



Всемирная организация  
здравоохранения



Empowered lives.  
Resilient nations.

## НЕИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ: ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ МИНИСТЕРСТВАМ ОБРАЗОВАНИЯ

Справочный  
документ для  
министерства  
образования

### ОСНОВНЫЕ ТЕЗИСЫ

- Профилактика неинфекционных заболеваний (НИЗ) и их факторов риска способствует образованию и развитию детей.
- Дети и подростки всё больше подвергаются рискам, связанным с табаком, алкоголем, нездоровым питанием и недостаточной физической активностью. Здоровые модели поведения формируются у человека в детском и подростковом возрасте.
- Образовательные учреждения несут основную ответственность за охрану здоровья и благополучия детей.
- Важную роль при этом играет поддержка со стороны педагогов и других учеников.
- Осведомленные дети и молодые люди могут способствовать формированию здоровых семей и сообществ.

# 1. Профилактика НИЗ и их факторов риска способствует образованию и развитию детей

- Детям часто приходится ухаживать за членами семьи, страдающими сердечно-сосудистыми, хроническими респираторными, онкологическими заболеваниями или осложнениями при диабете. Из-за этого они вынуждены пропускать уроки. Кроме того, высокая стоимость медицинского обслуживания часто повергает семьи в нищету, что мешает некоторым детям посещать школу. Это особенно относится к девочкам. Дети, ухаживающие за больными, нередко страдают от стресса, что делает их еще более уязвимыми<sup>1-2</sup>.
- Употребление табака и алкоголя, нездоровый режим питания и отсутствие физической активности мешают детям и подросткам извлекать из образования максимальную пользу. Дети, которые имеют полноценное питание и физически активны, учатся лучше. Табак (никотин) и алкоголь вызывают привыкание, а зависимость ухудшает обучение. Употребление детьми спиртных напитков оказывает воздействие на структуру и функцию мозга<sup>3</sup>. Алкоголь также приводит к агрессивному поведению, дорожно-транспортному травматизму и нежелательным беременностям, и все эти причины заставляют прервать обучение.
- Распространенность НИЗ у детей растет. Растущее бремя ожирения, диабета и других НИЗ представляет сегодня, пожалуй, самую большую угрозу миллиардам молодых людей во всем мире<sup>4</sup>. Ранее диабет 2-го типа наблюдался практически только среди взрослых, но теперь он встречается и у детей<sup>5</sup>. Возникновение НИЗ у детей влияет на успеваемость<sup>6</sup>. Дети с избыточным весом и ожирением чаще страдают от депрессий, низкой самооценки и других поведенческих и эмоциональных трудностей, а также от стигматизации и социальной изоляции<sup>7-8</sup>. В долгосрочном итоге дети чаще пропускают занятия, а ресурсы из сферы образования направляются на лечение и психологическую поддержку детей с НИЗ.

Цель в области устойчивого развития 3, касающаяся здоровья и благополучия, включает задачи по профилактике и лечению НИЗ. Профилактика НИЗ поможет учебным заведениям создавать для детей и молодежи обстановку, благоприятствующую полной реализации их прав и возможностей, и предоставлять качественное образование для всех в соответствии с ЦУР 4.

## ЧТО ТАКОЕ НИЗ И ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМО СОТРУДНИЧЕСТВО МЕЖДУ ВСЕМИ МИНИСТЕРСТВАМИ И ВЕДОМСТВАМИ?

Существует четырех основных типа НИЗ: сердечно-сосудистые (включая болезни сердца и инсульт), онкологические, хронические респираторные заболевания и диабет.

Каждый год от НИЗ умирает 38 миллионов человек, из которых 16 миллионов умирают слишком рано – в возрасте до 70 лет. Более 80% случаев преждевременной смерти от НИЗ происходит в странах с низким и средним уровнем доходов. Большинство таких случаев объясняется четырьмя основными поведенческими факторами риска: употреблением табака, вредным употреблением алкоголя, недостаточной физической активностью и нездоровым режимом питания.

Подверженность населения этим поведенческим факторам риска НИЗ с большой степенью определяется проводимой политикой в области торговли, образования, труда, налогообложения, городского планирования и в других областях вне здравоохранения. Это означает, что преждевременную смертность и инвалидность из-за НИЗ можно предотвращать, если политика в различных секторах будет более согласованной.

Учитывая социальное, экономическое и экологическое бремя НИЗ, можно определить стратегии и подходы, приносящие положительные результаты для всех задействованных ведомств.



