

# Jak społeczny program prozdrowotny realizować w standardzie badania naukowego

## How to implement a social pro-health program according to scientific research standard

Katarzyna Kukawska<sup>1</sup>, Anna Bartochowska<sup>2</sup>, Monika Urbaniak<sup>1</sup>, Małgorzata Wierzbicka<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Katedra i Zakład Prawa Medycznego i Farmaceutycznego, Uniwersytet Medyczny im Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

<sup>2</sup>Klinika Otolaryngologii i Onkologii Laryngologicznej, Uniwersytet Medyczny im Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

<sup>3</sup>Instytut Genetyki Człowieka, Polska Akademia Nauk w Poznaniu

### Streszczenie

**Wprowadzenie:** Promocja zdrowia to kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych, organizacja ochrony zdrowia, tworzenie odpowiednich przepisów prawnych oraz profilaktyka chorób. Człowiek spędza dużą część życia w zakładzie pracy, co stanowi duże wyzwanie dla pracodawcy. Zakład pracy jest istotnym miejscem do realizowania ponadobligatoryjnych działań na rzecz zdrowia. Prowadzenie badań profilaktycznych należałoby przeprowadzić według metodologii i oceny kryteriów naukowych, zgodnie z najlepszą praktyką prowadzenia badań naukowych.

**Cel pracy:** Porównanie metodologii prowadzenia programów prozdrowotnych i badań naukowych oraz uzasadnienie wartości zastosowania metodologii badań naukowych do realizacji i opisanie wyników programu profilaktycznego realizowanego w zakładach pracy lub siedzibie pracodawcy.

**Materiał i metody:** Analiza cech programów prozdrowotnych i kryteriów badań naukowych. Porównanie specyfiki obu działań, odrębności, punktów stykowych i korzyści łączenia poszczególnych elementów.

**Wyniki:** Dla prozdrowotnego projektu społecznego podstawą piramidy jest populacja, która zostanie poddana badaniu profilaktycznemu. Szczyt piramidy stanowi ostateczna ewaluacja programu i sposoby szerokiego wdrażania programu. Finansowanie, organizacja, rekrutacja grupy i gromadzenie materiału są bardzo silną stroną badań profilaktycznych, natomiast zastosowanie standardów badania naukowego jest istotne do opisanie wyników badań profilaktycznych.

**Wnioski:** Badania profilaktyczne oraz działania prozdrowotne stanowią przyszłość współczesnej nauki o zdrowiu i medycyny, a także rosnący dział merytoryczny, organizacyjny i finansowy. Wdrażając programy prozdrowotne, powinniśmy je realizować, opierając się na zasadach SMART, ale także opisywać językiem nauki i stosować założenia oraz kryteria badań naukowych.

**Słowa kluczowe:** program zdrowotny, badanie naukowe, promocja zdrowia.

### Abstract

**Introduction:** Health promotion is shaping pro-health attitudes and behavior, organizing health care, creating appropriate legal regulations and preventing diseases. Man spends a large part of his life at work, which is a significant test for the employer. The workplace is an important place to carry out more than obligatory activities for health. Conducting preventive examinations should be carried out according to the methodology and evaluation of scientific criteria, in accordance with the best practice of conducting scientific research.



**Objective:** To compare the methodology of running pro-health programs and research to justify the value of using research methodology to implement and describe the results of a preventive program at workplaces/employers' premises.

**Material and methods:** Analysis of the characteristics of health programs and research criteria. Comparison of the specificity of both activities, distinctiveness, points of contact and the benefits of combining individual elements.

**Results:** For a pro-health social project, the base of the pyramid is the population, which will undergo a preventive examination. The top of the pyramid is the final evaluation of the program and ways of broadly implementing the program. Funding, organization, group recruitment and material gathering are a very strong side of preventive examinations, while the application of scientific research standards is important to describe the results of preventive examinations.

**Conclusions:** Preventive examinations and pro-health activities constitute the future of modern health science and medicine, a growing substantive, organizational and financial department. When implementing pro-health programs, we should implement them based on the SMART principles, but also describe them in the language of science and apply the assumptions and criteria of scientific research.

