

# ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

Νικόλαος Μανάφης, Κοινωνικός Λειτουργός  
Θεσσαλονίκη, 2023

# Κοινοτική υγεία: Ορισμός

Η κοινοτική υγεία καθιερώθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας το 1974, ως υποσύστημα της δημόσιας υγείας, προκειμένου να δίνονται τοπικές λύσεις σε τοπικά προβλήματα δημόσιας υγείας, αρχικά σε αναπτυσσόμενες χώρες. Σήμερα, χώρες όπως οι: ΗΠΑ, Αυστραλία, Καναδάς, Βραζιλία, Φινλανδία, Ιταλία και άλλες της Ασίας και της Αφρικής, εφαρμόζουν με επιτυχία πολυμορφικά μοντέλα κοινοτικής υγείας. Η κοινοτική υγεία συνιστά κατά κύριο λόγο διαδικασία εφαρμοσμένης προαγωγής και εκπαίδευσης υγείας ολοκληρωμένης παρέμβασης, επιστημονικά τεκμηριωμένης, με κεντρικό στόχο την κάλυψη τεκμηριωμένων αναγκών υγείας του συνόλου του πληθυσμού ευθύνης της τοπικής μονάδας κοινοτικής υγείας.

Ο όρος 'κοινοτική υγεία' αναφέρεται στην προστασία της υγείας σε σχέση με την τοπικότητα της ζωής, του περιβάλλοντος και στη μεταξύ τους αλληλεπίδραση. Αναγνωρίζεται ως κοινοτικό αγαθό με σκοπό την προάσπιση της υγείας και της ευημερίας κάθε υποσυνόλου της κοινότητας – ατόμου, μέσω της πρόληψης, της αποφυγής κάθε εμφανούς ή βουβού κινδύνου και της αποφυγής διασάλευσης από επιδημιολογικό, φυσικό, κλιματικό ή άλλον παράγοντα κινδύνου.

Η αντίληψη ότι η υγεία αποτελεί μια κατάσταση ισορροπίας μεταξύ του ατόμου, διαφόρων άλλων παραγόντων (όπως βακτήρια, ιοί, τοξίνες) και του περιβάλλοντος είναι από τις πιο διαδεδομένες αντιλήψεις που κυριαρχούν για την υγεία. Στην πραγματικότητα, η υγεία δεν αποτελεί μια κατάσταση που απλώς μπορεί να συμβεί. Το να γεννηθεί ένας άνθρωπος με «καλά» γονίδια και να μπορεί να έχει πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη είναι πολύ σημαντικό αλλά δεν σημαίνει ότι αποκλείεται από ασθένειες. Μάλιστα, το είδος φαγητού που καταναλώνεται, η φυσική δραστηριότητα, η έκθεση στον καπνό και γενικότερα ο τρόπος ζωής και το περιβάλλον μέσα στο οποίο μεγαλώνουμε εμπεριέχει ποικίλους παράγοντες, οι οποίοι μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά, είτε θετικά είτε αρνητικά, την υγεία. Έτσι, λοιπόν, γίνεται κατανοητό ότι η υγεία των ατόμων αλλά και των κοινοτήτων αποτελεί ένα κράμα βιολογικών, ψυχολογικών, κοινωνικών, πνευματικών, πολιτισμικών και πολιτικοοικονομικών παραγόντων.

# Προγράμματα προαγωγής κοινοτικής υγείας

Τα προγράμματα προαγωγής υγείας αποτελούν προγραμματισμένες, οργανωμένες και δομημένες δραστηριότητες με στόχο την παροχή βοήθειας στους ανθρώπους ώστε να αποφασίζουν τεκμηριωμένα για θέματα σχετικά με την υγεία τους. Επίσης, μέσω αυτών των προγραμμάτων επιτυγχάνονται αλλαγές σε πολιτικό, περιβαλλοντικό, ρυθμιστικό, οργανωτικό και νομοθετικό επίπεδο. Ο σχεδιασμός τους, πλέον, στοχεύει στην αξιοποίησή τους από:

- σχολεία
  - εργασιακούς χώρους
  - οργανισμούς υγειονομικής περίθαλψης
  - κοινότητες με παιδιά και ενήλικους
- ώστε να παρέχεται ένα ολοκληρωμένο και συστημικό πλαίσιο.