1 UNDP (2013). "Addressing the Social Determinants of Noncommunicable Diseases." <http://www.undp.org/content/undp/en/home/librarypage/hiv-aids/discussion-paper-addressing-the-social-determinants-of-noncommu.html>

2 NCD Alliance (2011). "A Focus on Children and Non-Communicable Diseases." [https://ncdalliance.org/sites/default/files/resource\\_files/20110627\\_A\\_Focus\\_on\\_Children\\_&\\_NCDs\\_FINAL\\_2.pdf](https://ncdalliance.org/sites/default/files/resource_files/20110627_A_Focus_on_Children_&_NCDs_FINAL_2.pdf)

3 Tapert, SF, Caldwell, L, and Burke, C. "Alcohol and the Adolescent Brain – Human Studies." <http://pubs.niaaa.nih.gov/publications/arh284/205-212.htm>

4 На сегодняшний день большинство детей, страдающих избыточным весом и ожирением, проживают в странах с низким и средним уровнем доходов.

5 ВОЗ (2016 г.) «Глобальный доклад по диабету». <http://www.who.int/diabetes/global-report/ru/>

6 Muller-Riemenschneider, F, et al. (2008). "Health-economic burden of obesity in Europe." *Eur J Epidemiol*, 23: 499-509.

7 Pizzi, M, and Vroman, K (2013). "Childhood obesity: effects on children's participation, mental health, and psychosocial development." *Occup Ther Health Care*, 27: 99-112.

8 Miller, A, Lee, H, and Lumeng, J (2015). "Obesity-associated biomarkers and executive function in children." *Pediatr Res*, 77: 143-7.

## 2. Дети и подростки всё больше подвергаются рискам, связанным с табаком, алкоголем, нездоровым питанием и недостаточной физической активностью. Здоровые модели поведения формируются у человека в детском и подростковом возрасте

Улучшение здоровья ведет к улучшению образования, а улучшение образования – к улучшению здоровья<sup>10</sup>. Как никогда раньше, дети и подростки сталкиваются с интенсивным, направленным и манипулятивным отраслевым маркетингом табачных изделий, алкоголя и вредных пищевых продуктов и напитков. Крайне важно противостоять этому давлению в раннем возрасте. Более половины случаев смерти от НИЗ связаны с формами поведения, которые начали формироваться или закрепились в отрочестве<sup>11</sup>.

Образование позволяет получить в будущем постоянную работу. Будучи фактором, выравнивающим как возможности, так и результаты, образование выводит отдельных людей и общество в целом из нищеты и стимулирует экономический рост. Какой смысл готовить детей к продуктивной жизни на благо общества и в то же время обрекать их на страдания или преждевременную смерть от предотвратимого неинфекционного заболевания?

### ДОКЛАД КОМИССИИ ВОЗ ПО ЛИКВИДАЦИИ ДЕТСКОГО ОЖИРЕНИЯ<sup>9</sup>

В докладе Комиссии, опубликованном в 2016 г., отмечается решающая роль образовательных учреждений в решении проблемы детского ожирения. Ряд рекомендаций предназначены для школ. Доклад является отличным руководящим ресурсом для сферы образования.

## 3. Образовательные учреждения несут основную ответственность за охрану здоровья и благополучия детей

Им настоятельно рекомендуется:

- Обеспечивать 100-процентное отсутствие табака и алкоголя в школах;
- Способствовать здоровому питанию и физической активности на всех уровнях образования, в том числе в рамках инициативы по укреплению здоровья в школах<sup>12</sup>;
- Создать стандарты для школьного питания и продаваемых в школах продуктов и напитков, отвечающие рекомендациям по здоровому питанию<sup>13</sup>;
- Предоставлять в школах бесплатно безопасную питьевую воду;
- Запретить маркетинг и рекламу табачных изделий и алкоголя в школах; обеспечивать соблюдение правил, касающихся маркетинга, рекламы и продажи табака, алкоголя и вредных пищевых продуктов и напитков вблизи школ;
- Запретить табачным и алкогольным компаниям, а также поставщикам переработанных пищевых продуктов и напитков с высоким содержанием жиров, сахара и/или соли предоставлять стипендии на обучение или спонсировать школьный спорт;
- Включать в распорядок дня и учебный план для мальчиков и девочек физическую активность, в том числе во время обеденного и других перерывов<sup>14</sup>;
- Способствовать физической активности вне занятий (например, рекомендовать ученикам добираться до школы пешком или на велосипеде);
- Обеспечивать включение в обязательный учебный план (например, по домоводству или ОБЖ) изучение рисков, связанных с употреблением табака и спиртных напитков, нездоровым питанием и недостаточной физической активностью;
- Улучшать знания и навыки родителей, лиц, осуществляющих уход, и местного сообщества в вопросах НИЗ и их факторов риска;