**Key words:** health program, research, health promotion.

(Postępy w Chirurgii Głowy i Szyi 2022; 2: 30–35)

## Wprowadzenie

Zakres promocji zdrowia proponowany przez Światową Organizację Zdrowia (*World Health Organization* – WHO) obejmuje edukację zdrowotną, której celem jest kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych, organizację ochrony zdrowia, tworzenie odpowiednich przepisów prawnych oraz profilaktykę chorób. Karta Ottawska to „konstytucja” promocji zdrowia. Zawarta w niej definicja promocji zdrowia mówi m.in. o „procesie umożliwiającym ludziom przejmowanie coraz większej kontroli nad własnym zdrowiem i tym samym jego ulepszeniem” [1]. Promowanie prozdrowotnych zachowań w świetle współczesnej wiedzy medycznej przynosi pozytywne skutki u osób, które je realizują, stąd stale rosnące znaczenie programów promocji zdrowia. Mają one na celu rozpowszechnianie wiedzy o podstawowych zasadach prowadzenia zdrowego stylu życia w zakresie: prawidłowego odżywiania się, kształtowania postaw aktywności ruchowej, walki ze stresem, eliminowania nałogów oraz profilaktyki zdrowotnej [2].

Niemniej człowiek dojrzały większą część swojego zawodowego życia przebywa w zakładzie pracy. Dlatego ważne jest nie tylko kształtowanie zachowań prozdrowotnych, lecz także kroki prowadzące do prozdrowotnego kształtowania środowiska pracy. Stawia to duże wyzwanie przed pracodawcą, który zapewniając prawidłowy rozwój pracowników, powinien zadbać również o ich zdrowie. Z punktu widzenia specjalistów zajmujących się zdrowiem personelu przedsiębiorstwo jest istotnym miejscem do realizowania ponadobligatoryjnych działań na rzecz zdrowia, np. poprzez zapew-

nienie dostępu do programów profilaktycznych, które mają na celu wykrycie ewentualnych chorób na wczesnym etapie zaawansowania [3].

## Hipoteza

Prowadzenie badań profilaktycznych w siedzibie zakładu pracy jest specyficzne. Wymaga zaangażowania pracodawcy, który będzie też oczekiwał jasno sformułowanych wyników i podsumowania korzyści wynikających z nakładu sił i środków skierowanych do akcji prozdrowotnej. Stawiając hipotezę, że program prozdrowotny realizowany w zakładach pracy, przy zaangażowaniu pracodawców będzie charakteryzował się wysoką skutecznością, należy wdrożyć wszelkie standardy prowadzenia i oceny akcji profilaktycznych. Prowadzenie takich badań profilaktycznych należałoby przeprowadzić według metodologii i oceny kryteriów naukowych, zgodnie z najlepszą praktyką prowadzenia badań naukowych.

## Cel pracy

Porównanie metodologii prowadzenia programów prozdrowotnych i badań naukowych oraz uzasadnienie wartości zastosowania metodologii badań naukowych do realizacji i opisanie wyników programu profilaktycznego realizowanego w zakładach pracy lub siedzibie pracodawcy.

## Materiał i metody

Metoda: analiza cech programów prozdrowotnych i kryteriów badań naukowych. Porównanie specyfiki



**Tabela 1. Promocja zdrowia w zakładzie pracy a tradycyjny model systemu ochrony zdrowia. Na podstawie [4]**

Tradycyjny system ochrony zdrowia	Promocja zdrowia w zakładzie pracy
zainteresowanie zdrowiem wyłącznie w perspektywie jego związków z procesem pracy	ochrona zdrowia pracowników, która wynika z zagrożeń dla zdrowia, jakie niesie praca
związek zdrowia z pracą traktowany jest na płaszczyźnie negatywnej	identyfikacja czynników, które mają negatywny wpływ na zdrowie, neutralizowanie i minimalizowanie ich
zdrowie pracowników było zadaniem działu BHP	umocnienie zdrowia pracowników poprzez zaangażowanie pracodawcy oraz pracowników w proces jego poprawy

obu działań, odrębności, punktów styecznych i korzyści łączenia poszczególnych elementów.

W tabeli 1 przedstawiono specyfikę badań promocji zdrowia w zakładzie pracy względem tradycyjnego modelu systemu ochrony zdrowia [4].