# Κατηγορίες προαγωγής κοινοτικής υγείας

Η προαγωγή της κοινοτικής υγείας και η χρήση των προγραμμάτων υγείας διακρίνεται σε τρεις βασικές κατηγορίες:

- ❖ Πρωτογενή πρόληψη
- ❖ Δευτερογενή πρόληψη
- ❖ Τριτογενή πρόληψη

# Πρωτογενής πρόληψη

Η πρωτογενής πρόληψη σχετίζεται με δραστηριότητες και συμπεριφορές που το άτομο τείνει να υιοθετεί προκειμένου να επιτύχει τα βέλτιστα δυνατά επίπεδα ευεξίας και την αποφυγή έκθεσης σε παράγοντες που αυξάνουν τον κίνδυνο να εκδηλωθεί πρόβλημα στην υγεία του.

Το άτομο στην πρωτογενή πρόληψη είναι ελεύθερο νόσου και δεν εμφανίζει κανένα σύμπτωμα.

Έτσι, ακολουθεί κάποιες συγκεκριμένες συμπεριφορές πριν εμφανιστεί κάποιο σύμπτωμα ή ενδείξεις ύπαρξης κάποιας ασθένειας. Η πρωτογενής πρόληψη, λοιπόν, αναφέρεται όχι μόνο στην πρόληψη ασθενειών και νοσημάτων αλλά και την προαγωγή της υγείας.

Παραδείγματα συμπεριφορών πρωτογενούς πρόληψης μπορεί να είναι το ασφαλές σεξ, η διατροφή, η αποφυγή καπνίσματος κ.α.

# Δευτερογενής πρόληψη

Στόχος της δευτερογενούς πρόληψης είναι να προσδιοριστούν όσο καλύτερα γίνεται τα παθολογικά ή ψυχικά συμπτώματα και να γίνει έγκαιρη παρέμβαση, ώστε να αποτραπεί η εμφάνιση ή εκδήλωση μιας παθολογίας.

Αυτού του είδους τα προγράμματα αποτελούν την δευτερογενή πρόληψη. Η δευτερογενής πρόληψη και οι συμπεριφορές που τη συνοδεύουν εμφανίζονται όταν ήδη πλέον έχουν εμφανιστεί κάποια συμπτώματα. Περιλαμβάνει κάποια προληπτικά μέτρα που στοχεύουν στο να αποτρέψουν κάποια αρνητική έκβαση. Ξεκινά από τη στιγμή που το άτομο θα εμφανίσει κάποια παθολογία.

Αξίζει να τονιστεί ότι η βασική διαφορά μεταξύ της πρωτογενούς και δευτερογενούς πρόληψης είναι ότι στην πρώτη οι συμπεριφορές που υιοθετούνται στοχεύουν στην αποτροπή εμφάνισης κάποιας νόσου, ενώ στη δεύτερη έχουν ως στόχο την διάγνωση (η οποία υπάρχει στο άτομο) σε πρώιμο στάδιο.

# Τριτογενής πρόληψη

Τέλος, υπάρχουν τα προγράμματα που στοχεύουν στην τριτογενή πρόληψη, η οποία δίνει έμφαση στο άτομο, το οποίο πλέον πάσχει από κάποιο παθολογικό πρόβλημα και έχει τη διάγνωση μιας ασθένειας. Περιλαμβάνει μέτρα τα οποία σχετίζονται ειδικότερα στη θεραπεία της υπάρχουσας νόσου, στον έλεγχο της εξέλιξής της και στην αποφυγή υποτροπών. Οι συμπεριφορές τριτογενούς πρόληψης έχουν ως στόχο τη μείωση επιπτώσεων που προκαλεί η ασθένεια, την πρόληψη επιπλέον αναπηρίας και ταυτόχρονα την παροχή βοήθειας αναφορικά με την αποκατάσταση της υγείας και την επίτευξη ενός καλού επιπέδου ποιότητας ζωής, ακόμη και σε περιπτώσεις όπου δεν μπορεί να υπάρξει πλήρης ίαση.