9 ВОЗ (2016 г.). «Доклад Комиссии по ликвидации детского ожирения». [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/204176/5/9789244510063\\_rus.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/204176/5/9789244510063_rus.pdf)

10 ВОЗ (2008 г.). «Ликвидировать разрыв в течение жизни одного поколения. Соблюдение принципа справедливости в здравоохранении путем воздействия на социальные детерминанты здоровья. Заключительный доклад Комиссии по социальным детерминантам здоровья (КСДЗ)». [http://www.who.int/social\\_determinants/thecommission/finalreport/ru/](http://www.who.int/social_determinants/thecommission/finalreport/ru/)

11 AstraZeneca Youth Health Programme, in partnership with others. "Non-communicable Diseases and Adolescents: An opportunity for action." <http://www.jhsph.edu/research/centers-and-institutes/center-for-adolescent-health/az/noncommunicable.pdf>

12 WHO. "What is a health promoting school?" [http://www.who.int/school\\_youth\\_health/gshi/hps/en/](http://www.who.int/school_youth_health/gshi/hps/en/)

13 Как рекомендовано в докладе Комиссии по ликвидации детского ожирения.

14 Ученики в возрасте 5–17 лет должны ежедневно накапливать не менее 60 минут физической активности от умеренной до высокой интенсивности (игры, спорт, дорога, физическая работа, развлечения, уроки физического воспитания или плановые упражнения дома, в школе и в рамках общественных мероприятий).

- Предоставлять медицинские услуги и психологическую поддержку детям и молодым людям, прямо или косвенно страдающих от НИЗ<sup>15</sup>.

#### ПРИЗЫВ К ДЕЙСТВИЮ

Приняв Повестку дня в области устойчивого развития на период до 2030 года, все правительства – а не только министерства здравоохранения – обязались поддерживать национальные меры реагирования на НИЗ.

Сфера образования играет важную роль в этой общегосударственной работе.

«Школа – это готовая среда для приучения детей и молодежи к потреблению полезных продуктов и напитков и вообще для пропаганды здорового образа жизни. Мы должны давать молодым людям возможность усваивать здоровые пищевые привычки и повышать их физическую активность. В свою очередь это улучшит их способности к обучению. Профилактика НИЗ и борьба с ними является фундаментом долгой, продуктивной и качественной жизни».

Администратор ПРООН Хелен Кларк,

20 июня 2016 г.



## 4. Важную роль при этом играет поддержка со стороны педагогов и других учеников

Педагоги не просто учат предметам, но также выступают примером для подражания. Они оказывают глубокое влияние на склонность учеников к вредным для здоровья формам поведения, таким как употребление алкоголя и табака и неправильное питание. То же можно сказать и о товарищах по школе. Молодые люди по всему миру жалуются на учителей, которые курят внутри или вблизи школ<sup>16</sup>, а также на принуждение к курению со стороны старших учеников<sup>17</sup>. Необходимо помогать персоналу следовать более здоровым моделям поведения и ограждать детей от дурного влияния соучеников. Сюда относятся:

- Обеспечение того, чтобы запрет на курение и употребление алкоголя также распространялся на персонал и родителей – как на территории школы во время занятий, так и во время организованных школьных поездок;
- Оказание школьным работникам и их семьям помощи в прекращении употребления табака, предоставление консультаций для работников с избыточным весом, а также для работников, которые страдают алкогольными расстройствами или употребляют алкоголь с опасной периодичностью;
- Обеспечение доступности для персонала питания с низким содержанием соли, сахара и насыщенных жиров / трансжиров. Например, могут действовать правила, согласно которым в торговых автоматах должны продаваться только здоровые пищевые продукты и напитки<sup>18</sup>;



<sup>15</sup> Образовательный сектор может повысить эффективность мер по профилактике НИЗ за счет максимально широкого охвата учащихся. Почти во всех странах более всего подвержены НИЗ самые малообразованные группы населения. Они больше всего потребляют табака и алкоголя. В их рационе питания, как правило, больше жиров, сахара и соли и меньше фруктов и овощей, а в условиях городов и автомобилизации для них менее характерна регулярная физическая активность. Кроме того, зачастую низкий уровень образования совпадает с бедностью, гендерным неравенством и принадлежностью к меньшинствам, и эти факторы взаимно усиливают друг друга. Поэтому образование дает возможность выхода из порочного круга и тех неблагоприятных условий, из-за которых определенные группы и слои населения являются более уязвимыми в отношении НИЗ. Преодоление гендерного неравенства в системе образования может обеспечить доступ обоих полов к этим преимуществам.