Analiza obszaru badań zawarta w tabeli 1 ma charakter opisowy, sygnalizuje pewne odmienności i problemy w sposób ogólny oraz stanowi wstęp do podjęcia oraz opracowania tematu: Promocja zdrowia w zakładzie pracy. W celu podjęcia, zrealizowania i podsumowania programu prozdrowotnego, niezbędne są założenia organizacyjne. Aby nadać programowi rangę

i znaczenie merytoryczne, potrzebna byłaby obiektywizacja wyników, którą wspierałyby ramy naukowe. Uzupełnieniem metodyki analizy optymalizacji prowadzenia projektu jest tabela 2, która szczegółowo przedstawia założenia programów prozdrowotnych i porównuje je z założeniami prowadzenia badań naukowych.

## Wyniki

Wyniki analizy specyfiki i punktów styecznych programu prozdrowotnego i badania naukowego analizowane w tabeli 2 można przedstawić graficznie (ryc. 1).

**Tabela 2. Program prozdrowotny a badanie naukowe: specyfika obu działań i punkty styeczne**

Program prozdrowotny	Badanie naukowe
Program promocji zdrowia ma na celu rozpowszechnianie wiedzy o podstawowych zasadach prowadzenia zdrowego stylu życia w zakresie: prawidłowego odżywiania się, kształtowania postaw aktywności ruchowej, walki ze stresem, eliminowania nałogów oraz profilaktyki zdrowotnej. Profilaktyka to zapobieganie chorobom, ich wczesne wykrywanie oraz takie postępowanie w razie choroby, które pomoże złagodzić jej przebieg.	Praca naukowa to forma pracy twórczej, obejmująca pełne spektrum czynności służących rozwiązaniu określonego problemu naukowego, ujętego w etapy postępowania badawczego. Wiedza to znajomość klasycznej i współczesnej literatury przedmiotu. Dotyczy ogólnego rozwoju nauki i podstawowych zasad przygotowania rozprawy naukowej.
Założenia programu Co powinien zawierać program profilaktyczny? Opis powinien definiować naturę i rozmiar zjawiska, którego dotyczy program, wskazywać adresatów programu, problem, czynniki ryzyka i czynniki chroniące. Należy podać uzasadnienie wyboru konkretnego sposobu rozwiązania problemu z uwzględnieniem: <ul style="list-style-type: none"> <li>teorii i opartych na nich modelach teoretycznych, których skuteczność w odniesieniu do rozwiązywania problemu została potwierdzona w literaturze naukowej lub sprawdzona w praktyce,</li> <li>strategii profilaktycznych (sposoby postępowania) opartych na podstawach teoretycznych, które mają na celu redukcję wpływu czynników ryzyka i/lub wzmacnianie czynników chroniących (strategie wiodące i uzupełniające).</li> </ul>	Obszar badawczy to dobór i wykorzystanie współczesnej literatury w obszarze zainteresowań, zgromadzenie wiedzy teoretycznej jako podstawy postawienia hipotezy poprzedzającej rozpoczęcie badań empirycznych.
Cel Cel ogólny programu powinien być odpowiedni (adekwatny) do zidentyfikowanego problemu, tzn. dotyczyć modyfikacji lub zmiany sytuacji niepożądaną na pożądaną albo utrzymania czy poprawy sytuacji aktualnej ocenianej jako pozytywna. Cel ogólny programu zazwyczaj realizowany jest poprzez cele szczegółowe. Powinny spełniać wymogi określone akronimem SMART: <i>specyficzny, mierzalny, adekwatny, realistyczny i terminowy</i> , które dają możliwość sprawdzenia, czy cel zostanie osiągnięty.	Cel Cel badań naukowych jest bardzo jasno definiowany poprzez określenie celu nadrzędnego oraz celów szczegółowych.

