



NACIONALINĖ SVEIKATOS TARYBA

POSĖDŽIO

„DĖL SVEIKATINAMOJO FIZINIO AKTYVUMO LIETUVOJE. KOKIE SPRENDIMAI LEMTŲ TEIGIAMUS POKYČIUS?“

SPRENDIMAS

2023 m. gegužės 17 d. Nr. N-3

Vilnius

Nacionalinė sveikatos taryba (toliau – Taryba) posėdžio, vykusio 2023 m. balandžio 26 d., metu aptarė sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo politiką ir jos įgyvendinimą, fizinio aktyvumo naudas vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybei: praktinius patarimus, ateities technologijas bei fizinio aktyvumo skatinimo perspektyvas visiems nepriklausomai nuo amžiaus ir galimybių.

Posėdžio metu buvo pabrėžta, jog mažas fizinis aktyvumas yra ne tik Lietuvos ar Europos, bet ir viso pasaulio problema. Daugelyje šalių daugiau nei 50 proc. šalies gyventojų turi viršsvorį ar yra nutukę, nuolatos auga antsvorį turinčių ar nutukusių vaikų skaičius. Todėl fizinio aktyvumo skatinimas tarp įvairių amžiaus grupių – nuo vaikų iki garbaus amžiaus senjorų yra labai svarbus. Atkreiptas dėmesys į tai, kad mažas gyventojų fizinis aktyvumas nėra vien tik sveikatos specialistų rūpestis. Jis yra glaudžiai susijęs su kitų valstybės ir privataus ūkio sektorių, visuomeninių organizacijų, bendruomenių ir kitų sveikatai neabejingų entuziastų veikla ir tik bendros pastangos puoselėjant fiziškai aktyvų gyvenimo būdą, integruojant jį visose žmogaus veiklos srityse, gali prisidėti prie sveikesnės ir laimingesnės visuomenės kūrimo.

Taryba atkreipia dėmesį, kad Lietuvos strateginiuose teisės aktuose (Lietuvos pažangos strategija „Lietuva 2030“, Lietuvos sveikatos 2014-2025 metų strategija, Lietuvos Respublikos sporto įstatymas, nacionalinės pažangos programos ir jų priemonių planai – 2022-2030 m. sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo (valdytoja Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija), sporto plėtros (valdytoja Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija) programos ir jų priemonių planai, sveikatos tausojimo ir stiprinimo politikos gairės) ypatingas dėmesys yra skiriamas sveikai gyvensenai, sveikatos stiprinimo priemonėms, tame tarpe – sveikatinamajam fiziniam aktyvumui.

Taryba posėdžio metu, išklausiusi pranešimus bei įvertinusi diskusijas, dalyvaujant suinteresuotiems Lietuvos Respublikos Seimo nariams, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos, Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto, Lietuvos Respublikos krašto apsaugos ministerijų, Nacionalinės sporto agentūros prie Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos, Lietuvos sporto ir Klaipėdos universitetų, Lietuvos savivaldybių asociacijos, savivaldybių administracijų, visuomenės sveikatos biurų atstovams, savivaldybių gydytojams, atkreipia dėmesį, kad:

- stokojama nuoseklaus strateginio planavimo, siekiamo poveikio vertinimo, pasiektų rezultatų analizės, savalaikių pokyčių ir tarpinstitucinio bendradarbiavimo įvairiuose sektoriuose, skatinant visų amžiaus grupių sveikatinamąjį fizinį aktyvumą;
- nors Lietuvoje yra tyrimų, nagrinėjančių vaikų fizinio aktyvumo problematiką, nėra sisteminio požiūrio: skirtingos įstaigos ir mokslo institucijos taiko skirtingus metodus ir dubliuoja tyrimus;
- per retai įsiklausoma į mokslininkų išvadas, kai kalbama apie mokinių fizinio aktyvumo skatinimą, nors mokslininkų ir politikos formuotojų bendradarbiavimas yra ypač svarbus skatinant vaikų ir jaunimo fizinį aktyvumą;
- nėra institucijos, kuri rinktų duomenis, vykdytų stebėseną ir rengtų rekomendacijas, susijusias su įvairių amžiaus grupių gyventojų fiziniu aktyvumu ir fiziniu pajėgumu, o taip pat nesukurta moksleivių fizinio pajėgumo stebėsenos sistema;
- nepakankama ir ne visiems prieinama fizinio aktyvumo infrastruktūra, neišnaudojamos jos teikiamos, o taip pat vaikų ir jaunimo neformaliojo sportinio ugdymo galimybės.

Taryba, siekdama tolesnio fizinio aktyvumo plėtojimo, teigiamų pokyčių skatinant sveikatinamąjį fizinį aktyvumą, n u s p r e n d ž i a siūlyti:

1. Lietuvos Respublikos Seimui ir Vyriausybei:

1.1. atkreipti dėmesį į mokslininkų ir politikos formuotojų bendradarbiavimo svarbą, rengiant ir įgyvendinant fizinio aktyvumo skatinimo politikos dokumentus, teisės aktus.