<sup>16</sup> См., например, национальные консультации по разработке повестки дня на период после 2015 г. в Армении, где говорится о жалобах детей на то, что учителя курят в их присутствии или на уроках. <http://www.worldwewant2015.org/node/370987>

<sup>17</sup> См. UN Habitat (2012). "Young people, participation, and sustainable development in an urbanizing world." <https://www.worldwewant2030.org/node/300563>

<sup>18</sup> Торговые автоматы часто служат источником нездоровой пищи.

- Предоставление персоналу возможностей для физической активности;
- Информирование учащихся о недопустимости терроризирования товарищей, разъяснение разницы между позитивным и негативным давлением коллектива.

Одним из препятствий для формирования знаний и навыков в отношении НИЗ в школах является сопротивление администраторов и учителей, обеспокоенных тем, что это отнимает время / отвлекает внимание от основных задач школы<sup>19</sup>. Необходимо объяснить им, что улучшение здоровья и благополучия должно быть важнейшей миссией школ и колледжей. Учителя должны играть ключевую роль в разработке подходов к включению в учебный план знаний и навыков в области здоровья и благополучия.

Сфера образования должна обеспечить, чтобы школьная среда была для учащихся безопасной гаванью, а не замкнутым пространством повышенного риска и давления со стороны учителей и старших школьников.

## 5. Осведомленные дети и молодые люди могут способствовать формированию здоровых семей и сообществ

Учебные заведения имеют возможность воздействовать не только на учащихся, но и на всё местное сообщество. Их руководящая роль может приносить пользу семьям, предприятиям и общественным деятелям. Дети могут успешно влиять на родителей и знакомых, поощряя их перенимать и поддерживать здоровый образ жизни<sup>20-21-22</sup>.

Количество людей в возрасте от 10 до 24 лет в мире составляет почти 2 миллиарда, и такого процента молодежи в населении не наблюдалось еще никогда<sup>23</sup>. Сфера образования располагает огромными возможностями для поддержки программ, привлекающих молодежь к активному участию в местной работе по борьбе с НИЗ, и для обеспечения здоровой среды для детей и подростков, не посещающих учебные заведения.



19 Waters, E. et al. (2011). "Interventions for preventing obesity in children." Cochrane database of systematic reviews, 12(CD001871).

20 Gunawardena, N. et al. (2016). "School-based intervention to enable school children to act as change agents on weight, physical activity and diet of their mothers: a cluster randomized controlled trial." International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity, 13:45.

21 Fornari, L. et al. (2013). "Children First Study: how an educational program in cardiovascular prevention at school can improve parents' cardiovascular risk." Eur J Prev Cardiol. 20: 301-9.

22 He, F. et al. (2015). "School based education programme to reduce salt intake in children and their families (School-EduSalt): cluster randomised controlled trial." BMJ. 350: h770.

23 UNFPA (2014). "The power of 1.8 billion: adolescents, youth and the transformation of the future." [https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/EN-SWOP14-Report\\_FINAL-web.pdf](https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/EN-SWOP14-Report_FINAL-web.pdf)



## 6. Первые шаги...

В первую очередь, министерствам образования необходимо:

- Поддерживать изложенные в этом кратком руководстве принципы обеспечения здоровой среды в школах и в местном сообществе;
- Включать в школьные программы обучение навыкам здоровья и благополучия, в том числе формирование знаний о НИЗ и факторах риска, которые провоцируют их возникновение;
- Обеспечивать учет их руководящей роли в соответствующих межведомственных стратегиях, планах и программах в области здоровья и развития<sup>24</sup>.

Преждевременная смертность и предотвратимые страдания людей от НИЗ – бич XXI века. Но с помощью правильной политики, грамотных инвестиций и надлежащей поддержки со стороны всех партнеров эту ситуацию можно переломить.



<sup>24</sup> Одной из ключевых мер является налогообложение табачной продукции. Поступления по таким налогам часто предназначаются для инвестиций в сферу образования.

© Всемирная организация здравоохранения и Программа развития Организации Объединенных Наций, 2016 г. Все права сохраняются.

Разработка настоящего справочного документа координировалась совместной группой сотрудников ВОЗ и ПРООН. Он предназначен для целей информационно-разъяснительной работы и описывает набор вариантов возможных действий. Он не представляет официальную позицию ВОЗ или ПРООН и не рассылался их руководящим органам для ознакомления. Упоминания государств-членов и партнеров не следует понимать как одобрение ими настоящего документа.

WHO/NMH/NMA/16.93

