. Analizând incidența comportamentelor sanogene depistate la elevii calificării Asistent medical, specialitatea Îngrijirea bolnavilor se determină o proporție mai sporită a adolescenților CEMF „Raisa Pacalo”, care și-au format și mențin următoarele comportamente sanogene: luarea dejunului în fiecare zi, predominarea consumului de legume și fructe în alimentație, practicarea activității fizice zilnice, respectarea igienei dentare.

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



CONCLUZII (3):



9. Intenționăm să repetăm chestionarea acestui eșantion de elevi în ultimul an de studii în scopul evaluării dinamicii datelor obținute.

10. Considerăm că este foarte important ca adolescenții să-și stabilească anumite comportamente sanogene din tinerețe, care vor fi respectate pe parcursul întregii vieți.

***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***



Mulțumesc pentru timpul acordat!



***Conferința a-VIII-a Națională
cu participare internațională a elevilor din colegiile de medicină***