Τα προγράμματα προαγωγής υγείας έχουν σχεδιαστεί με βάση ώστε να στοχεύουν σε ένα συγκεκριμένο πληθυσμό και σε μια συγκεκριμένη ομάδα ατόμων, τα οποία μοιράζονται κοινά χαρακτηριστικά αναφορικά με το υπάρχον πρόβλημα υγείας. Ο σχεδιασμός, η υλοποίηση και η αξιολόγηση των προγραμμάτων επιτυγχάνονται με στόχο την άσκηση επιρροής σε θέματα προαγωγής υγείας σε διάφορους πληθυσμούς. Η συλλογή πληροφοριών και γνώσεων σχετικά με τις ανησυχίες, τις γνώσεις, τις ανάγκες, τις στάσεις και τις δεξιότητες που αφορούν την υγεία ενός πληθυσμού, αποτελεί το βασικό στοιχείο για την επιτυχία ενός προγράμματος. Επιπλέον, η συμμετοχή σχολείων, κοινοτήτων και χώρων που υπάρχουν πολλοί άνθρωποι είναι βασική σε επίπεδο σχεδιασμού.

# Θεωρία κινητοποίησης της κοινότητας

Η κινητοποίηση της κοινότητας εστιάζει περισσότερο σε στρατηγικές που βασίζονται στην κοινότητα με στόχο να βελτιωθούν ζητήματα που αφορούν την υγεία.

Η κινητοποίηση της κοινότητας, σύμφωνα με την αρχική της ανάπτυξη, εστιάζει περισσότερο στις κοινότητες, τόσο φυσικά (πόλεις, γειτονιές, χωριά) όσο και σε επίπεδο ομάδων ανθρώπων που μοιράζονται κοινά συμφέροντα (πολιτιστικές, φυλετικές, θρησκευτικές). Επιχειρεί να συμπεριλάβει όλους τους τομείς που υπάρχουν σε μια κοινότητα, σε μια προσπάθεια αντιμετώπισης και διαχείρισης ενός ζητήματος που αφορά την υγεία ή σχετίζεται με κοινωνικά ή περιβαλλοντικά θέματα.

Μερικά από τα αποτελέσματα μπορεί να εμπεριέχουν την προώθηση της συνεργασίας μεταξύ των ατόμων και των οργανισμών, τη δημιουργία δημόσιας ευαισθητοποίησης, της κοινής ιδιοκτησίας ανάμεσα στα άτομα και στις οργανώσεις, τη διερεύνηση της βάσης υποστήριξης για ένα ζήτημα, την προώθηση δικτύωσης, κατάρτισης και εκπαίδευσης, την αύξηση της πρόσβασης σε ευκαιρίες που μπορεί να δοθεί χρηματοδότηση για την υποστήριξη του κοινοτικού προγραμματισμού.

Εντοπίζονται τέσσερις φάσεις στην κινητοποίηση της κοινότητας:

1. σχεδιασμός για κινητοποίηση
2. ευαισθητοποίηση
3. δημιουργία συνασπισμού
4. ανάληψη δράσης

