



Alina Dworak: *Zdrowie i zachowania zdrowotne kobiet. Perspektywa społeczno-pedagogiczna*. Toruń: Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit”, 2018, 152 s., ISBN 978-83-63955-55-7

Zdrowie stanowi wartość dla pojedynczego człowieka i dla całego społeczeństwa. „Dobry stan zdrowia obywateli jest jednym z bogactw naturalnych kraju determinujących rozwój społeczny, gospodarczy czy indywidualny”¹. Zdrowie jest nie tylko „kategorią biologiczną, ale i społeczną, obyczajową i kulturową, osadzoną w realiach czasu i przestrzeni”². Zachowania jednostki związane ze zdrowiem są uwarunkowane kontekstem społecznym i kulturowym³. Badania socjomedyczne wskazują na związek stanu zdrowia z indywidualnymi wynikającymi ze stylu życia zachowaniami ludzi oraz z właściwościami życia społecznego. Wszystko to uzasadnia potrzebę prowadzenia badań nad stanem zdrowia i zachowaniami je warunkującymi w różnych grupach społecznych.

W książce Aliny Dworak *Zdrowie i zachowania zdrowotne kobiet. Perspektywa społeczno-pedagogiczna* w interesujący sposób przedstawiona została problematyka zdrowia w grupie kobiet. Głównym celem podjętych w pracy badań i analiz jest „ukazanie współczesnej kobie-

¹ Karta ottawska w tłumaczeniu Jerzego B. Karskiego w: *Promocja zdrowia. Wprowadzenie do zagadnień krzewienia zdrowia*. Red. J.B. Karski, Z. Słowska, B.W. Wasilewski. Wyd. 2. Warszawa: Sanmedia, 1994, s. 425.

² J. Aleksandrowicz: *Nie ma nieuleczalnie chorych*. Warszawa: Iskry, 1982, s. 10.

³ A. Ostrowska: *Styl życia a zdrowie. Z zagadnień promocji zdrowia*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Filozofii i Socjologii PAN, 1999, s. 15.

ty, jej sytuacji zdrowotnej, podejmowanych zachowań zdrowotnych będących determinantami stylu życia i warunkującymi jakość życia w perspektywie społeczno-pedagogicznej oraz konieczność podejmowania działań kompensacyjnych służących podniesieniu świadomości zdrowotnej współczesnej kobiety” (s. 8). Badania obejmują następujące zagadnienia:

1. Styl życia badanych kobiet:
 - a) sposób i jakość odżywiania się;
 - b) podejmowanie aktywności fizycznej;
 - c) stosowanie używek;
 - d) sposoby radzenia sobie ze stresem.
2. Podejmowanie przez ankietowane kobiety działań profilaktycznych w zakresie ochrony zdrowia z wyodrębnieniem obszarów edukacji zdrowotnej w poszczególnych latach życia (s. 9).

Publikacja składa się z wprowadzenia, trzech rozdziałów i zakończenia, a także starannie opracowanej bibliografii, spisu tabel, schematów i wykresów.

We wprowadzeniu przedstawiony został ogólny zarys problematyki analizowanej w pracy oraz założenia metodologiczne podjętych badań.

Rozdział pierwszy, zatytułowany: *Interdyscyplinarny kontekst problematyki funkcjonowania współczesnej kobiety*, poświęcono koncepcjom biologicznym i rolom społecznym kobiet. Autorka przywołuje istotną z punktu widzenia analizowanej problematyki literaturę, a na jej podstawie w zwięzły i przejrzysty sposób przedstawia kształtowanie się roli kobiety od starożytności do czasów współczesnych. W podsumowaniu tego wątku podkreśla: „Przedstawione zagadnienia są przedmiotem nieustannej dyskusji nad współczesnym funkcjonowaniem kobiet. Zdrowie kobiet jest warunkiem podstawowym ich funkcjonowania w różnych rolach społecznych, stanowi bowiem wartość umożliwiającą realizację celów i życiowych zadań, gwarantując tym samym satysfakcję życiową” (s. 29). Kontynuacją rozważań jest zawarta w tym rozdziale analiza rozstrzygnięć terminologicznych dotyczących pojęcia „zdrowie”. Przytoczenie najnowszych raportów i badań służy przedstawieniu sytuacji zdrowotnej Polaków, ze wskazaniem różnic w problemach zdrowotnych kobiet i mężczyzn. Drugim obok zdrowia kluczowym pojęciem – jak pisze Alina Dworak – „są czynniki determinujące zdrowie człowieka” (s. 41). W dalszej części rozdziału pierwszego omówiony jest styl życia i zachowania związane ze zdrowiem. Rozdział ten zamykają rozważania na temat związku między nierównościami społecznymi a nierównościami w dostępie do zdrowia. Autorka podkreśla: „nierówności społeczne stanowią główną przyczynę nierówności w dostępie do zdrowia. [...] wyrównanie nierówności

w zdrowiu spowodowanych nierównościami społecznymi jest priorytetowym celem strategii działań na rzecz zdrowia” (s. 53).