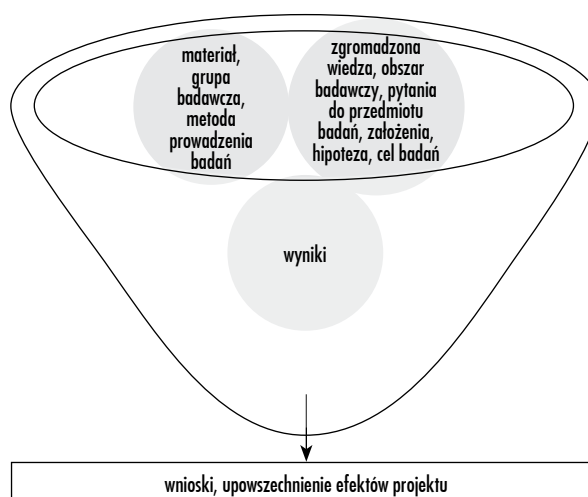


**Tabela 2. Cd.**

Program prozdrowotny	Badanie naukowe
Grupa docelowa/odbiorca	Materiał naukowy
Działania: zaplanowane w programie czynności powinny być szczegółowo opisane tak, by można było stwierdzić logiczne ich powiązanie ze specyfiką grupy odbiorców i realizacją zakładanych celów (ogólnego i szczegółowych) programu. Opis powinien zawierać: rodzaj działań, ich długość i intensywność, zastosowane metody pracy, przekazywane treści. Narzędzia „autorskie” powinny być skonstruowane w sposób poprawny pod względem metodologicznym.	Metodyka badań naukowych to formułowanie celów, problemów naukowych, hipotez badawczych, wynikających z nich pytań badawczych. Można ją prowadzić w różnorodny sposób, w zależności od postawionego celu i posiadanego materiału. Metoda analizy i krytyki piśmiennictwa, ankietowa, eksperymentalna, porównawcza, opisu indywidualnych przypadków.
Efekty, czyli ewaluacja procesu dotyczy oceny przebiegu realizacji programu. Opis ewaluacji procesu powinien zawierać: charakterystykę osób badanych (np. wiek, płeć, liczebność, inne dane ważne z perspektywy programu), metody zbierania danych, wykorzystane narzędzia i sposób analizy danych. Wskaźniki ewaluacji procesu to miary służące do oceny stopnia realizacji programu. Wskaźniki mogą dotyczyć kryteriów związanych z przebiegiem programu, takich jak frekwencja, zgodność realizacji programu z założeniami, harmonogram, scenariusz spotkań, napotkane trudności i sposoby ich rozwiązania. Wyniki ewaluacji procesu powinny odnosić się do przedstawienia wartości liczbowych i/lub danych opisowych wymienionych powyżej wskaźników.	Wyniki Umiejętność przeprowadzenia badań, dobór metod do ich przeprowadzenia i oceny, przedstawienie wyników badań i ocena wyników, wyciągnięcie z nich krytycznych, syntetycznych wniosków i proponowania rozwiązań.
Ewaluacja wyników jest oceną bezpośrednich lub odroczonych wyników programu i udziela odpowiedzi na pytanie, na ile udało się osiągnąć zamierzone cele lub pośrednie etapy docelowych zmian w wyniku realizacji programu. Wskaźniki służące do oceny skuteczności programu powinny spełniać kryteria SMART, zawierać odpowiedzi na pytania dotyczące skuteczności programu i dostarczać wiedzy na temat zmian, jakie u uczestników nastąpiły w wyniku realizacji programu.	Prezentacja wyników Prezentacja wyników ma charakter wielowymiarowy. Pierwszy etap odbywa się w sekcji „dyskusja” w dysertacji lub publikacji naukowej i jest to część opracowania przedstawiająca kwintesencję oraz weryfikującą założone hipotezy. Kolejny (lub równoległy) etap to rozpowszechnianie wyników w formie doniesień ustnych, prezentacji, wykładów, webinarów itd.
Ewaluacja formatywna służy opracowaniu końcowej wersji programu, którego skuteczność powinna być badana w trakcie ewaluacji wyników. Krótki opis wyników powinien zawierać: propozycje modyfikacji programu i/lub określenie standardów realizacji programu, które powinny być spełnione, by zapewnić wysoką jakość realizacji przy wdrażaniu programu.	Wnioski To jasno sprecyzowane stwierdzenia odpowiadające na pytania zawarte w celach projektu. Stanowią konkluzję badań, podsumowanie i powiązanie ostatecznych wyników z założeniami, opierając się na dyskusji z istniejącym stanem wiedzy.

