



Rekomendacijos dėl Lietuvos vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimo

Atsižvelgiant į Nacionalinės sveikatos tarybos posėdyje pristatytus mokslo duomenis, ekspertines įžvalgas bei institucijų atstovų diskusijas, konstatuotina, kad Lietuvos vaikų ir jaunimo sveikatos rodikliai kelia vis didesnį susirūpinimą.

1. Sveikatos apsaugos ministerijai (SAM)

- Siūlytina vykdyti nacionalinę vaikų ir jaunimo sveikatos rodiklių stebėseną: ji turėtų būti nuosekli, naudotini standartizuoti tyrimų metodai. Tikslinga aiškiai įvardinti institucijas ir universitetus, atsakingas už tokio pobūdžio tyrimus, deleguojant joms aiškiai apibrėžtas funkcijas. Be to būtinas tęstinis rodiklių vertinimas ne tik nacionaliniu, bet ir savivaldos lygmeniu.
- Peržiūrėti Nacionalinės sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo iniciatyvas, inicijuojant ilgalaikes, nacionalines prevencines programas dėl nutukimo, emocinės sveikatos, miego, ekranų, socialinių tinklų ir psichoaktyvių medžiagų naudojimo bei kitų priklausomybių (pvz. elektroninių cigarečių naudojimas). Prevencinės programos turėtų būti paremtos gerosiomis nacionalinėmis ir/ar tarptautinėmis patirtimis ir mokslo pagrįstais įrodymais.
- Vykdyti žmogiškųjų išteklių, kurie tiesiogiai susiję su vaikų ir jaunimo sveikatinimu (visuomenės sveikatos specialistai, psichologai), poreikio planavimą ikimokyklinėse ir mokyklinėse ugdymo įstaigose, užtikrinant jų tęstinį kompetencijų ugdymą ir adekvatų finansavimą, siekiant geresnio jų paslaugų prieinamumo.
- Priimti sprendimus, kas atsakingas už lėtinėmis ligomis sergančių vaikų priežiūrą ugdymo įstaigose (pvz.: cukriniu diabetu sergantys ir t.t.) ir numatyti privalomą tokių specialistų tęstinį kompetencijų didinimą. Be to fizinio ugdymo pamokos turėtų būti adaptuojamos, o ne tik atleidžiama nuo jų, užtikrinant judėjimo ir socialinio aktyvumo programas, skirtas vaikams su negalia ar lėtiniais susirgimais.
- Įdiegti sveikatos srityje vykdomų vaikų sveikatos stiprinimo priemonių rezultatyvumo vertinimo sistemą, siejant ją su gyvensenos ir vaikų bei jaunimo sveikatos rodiklių stebėseną.

2. Švietimo, mokslo ir sporto ministerijai (ŠMSM)

- Integruoti visuomenės sveikatos specialisto vykdomas sveikatos stiprinimo paslaugas su “Gyvenimo įgūdžių” programomis, siekiant išvengti jų dubliavimo. Be to tikslinga integracija sveikatinimo įgūdžių į ugdymo procesus (pvz.: integruojant į kūno kultūros, maisto gamybos pamokas ir kt.).



- Didinti neformaliojo vaikų švietimo galimybes ir užtikrinat neformaliojo vaikų švietimo krepšelio tolygų prieinamumą savivaldybėse.
- Numatyti motyvacinius mechanizmus pedagogams (fizinio ugdymo mokytojams ir/ar pradinių bei kitų klasių mokytojams), kad jie taptų aktyvaus gyvenimo būdo ambasadoriais.
- Bendradarbiauti su SAM vykdant vaikų ir jaunimo sveikatos rodiklių stebėseną.

3. Visuomenės sveikatos biurams

- Analizuoti vietos vaikų ir jaunimo sveikatos rodiklius pagal standartizuotas metodikas, nustatytas SAM tvarka, ir jas proaktyviai teikti savivaldybių administracijai ir bendradarbiaujant priimti planus dėl vaikų ir jaunimo sveikatinimo didinimo.
- Vykdyti tikslines profilaktines intervencijas mokyklose, remiantis mokslu pagrįstais įrodymais, “gerosiomis patirtimis” ir jas adaptuoti pagal ugdymo įstaigų galimybes (dydį, vietovę ir pan.).
- Gerinti ne tik vaikų, bet ir tėvų sveikatos raštingumą. Vykdyti į vietos bendruomenės orientuotas sveikatos raštingumo didinimo bei sveikatos gyvensenos skatinimo iniciatyvas, siekiant mažinti socialinę atskirtį per bendruomenines veiklas (pvz.: „šeimų sporto savaitgaliai“). Iniciatyvos turėtų būti nacionalinio lygmens ir įgyvendinamos pagal panašų algoritmą.

4. Savivaldybėms

- Finansuoti papildomus visuomenės sveikatos, psichologų specialistų etatus mokyklose, atsižvelgiant į vaikų sveikatos rodiklius mokyklose, siekiant mažinti sveikatos netolygumus savivaldybėse.
Ieškoti sprendimų, kaip investuoti į sporto ir laisvalaikio infrastruktūrą bei plėtoti nemokamas popamokines veiklas.

5. Mokykloms ir jų steigėjams

- Kurti sveikatą stiprinančią mokyklos kultūrą, kaip vieną prioritetinių sričių.
- Užtikrinti aktyvias pertraukas (pvz. mobiliųjų telefonų ribojimas ugdymo proceso metu) ir kokybišką fizinį ugdymą.
- Vykdyti patyčių prevenciją.
- Bendradarbiauti skirtingais lygmenimis: su vaikais, tėvais, pedagogais, sveikatą stiprinančiais specialistais, su savivalda priimant prioritetinius sprendimus, pasirenkant priemones vaikų sveikatos stiprinimui.



- Ieškoti metodų, kaip teigiamai išnaudoti naujas technologijas, pavyzdžiui, skatinant naudoti programėles, kurios žaidybiniu principu (anglų kalba: „gamification“) skatina judėjimą ar miego higieną ir panašiai.

6. Lietuvos Respublikos Vyriausybei

Parengti nacionalinį tarpsektorinį vaikų ir jaunimo sveikatos veiksmų planą, nustatant aiškius tikslus ir mechanizmus (procesinius, finansavimo ir kt.) tikslams pasiekti. Numatyti įgyvendinamo plano poveikio vertinimo mechanizmą (nacionaliniu ir savivaldybių lygmeniu), deleguojant šią funkciją su plano įgyvendinimu tiesiogiai nesusijusiai institucijai.

7. Lietuvos Respublikos Seimui

Vaikų ir jaunimo sveikatą įtvirtinti kaip valstybės prioritetą ir užtikrinti nuoseklią stebėseną ir kontrolę per Nacionalinę sveikatos tarybą, siekiant šio tikslo.

Baigiamosios nuostatos

Pagrindinė nuostata, jog rekomendacijos, teiktos atskiroms struktūroms. Tačiau pažymėtina, jog priimant sprendimus būtinas integralumas tarp skirtingų sektorių, ir struktūrų pavaldumo. Reikalinga ilgalaikė, koordinuota, integrali ir nuosekli valstybės politika, siekiant užtikrinti vaikų ir jaunimo sveikatą, kuri paremta mokslo duomenimis ir pakankamais žmogiškaisiais ir finansiniais ištekliais.

Parengta Nacionalinės sveikatos tarybos posėdžio, vykusio 2026 m. kovo 24 d., pranešimų ir diskusijų pagrindu