

## Streszczenie

**Wprowadzenie:** Wiek młodzieńczy jest istotnym okresem w życiu i rozwoju człowieka, gdyż wtedy kształtują lub umacniają się liczne zachowania zdrowotne, mające przełożenie na stan zdrowia jednostki. Wobec tego istotne z perspektywy promocji zdrowia (PZ) wydaje się przygotowanie propozycji działań, które są odpowiedzią na faktyczne potrzeby zdrowotne osób w okresie dorastania. Stąd kluczowym elementem wdrażania interwencji w zakresie PZ jest identyfikacja czynników mogących warunkować zachowania zdrowotne ludzi młodych.

**Cel pracy:** Głównym celem pracy jest ocena uwarunkowań zachowań zdrowotnych uczniów szkół średnich z terenu Małopolski.

**Material i metody:** Niniejsza praca opiera się na wynikach sondażu diagnostycznego przeprowadzonego wśród uczniów ( $n=1016$ ) w wieku od 15 do 20 lat z 9 małopolskich szkół średnich. Sondaż zrealizowano we wrześniu i październiku 2017 roku metodą wywiadu bezpośredniego z użyciem papierowego formularza, na którym respondent udzielał odpowiedzi. Zintegrowane narzędzie badawcze wykorzystane w sondażu zawierało Kwestionariusz Europejskiego Sondażu Kompetencji Zdrowotnych (European Health Literacy Survey Questionnaire; HLS-EU-Q), Wielowymiarową Skalę Umiejszczenia Kontroli Zdrowia - wersja B (Multidimensional Health Locus of Control Scale-B, MHLC-B), pytania dotyczące zachowań zdrowotnych używane w cyklicznym badaniu Health Behavior in School-aged Children (HBSC) oraz autorski kwestionariusz osobowy. Analizą objęto zachowania żywieniowe, aktywność fizyczną, konsumpcję alkoholu, palenie tytoniu oraz stosowanie e-papierosów. Następnie dokonano oceny związku występowania zachowań zdrowotnych z czynnikami społeczno-demograficznymi i kompetencjami zdrowotnymi (KZ).

**Wyniki:** Wyniki analizy wykazały, że mężczyźni częściej niż kobiety piją alkohol ( $p=0,018$ ), korzystają z e-papierosów ( $p<0,001$ ), spożywają więcej posiłków w ciągu dnia ( $p=0,037$ ), a także podejmują regularną aktywność fizyczną ( $p<0,001$ ) i poświęcają na nią przynajmniej pół godziny ( $p<0,001$ ). Wyższy wiek związany był z istotnie częstszym spożywaniem alkoholu ( $p<0,001$ ), używaniem e-papierosów ( $p<0,001$ ) i paleniem tradycyjnych wyrobów tytoniowych ( $p<0,001$ ), a także z rzadszym podejmowaniem aktywności fizycznej ( $p=0,01$ ), spożywaniem warzyw i owoców ( $p=0,009$ ) oraz jedzeniem posiłków o stałych porach ( $p=0,047$ ). Uczniowie technikum częściej niż licealiści przynajmniej raz w życiu palili papierosy ( $p=0,009$ ) i korzystali z e-papierosów ( $p<0,001$ ) oraz częściej używali e-papierosów w okresie poprzedzającym sondaż ( $p<0,001$ ), ponadto rzadziej spożywali przynajmniej raz dziennie warzywa i owoce ( $p<0,001$ ) oraz posiłki o stałych porach ( $p=0,009$ ). Respondenci zamieszkujący tereny wiejskie częściej poświęcali na aktywność fizyczną mniej niż pół godziny dziennie ( $p=0,027$ ), ale rzadziej używali e-papierosów w okresie bezpośrednio przed badaniem niż mieszkańcy miast ( $p=0,003$ ). Uczniowie mieszkający w miastach powyżej 400 tys. mieszkańców rzadziej spożywali posiłki o stałych porach ( $p=0,023$ ). Adolescenci, których ojcowie mieli

wykształcenie średnie lub wyższe, częściej podejmowali aktywność fizyczną trwająca przynajmniej pół godziny dziennie ( $p=0,045$ ). Ponadto, wyższe wykształceniem ojca respondentów sprzyjało częstszemu spożywaniu przez nich warzyw i owoców co najmniej raz dziennie ( $p=0,001$ ). Natomiast wyższe wykształcenie matki związane było z częstszym poświęcaniem na aktywność fizyczną przynajmniej 30 minut dziennie ( $p=0,002$ ) oraz częstszym konsumowaniem produktów typu fast food co najmniej kilka razy w ciągu tygodnia ( $p=0,023$ ). Z kolei respondenci, których matki posiadały wykształcenie podstawowe lub zasadnicze zawodowe rzadziej deklarowali spożywanie posiłków o stałych porach ( $p=0,004$ ). Uczniowie, których status związku rodziców był aktualnie inny niż małżeństwo częściej deklarowali przebycie inicjacji nikotynowej niż respondenci, których rodzice przebywali w związku małżeńskim ( $p=0,017$ ). Bardzo dobra sytuacja materialna rodziny uczestnika badania sprzyjała częstszemu spożywaniu żywności typu fast food co najmniej kilka razy w tygodniu ( $p<0,001$ ), jedzeniu warzyw i owoców co najmniej raz dziennie ( $p=0,014$ ) i paleniu papierosów w okresie poprzedzającym badanie ( $p=0,019$ ), a także rzadszemu podejmowaniu pierwszych prób konsumpcji wyrobów alkoholowych ( $p=0,034$ ). Poziom KZ był istotnie wyższy ( $p=0,015$ ) wśród uczniów poświęcających na aktywność fizyczną przynajmniej pół godziny dziennie ( $34,85\pm 6,45$ ) niż wśród tych, którzy byli mniej aktywni ( $33,93\pm 6,16$ ). Ponadto, wyższy poziom KZ ( $p=0,019$ ) stwierdzono wśród respondentów spożywających warzywa i owoce przynajmniej raz dziennie ( $34,69\pm 6,29$ ) niż wśród jedzących te produkty rzadziej ( $33,80\pm 6,27$ ).

**Wnioski:** Zmiennymi społeczno-demograficznymi najczęściej wykazującymi związek z zachowaniami zdrowotnymi młodzieży uwzględnionymi w niniejszej analizie były wiek, płeć oraz typ szkoły respondenta. Z kolei status związku rodziców, wykształcenie ojca oraz co nieoczekiwane poziom KZ respondenta były zmiennymi, dla których najrzadziej wykazywano podobną zależność. Powyższe wnioski mogą stanowić podstawę dla interwencji w zakresie PZ, których celem jest umocnienie i poprawa zdrowia młodzieży.

**Słowa kluczowe:** młodzież, zachowania zdrowotne, zdrowie młodzieży, uwarunkowania zachowań zdrowotnych, promocja zdrowia, kompetencje zdrowotne