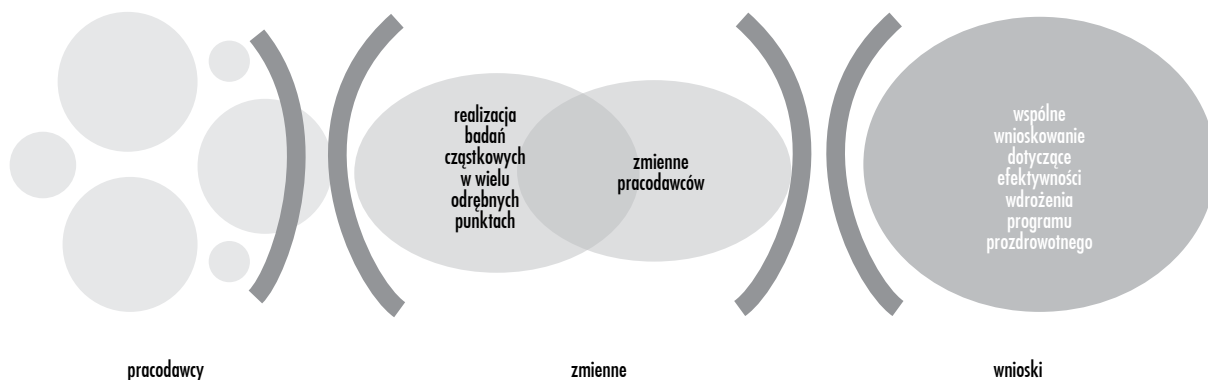
Dla prozdrowotnego projektu społecznego podstawę piramidy stanowi populacja, która zostanie poddana badaniu profilaktycznemu, oraz zgromadzone na realizację tego celu siły i środki. Szczyt piramidy to ostateczna ewaluacja programu (ewaluacja formatywna) i sposoby szerokiego wdrażania programu dla realizacji założonych celów społecznych.

Program prozdrowotny realizowany w rozproszonej destynacji u wielu różnych pracodawców posiada wspólne przesłanki, metodologię, kadrę realizującą zadania, harmonogram i założenia, ale uzyskuje się znaczną ilość rozproszonych wyników. Realizacja badań cząstkowych odbywa się bowiem w wielu odrębnych punktach, tj. u wielu pracodawców. Rycina 2 przedstawia proces przekształcania cząstkowych założeń i zadań realizowanych w badaniu przesiewowym i przełożenie tych badań w jeden, wspólny dla wielu punktów badawczych i wie-

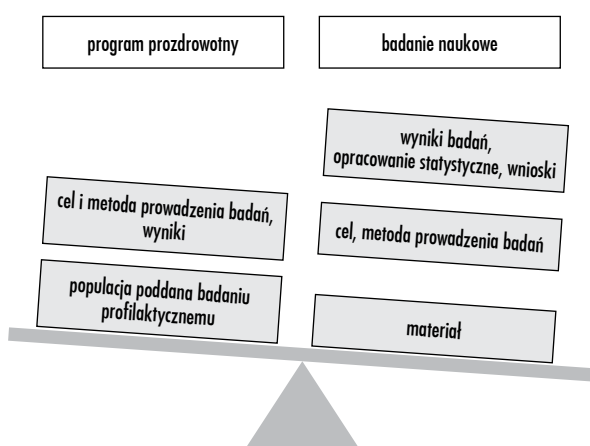


**Rycina 1. Wspólne cechy metodologiczne programów prozdrowotnych i badań naukowych**





Rycina 2. Elementy metodologiczne programów prozdrowotnych względem badań naukowych



Rycina 3. Analiza zależności i bilansu zysków dla wdrożenia standardu badania naukowego do realizacji programu prozdrowotnego

lu zmiennych wynik ostateczny. Ważnym założeniem przy akcjach prozdrowotnych w siedzibach pracownika jest fakt, że zakłady pracy charakteryzują się wieloma zmiennymi: 1) rodzajem prowadzonej działalności; 2) liczbą zatrudnionych pracowników; 3) charakterem wykonywanych przez pracowników prac z wszelkimi pochodnymi tej zmiennej, czyli wiekiem, wykształceniem, bazowym stanem zdrowia zatrudnionych.

