

**Visuomenės sveikatos priežiūros kokybės gerinimas, diegiant visuomenės sveikatos technologijų vertinimo sistemą ir nepageidajamų įvykių registravimo sistemą
(VP1-4.3-VRM-02-V-05-012)**



FIZINĮ AKTYVUMĄ DARBO VIETOJE SKATINANČIŲ INTERVENCIJŲ VEIKSMINGUMO VERTINIMAS

dr. Birutė Pajarskienė, Aušra Grigošaitienė, HI

**Konferencija „Visuomenės sveikatos technologijų, skirtų alkoholio vartojimo prevencijai ir fizinio aktyvumo darbo vietoje didinimui, veiksmingumas ir ekonominis efektyvumas“
2014 m. lapkričio 14 d., Vilnius**



Aktualumas



- Lietuvoje sergančių lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis asmenų daugėja.
- Fizinis aktyvumas mažina riziką susirgti širdies ir kraujagyslių ligomis, cukriniu diabetu, pagerina raumenų ir kaulų sistemos būklę, užkerta kelią medžiagų apykaitos ir endokrininės sistemos sutrikimams, teigiamai veikia psichikos sveikatą.
- Daugelis Europos ir Lietuvos programų akcentuoja fizinio aktyvumo skatinimą.
- Darbo vieta tinka fiziniam aktyvumui skatinti.
- Dirbantys sėdimą, protinį darbą ypač mažai juda.
- Duomenų apie įrodymais pagrįstas intervencijas ir jų veiksmingumą svarba.



Metodologija



- 2007 m. Jungtinės Karalystės Nacionalinio sveikatos ir klinikinės kompetencijos instituto (NICE) 2007 m. visuomenės sveikatos gairės Nr. 13 „Fizinis aktyvumas darbo vietoje“.
- Mokslo įrodymai papildyti 2007–2013 m. publikuotų mokslinių tyrimų rezultatais.

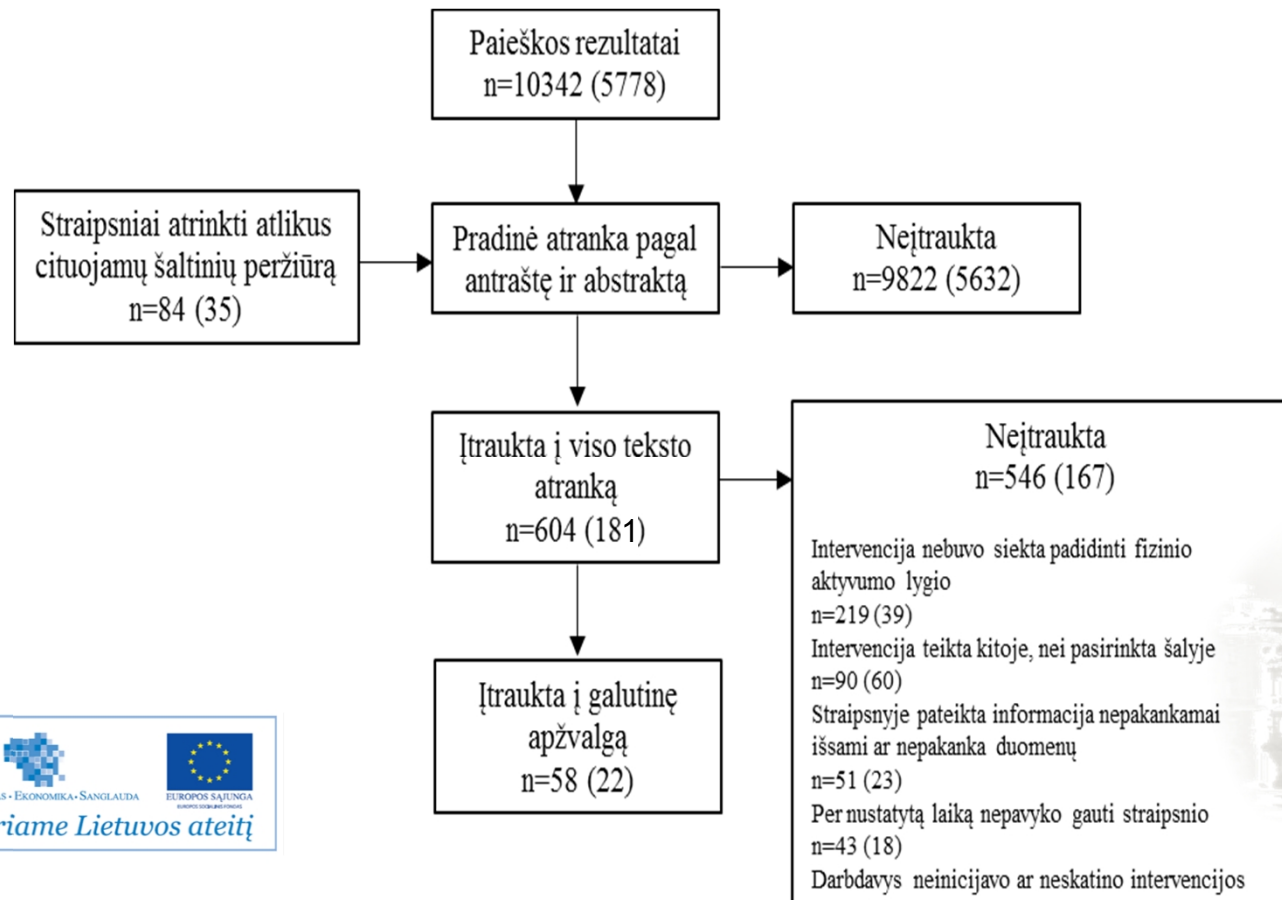
PICO metodu suformuluotas pagrindinis klausimas – kokios darbovietėje įgyvendinamos strategijos ir iniciatyvos, kuriomis siekiama padidinti darbuotojų fizinį aktyvumą, yra veiksmingos ir ekonomiškai efektyvios? Kokios pagrindinės dalyvavimo kliūtys?



Metodologija: sisteminė literatūros apžvalga



- 2007-2013 metų straipsnių paieška duomenų bazėse (*ASSIA, Cinahl, CDSR, CENTRAL, DARE, Embase, Medline, Psycinfo, Social Science Citation Index, Social Policy and Practice, SportsDISCUS, Transport*)



Metodologija: tyrimų kokybės įvertinimas



- **Naudotas NICE tyrimų kokybės įrankis**
- **Labai geras** (++) – atitinka visus arba daugelį kriterijų. Jeigu kriterijai netenkinami, mažai tikėtina, kad jie gali pakeisti išvadas.
- **Geras** (+) – atitinka dalį kriterijų. Jei kriterijai netenkinami ar nepakankamai aprašyti, mažai tikėtina, kad jie gali pakeisti išvadas.
- **Nekokybiškas** (-) – atitinka keletą kriterijų ar jų neatitinka. Tikėtina arba labai tikėtina, kad išvados gali pasikeisti.



Intervencijų grupės



1. Lipimą laiptais skatinančios intervencijos.
2. Vaikščiojimo skatinimo intervencijos.
3. Aktyvią kelionę į darbą skatinančios intervencijos.
4. Fizinį pratimą skatinančios intervencijos.
5. Konsultavimo, mokymo, informavimo intervencijos.





AČIŲ UŽ DĖMESĮ