Στην πρώτη φάση, στον σχεδιασμό της κινητοποίησης, ξεκινά μια διαδικασία κατά την οποία πραγματοποιείται σχεδιασμός, ώστε να προσδιοριστούν παράγοντες, οι οποίοι είναι δυνατό να επηρεάσουν την όλη διαδικασία της κινητοποίησης. Στην δεύτερη φάση, που αφορά την ευαισθητοποίηση, η προσοχή εστιάζεται στα βασικά άτομα και στις οργανώσεις, με τις οποίες θα πρέπει να γίνει επικοινωνία. Κατά τη διάρκεια της τρίτης φάσης, που αφορά τη δημιουργία συνασπισμού, υπογραμμίζεται η ανάγκη για οικοδόμηση ενός συνασπισμού που θα εμπεριέχει βασικούς οργανισμούς και άτομα, όπως παρόχους υγειονομικής περίθαλψης, μέλη τοπικών μέσων ενημέρωσης, διευθυντές σχολείων και πανεπιστημιακών ιδρυμάτων, τοπικές αστυνομικές δυνάμεις, τοπικές επιχειρήσεις, τους πολίτες της κοινότητας, κ.α. Η ανάληψη δράσης, η οποία διαδραματίζει καίριο ρόλο στην υλοποίηση των αποτελεσμάτων, αποτελεί το τελευταίο στάδιο. Η ανάπτυξη και εφαρμογή ενός σχεδίου δράσης αποτελούν μέρη αυτής της φάσης.

# Θεωρία Κοινωνικών Κανόνων

Η θεωρία των κοινωνικών κανόνων προέρχεται από την κοινωνιολογία, την ανθρωπολογία, την κοινωνική ψυχολογία, το δίκαιο, τις πολιτικές επιστήμες και τις επιστήμες υγείας. Οι κοινωνικοί κανόνες ορίζονται ως άτυποι – άγραφοι – κανόνες, οι οποίοι ορίζουν ποιες ενέργειες είναι αποδεκτές, κατάλληλες και υποχρεωτικές σε μια ομάδα ανθρώπων ή σε μια κοινωνία.

Οι κοινωνικοί κανόνες ορίζονται ως οι πεποιθήσεις σχετικά με το τι πράττουν οι άλλοι άνθρωποι στην ομάδα τους αλλά και σε τι δίνουν έγκριση και τι απορρίπτουν.

Η επιρροή των κοινωνικών κανόνων φαίνεται ότι έχει αποδειχθεί σε διάφορες καταστάσεις αναφορικά με την υγεία, όπως, η κατανάλωση αλκοόλ, η διατροφή, το κάπνισμα, το πλύσιμο των χεριών, κτλ.

Γιατί, όμως οι άνθρωποι συμμορφώνονται με τους κοινωνικούς κανόνες ακόμη κι αν αυτό που είναι να κάνουν μπορεί να αποβεί βλαβερό για τους ίδιους ή τους άλλους;

Σε μια ανασκόπηση που πραγματοποιήθηκε, εντοπίστηκαν 4 μηχανισμοί που σχετίζονται με τη συμμόρφωση:

- **Συντονισμός:** οι άνθρωποι επιδιώκουν την επίτευξη ενός στόχου που απαιτεί συντονισμένη δράση μεταξύ των μελών μιας ομάδας
- **Κοινωνική Πίεση:** οι άνθρωποι περιμένουν να λάβουν κοινωνικές συνέπειες (είτε ανταμοιβή είτε τιμωρία) για τη (μη) συμμόρφωσή τους με κάποιον κανόνα
- **Σήμανση και Συμβολισμός:** οι άνθρωποι επιθυμούν να τονίσουν την συμμετοχή τους σε μια συγκεκριμένη ομάδα έτσι για να το κάνουν αυτό, ακολουθούν ειδικά τους κανόνες, οι οποίοι θεωρείται ότι ισχύουν για την συγκεκριμένη ομάδα
- **Σημεία αναφοράς:** οι άνθρωποι εσωτερικεύουν τους κανόνες σχετικά με το ποιες ενέργειες είναι φυσιολογικές σε κάθε κατάσταση που προκύπτει σε τέτοιο βαθμό που κάποια στιγμή τους ακολουθούν αυθόρμητα και αυτόματα

# Ζητήματα ηθικής στην κοινοτική υγεία

Υπό το πρίσμα της σύγχρονης ανάπτυξης της ηθικής στη δημόσια υγεία, τίθενται διάφορα ζητήματα ηθικής γύρω από την κοινοτική φροντίδα. Μερικά από αυτά αφορούν:

1. Η ηθική της έρευνας
2. Η ηθική και ο έλεγχος λοιμωδών νοσημάτων
3. Τα ηθικά ζητήματα στην περιβαλλοντική υγεία
4. Η ευαλωτότητα και οι περιθωριοποιημένοι πληθυσμοί
5. Η γενετική στη δημόσια υγεία
6. Η αποτελεσματικότητα και η δικαιοσύνη στη διανομή πόρων υγείας

# Μοντέλο εποπτείας: μοντέλο παρέμβασης σε ζητήματα ηθικής

Σύμφωνα με το μοντέλο, τα φιλελεύθερα κράτη έχουν ευθύνη για την φροντίδα σημαντικών αναγκών των ανθρώπων, τόσο ατομικά, με βάση παράγοντες όπως η ηλικία, το φύλο, το εθνικό υπόβαθρο ή η κοινωνική και οικονομική κατάσταση, όσο και συλλογικά για τον πληθυσμό ως σύνολο, συμπεριλαμβανομένων τόσο των πολιτών ενός κράτους όσο και εκείνων που δεν έχουν το καθεστώς του πολίτη αλλά εμπíπτουν στη δικαιοδοσία των κρατών.

Το μοντέλο αποδίδει έμφαση στην υποχρέωση των κρατών να παρέχουν τις συνθήκες εκείνες που επιτρέπουν στους ανθρώπους να είναι υγιείς, και, ειδικώς, στην υποχρέωση των κρατών να λαμβάνουν μέτρα για τη μείωση των ανισοτήτων στην υγεία. Το κράτος που εφαρμόζει μοντέλο εποπτείας στη δημόσια υγεία αναγνωρίζει ότι πρωταρχικό ατού ενός έθνους είναι η υγεία του και ότι υψηλότερα επίπεδα υγείας συσχετίζονται με μεγαλύτερη συνολική ευημερία και παραγωγικότητα.

Επισημαίνεται στο σημείο αυτό, ότι στην περίπτωση πανδημιών αναφορικά με την επιτήρηση σε διεθνές πλαίσιο, με βάση την εφαρμογή του μοντέλου εποπτείας σε παγκόσμιο επίπεδο, οι χώρες έχουν την ηθική υποχρέωση της μείωσης κινδύνων κακής υγείας που οι άνθρωποι μπορεί να επιφέρουν ο ένας στον άλλο περνώντας τα σύνορα. Επομένως, οι χώρες πρέπει να ειδοποιούν άλλες σχετιζόμενες χώρες και οργανισμούς για επιδημικές εξάρσεις σοβαρών νόσων στο πιο πρώιμο στάδιο, ακολουθώντας τις συναφείς κείμενες από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας διαδικασίες.



# Σκοποί

1. Μείωση των κινδύνων κακής υγείας που οι άνθρωποι μπορούν να επιφέρουν ο ένας στον άλλο
2. Μείωση των αιτιών κακής υγείας με νομοθετικές ρυθμίσεις που διασφαλίζουν περιβαλλοντικές συνθήκες διατήρησης καλής υγείας, όπως η παροχή καθαρού αέρα και νερού, ασφαλούς τροφής και κατοικίας
3. Ειδική προσοχή στην υγεία των παιδιών και άλλων ευάλωτων ομάδων
4. Προαγωγή της υγείας όχι μόνο με την παροχή πληροφόρησης και συμβουλευτικής αλλά επίσης με προγράμματα που βοηθούν τους ανθρώπους να ξεπεράσουν εξαρτήσεις και άλλες μη υγιεινές συμπεριφορές
5. Διασφάλιση ευκολιών για τους ανθρώπους προκειμένου να διάγουν υγιεινή ζωή, με την παροχή, για παράδειγμα, ευκαιριών άθλησης με ασφάλεια
6. Διασφάλιση στους ανθρώπους κατάλληλης πρόσβασης σε ιατρικές υπηρεσίες
7. Μείωση των μη ακριβοδίκαιων ανισοτήτων υγείας