Jak pisze Anna Gaweł, „Każdy człowiek może być kreatorem własnego zdrowia, obraz jego stylu życia jest bowiem w znacznym stopniu efektem indywidualnych decyzji i wyborów”⁴. Problematyce stylu życia w kontekście zdrowia człowieka poświęcony jest rozdział drugi recenzowanej pracy zatytułowany: *Zachowania zdrowotne w codzienności życia współczesnej kobiety*. Rozdział ten zawiera analizę badań własnych autorki na temat zachowań zdrowotnych kobiet. Czytelnik zapoznany zostaje z charakterystyką demograficzno-społeczną badanej grupy kobiet (445 mieszkanki województwa śląskiego w wieku 20–45 lat). Analizę stylu życia badanych kobiet poprzedza krótka charakterystyka ich sytuacji zdrowotnej. W badaniach stylu życia kobiet autorka skupiła się na zachowaniach żywieniowych i aktywności fizycznej jako elementach zdrowego stylu życia oraz na zachowaniach antyzdrowotnych, takich jak: palenie tytoniu i częstotliwość spożywania alkoholu. Jako istotny element stylu życia wskazała też radzenie sobie ze stresem. Omówienie tego zagadnienia, jak i zagadnienia dotyczącego wypoczynku zamyka rozdział drugi pracy.

Rozdział trzeci, zatytułowany: *Potrzeba edukacji zdrowotnej w kształtowaniu świadomości zdrowotnej kobiet*, rozpoczyna się następującymi słowami: „Zachowania człowieka w codziennym życiu ukierunkowane są na ochronę i promocję własnego zdrowia, obejmując wszelkie działania i środki służące zapobieganiu chorobom, zwane działaniami profilaktycznymi. Najbardziej efektywną metodą zwalczania i niwelowania chorób jest profilaktyka [...]. A zatem wyrazem troski o własne zdrowie jest świadome i regularne korzystanie ze świadczeń zdrowotnych, poprzez realizowane na szeroką skalę programy profilaktyczne” (s. 103). W rozdziale trzecim ukazano zakres badań profilaktycznych podejmowanych przez badane kobiety, z uwzględnieniem następujących aspektów: motyw, częstotliwość i rodzaje badań (badania stomatologiczne, ogólne krwi, pomiar ciśnienia, badania cytologiczne, mammografia, USG piersi) (s. 107). W rozdziale tym autorka ukazała rys historyczny pojęcia „promocja zdrowia” i dokonała analizy tego pojęcia. Omówiła także zadania edukacji zdrowotnej na poszczególnych etapach ontogenezy kobiet.

Pragnę podkreślić, iż po przeczytaniu książki Aliny Dworak czytelnik uświadamia sobie znaczenie stylu życia dla zachowania i pomnażania potencjału zdrowia oraz wagę prowadzenia badań profilaktycz-

⁴ A. Gaweł: *Zdrowie jako przedmiot edukacji*. W: M. Kowalski, A. Gaweł: *Zdrowie. Wartość. Edukacja*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2006, s. 116.


nych w celu wczesnego wykrycia ewentualnych chorób. Recenzowana publikacja jest godna polecenia, gdyż podjęto w niej analizę ważnych zagadnień, zaprezentowano pogłębioną syntezę literatury przedmiotu i przeprowadzonych badań. Z tą publikacją powinny się zapoznać wszystkie osoby mające wpływ na kształtowanie zachowań zdrowotnych kobiet: nauczyciele akademicy realizujący zagadnienia z zakresu zdrowia i jego promocji, promotorzy zdrowia, pracownicy opieki zdrowotnej oraz nauczyciele i pedagodzy szkół średnich.

Bibliografia

- Aleksandrowicz J.: *Nie ma nieuleczalnie chorych*. Warszawa: Iskry, 1982.
- Gawel A.: *Zdrowie jako przedmiot edukacji*. W: M. Kowalski, A. Gawel: *Zdrowie. Wartość. Edukacja*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2006.
- Ostrowska A.: *Styl życia a zdrowie. Z zagadnień promocji zdrowia*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Filozofii i Socjologii PAN, 1999.
- Promocja zdrowia. Wprowadzenie do zagadnień krzewienia zdrowia*. Red. J.B. Karński, Z. Słowska, B.W. Wasilewski. Wyd. 2. Warszawa: Sanmedia, 1994.

Elżbieta Kościńska

Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

 <https://orcid.org/0000-0002-5016-7170>