1.2. įpareigoti ne tik Švietimo, mokslo ir sporto bei Sveikatos apsaugos ministerijas, bet ir Vidaus reikalų, Krašto apsaugos, Socialinės apsaugos ir darbo, Susisiekimo ministerijas, priimti atitinkamus sprendimus, prisidėti prie bendrų projektų įgyvendinimo, skirti finansavimą, prisiimti atsakomybę už visų įvairaus amžiaus Lietuvos žmonių fizinį aktyvumą, nes taip sprendžiamos ne tik sveikatos, bet ir socialinės, įtraukties, užimtumo, nusikalstamumo mažinimo, nacionalinio saugumo, aplinkosaugos, transporto ir kitos visuomenės problemos.

2. Sveikatos apsaugos ministerijai:

- 2.1. imtis lyderystės, skatinant sveikatinamąjį fizinį aktyvumą įvairiose amžiaus grupėse;
- 2.2. bendradarbiaujant su Švietimo, mokslo ir sporto ministerija sukurti fizinio aktyvumo skatinimo sistemą ir asmens sveikatinamojo fizinio aktyvumo krepšelį gyventojams, turintiems lėtinių neinfekcinių ligų rizikos veiksnius;
- 2.3. įtraukti į šeimos gydytojų privalomų kompetencijų reikalavimus žinias apie fizinio aktyvumo sąsajas ir naudas, mažinant lėtinių neinfekcinių ligų riziką, ir suteikti galimybes rekomenduoti fizinį aktyvumą kaip sveikatinamąją priemonę;
- 2.4. toliau teikti metodinę pagalbą šeimos gydytojams, savivaldybių visuomenės sveikatos biurams sveikatinamojo fizinio aktyvumo klausimais;
- 2.5. rengti ir skleisti mokslu pagrįstą informaciją visuomenei apie sveikatinamąjį fizinį aktyvumą.

3. Švietimo, mokslo ir sporto ministerijai:

- 3.1. paskirti instituciją, kuri rinktų duomenis, vykdytų stebėseną ir rengtų rekomendacijas, susijusias su įvairių amžiaus grupių gyventojų fiziniu aktyvumu ir fiziniu pajėgumu;
- 3.2. bendradarbiaujant su Sveikatos apsaugos ministerija sukurti fizinio aktyvumo skatinimo sistemą ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo krepšelį gyventojams, sulaukusiems senatvės pensinio amžiaus;
- 3.3. įtraukti į pareigybių sąrašą ikimokyklinio fizinio ugdymo mokytojo pareigybę;
- 3.4. sukurti ir įdiegti mokyklinio amžiaus vaikų fizinio pajėgumo stebėsenos sistemą, atverti duomenis apie vaikų fizinį pajėgumą visuomenei;
- 3.5. kartu su Sveikatos apsaugos ministerija plėsti Nacionalinį sveikatą stiprinančių ir aktyvių mokyklų tinklą, sukuriant tinklo narių skatinimo sistemą. Įgyvendinti tokias strategijas, kaip pvz. aktyvios pertraukos, kurios galėtų būti skirtos ypač tiems, kurie yra labiausiai neaktyvūs;
- 3.6. atsižvelgiant į bendraamžių ir šeimos svarbą mokinių fiziniam aktyvumui, intervencijos planavimą įgyvendinti bent keliuose socialinės-ekologinės sistemos lygmenyse;
- 3.7. didinti fizinio ugdymo pamokų skaičių, tuo pačiu inicijuojant fizinio ugdymo/pradinių klasių mokytojų kompetencijų atnaujinimą, priemonių ir fiziškai aktyvios infrastruktūros mokykloje ir aplink ją gerinimą;
- 3.8. įvertinti neformalaus fizinio aktyvumo ir sporto ugdymo paslaugų prieinamumą pagal vaikų gyvenamąją vietą ir paslaugų įvairovę, esamos pasiūlos pasiekiamumą kaimo teritorijoje gyvenantiems vaikams;

3.9. padidinti organizuoto neformalaus fizinio aktyvumo ir sporto ugdymo paslaugų pasiūlą ir prieinamumą visiems vaikams ir paaugliams, visų pirma tiems, kurie atvyksta iš šeimų, turinčių žemesnį socialinį ir ekonominį statusą;

3.10. sukurti kvalifikacijos tobulinimo sistemą, įpareigojančią fizinio ugdymo mokytojus, specialistus, trenerius nuolat atnaujinti kompetencijas.

4. Lietuvos savivaldybių asociacijai kartu su savivaldybių visuomenės sveikatos biurais ir savivaldybei pavaldžiomis sporto įstaigomis:

4.1. vertinti kiek vykdomos programos, skirtos fiziniam aktyvumui skatinti, paveikia vietinės bendruomenės fizinį aktyvumą, analizuoti vietinės bendruomenės poreikius;

4.2. labiau pabrėžti fizinio aktyvumo lauke, žaliosiose erdvėse platesnę naudą sveikatai ir gerovei, taip pat ekonominę, socialinę ir aplinkosaugos naudas;

4.3. atverti fizinio aktyvumo erdves ir skelbti infrastruktūros naudojimo laisvus laikus visuomenei bei užtikrinti, kad nemokamiems sveikatinamojo fizinio aktyvumo užsiėmimams būtų skiriamas labiausiai gyventojams tinkamas paros laikas, o ne likęs laisvas laikas;

4.4. užtikrinti, kad į fizinio aktyvumo veiklas vienodai būtų įtraukti skirtingo amžiaus, pajėgumo, lyties, (ne)galios bendruomenės nariai.