

Përfshirja e Sjelljes dhe Kulturës (BCI) në Shëndet

Mënyra se si sillemi është një pjesë thelbësore e shëndetit dhe mirëqenies sonë. Këtu përfshihen sjelljet e lidhura me stilin e jetesës, të tilla si konsumi i alkoolit, pirja e duhanit, të qenit fizikisht joaktiv ose ngrënia e ushqimeve të pashëndetshme. Këtu mund të përfshihen edhe sjelljet mbrojtëse, si mbajtja e maskës ose përdorimi i prezervativëve; apo gjithashtu ndërveprimet tona me shërbimet shëndetësore – për shembull, nëse ndjekim rekomandimet mbi vaksinimin ose ndjekim një plan trajtimi. OBSH është duke promovuar Përfshirjen e Sjelljes dhe Kulturës (Behavioural and Cultural Insights - BCI) në analizën e faktorëve të lidhur me shëndetin. Kjo përfshirje e sjelljes dhe kulturës është e vlefshme për të siguruar politika, shërbime dhe komunikime efektive shëndetësore të cilat përshtaten më mirë me nevojat dhe rrethanat specifike të individëve dhe komuniteteve.

Çfarë është Përfshirja e Sjelljes dhe Kulturës?

Përfshirja e Sjelljes dhe Kulturës (BCI) është një fushë brenda shëndetit publik që merret në mënyrë specifike me faktorët me ndikim në sjelljet shëndetësore. Duke përfshirë njohuritë mbi sjelljen dhe kulturën, BCI synon të përmirësojë rezultatet e politikave, shërbimeve dhe komunikimit shëndetësor. BCI bazohet në disiplina të tilla si shkenca e sjelljes dhe ekonomia, antropologjia, sociologjia, psikologjia dhe studimet kulturore. Shtimi i aspektit kulturor në njohuritë e sjelljes synon të nxjerrë në pah rëndësinë e kontekstit sociokulturor, sistemeve dhe strukturave shoqërore dhe shëndetësore krahas faktorëve individualë kur vlerësohen dhe adresohen sjelljet shëndetësore.

Sjelljet janë ndër faktorët më me ndikim për shëndetin dhe mirëqenien. Ne nuk mund të luftojmë pandemitë, të çrrënjosim sëmundjet ngjitëse, të frenojmë rezistencën antimikrobike ose të luftojmë kancerin dhe hipertensionin pa u përqendruar në sjelljen shëndetësore. Sot, gjithmonë e më shumë pranohet rëndësia e sjelljeve shëndetësore. Por qasjeve të përdorura shpesh u mungojnë faktet dhe qendrueshmëria. Sfidat shëndetësore me të cilat po përballemi kërkojnë ndërhyrje gjithëpërfshirëse të bazuara në fakte, në një kuptim më të mirë të nuancave të sjelljes njerëzore dhe kontekstit kulturor, si dhe në angazhimin me grupet e interesit.

Synimi është që të kalojmë nga një qasje e bazuar në supozime në një qasje të bazuar në fakte lidhur me sjelljet shëndetësore. BCI mund të ofrojë një metodologji rigorozë dhe këndvështrim të ri për të kuptuar sjelljet shëndetësore, kontekstin në të cilin ato ndodhin, dhe individët që përfshihen në këto sjellje. Së fundi, BCI do të mund të ndihmojë se si të adresohen më mirë barrierat dhe se si të verifikohen paraprakisht në popullatat specifike ndërhyrjet e propozuara.

*Dr. Hans Henri P. Kluge,
Drejtori Rajonal i OBSH-së për Evropën*

PËRMIRËSIMI I TRAJTIMIT TË PACIENTËVE ME SËMUNDJEN E PARKINSONIT PËRMES PËRSHKRIMIT TË RECETËS SOCIALE TË MËSIMEVE TË KËRCIMIT

Pasojat negative të disa sëmundjeve kronike mund të zbuten përmes rekomandimit të aktiviteteve fizike. Megjithatë, ushtrimet fizike të përsëritura mund të behën të lodhshme apo të mërzitshme për pacientët dhe kjo mund të çojë në pajtueshmëri (kompliancë klinike) të ulët apo dhe braktisje të rekomandimeve. Rekomandimet që përfshijnë kontekstin social-kulturor janë një alternativë inovative që synon t'i bëjë ushtrimet fizike më tërheqëse, interesante dhe të përmirësojë motivimin e pacientit në ndjekjen e trajtimit klinik. Për shembull, në shumë publikime shkencore të kohëve të fundit demonstrohet se, kërcimi apo vallëzimi ofron përmirësime domethënëse klinike për njerëzit me sëmundjen e Parkinsonit si në rezultatet motorike, përmirësime në ekuilibër, shpejtësinë e ecjes dhe lëvizshmërinë funksionale. Është dokumentuar gjithashtu një shkallë e lartë e pajtueshmërisë, braktisje e ulët e rekomandimeve dhe aktivitet i vazhdueshëm përtej periudhës së studimit. Në Rajonin Evropian të OBSH-së, një numër shtetesh anëtare kanë filluar të ofrojnë klasa vallëzimi për njerëzit me sëmundjen e Parkinsonit. Shumica e tyre drejtohen nga shoqata me ekspertizë në fushën e vallëzimit, të cilat kanë krijuar marrëdhënie bashkëpunimi me mjekët në kujdesin parësor, spitale ose qendra të specializuara të trajtimit të sëmundjes së Parkinsonit. Disa mjeke ofrojnë referime të drejtpërdrejta dhe pjesëmarrësit gjithashtu mund të vetë-referohen¹.

¹ Fancourt D, Finn S. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2019.