Korzyści wynikające z połączenia programu prozdrowotnego i badań naukowych dotyczą wielu aspektów obu prowadzonych działań. Finansowanie, organizacja, rekrutacja grupy i gromadzenie materiału stanowią bardzo silną stronę badań profilaktycznych. Z kolei wielorakie są korzyści zastosowania standardów badania naukowego do opisanego wyników badań profilaktycznych. Bilans wzajemnych korzyści przedstawiono na rycinie 3.

## Dyskusja

Podjęty przez autorów problem prowadzenia badań profilaktycznych w ramach akcji prozdrowotnych w standardzie badania naukowego jest rzadko oma-

wiany w literaturze naukowej, choć wydaje się ważny z dwóch względów.

Badania profilaktyczne i działania prozdrowotne stanowią przyszłość współczesnej nauki o zdrowiu i medycyny, a także rosnący dział merytoryczny, organizacyjny i finansowy. Obecnie promocja zdrowia w zakładzie pracy rozwija się w kierunku budowania trwałych mechanizmów społeczno-organizacyjnych, motywujących pracowników do dokonywania zdrowszych wyborów, stymulujących bardziej przyjazny pracownikowi rozwój organizacji [1]. Tak realizowana profilaktyka jest jednak staranniej rozliczana z efektów jej oddziaływania. Wdrażanie prozdrowotnych działań wpływa korzystnie na budowanie wizerunku firmy [2]. Ponadto podejmowanie inicjatywy w tym zakresie przynosi efekty nie tylko zdrowotne, lecz także ekonomiczne poprzez wzrost oszczędności powstałych wskutek zmniejszenia częstości absencji personelu związanego z chorobą [5, 6].

Dlatego też dla jakości opisanego wyników programu prozdrowotnego, zwłaszcza w tym kształcie, tj. prowadzonego u pracodawców, na styku zdrowia, reguł BHP, biznesu, kosztów–efektywności i marketingu, korzystne jest zastosowanie metodologii naukowej. Wysoka ranga działań objętych rygorami badania naukowego ma też pozytywny wpływ na chęć ich prowadzenia przez decydentów w zakładach pracy.

Podsumowując, wdrażając programy prozdrowotne powinniśmy realizować je, opierając się na zasadach SMART. Możemy je także opisywać językiem nauki i stosować wszelkie założenia oraz kryteria badań naukowych, gdyż kluczowe elementy są wspólne dla obu działań. Z jednej strony program profilaktyczny dostarcza przesłanki i materiał do analizy naukowej, z drugiej – opracowanie naukowe wyników badania profilaktycznego nadaje mu wysoką rangę i współczynnik oddziaływania.

## Konflikt interesów

Autorzy nie zgłaszają konfliktu interesów.



## Piśmiennictwo

1. Woynorowska B. Edukacja zdrowotna. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.
2. Kleczewska E, Kleczewski T. Badanie wiedzy oraz postaw prozdrowotnych wśród pracowników firmy produkcyjnej z branży medycznej. *Przegl Lek* 2011; 68: 913-7.
3. Korzeniewska E. Zdrowi pracownicy w zdrowiej organizacji – Konferencja Europejskiej Sieci Promocji Zdrowia w Miejscu Pracy. *Medycyna Pracy* 1999, 50: 601-4.
4. Gniazdowski A. Promocja zdrowia w miejscu pracy. *Promocja zdrowia. Nauki Społeczne i Medycyna* 1994; 1-2: 70-80.
5. Goszczyńska E. Promocja zdrowia w zakładach pracy o dużym udziale starszych pracowników. Sytuacja w Polsce. *Medycyna Pracy* 2020; 71: 153-76.
6. Juszczyk G, Pergol M, Olejniczak D, et al. Badanie zaangażowania firm oferujących pracownikom opiekę medyczną w promowanie zdrowia w miejscu pracy w Polsce. *Przegl Epidemiol* 2012, 66: 547-54.

### Adres do korespondencji:

Anna Bartochowska  
Klinika Otolaryngologii i Onkologii Laryngologicznej  
Uniwersytet Medyczny im Karola Marcinkowskiego  
ul. Przybyszewskiego 49  
60-355 Poznań  
e-mail: [anna.bartochowska@ump.edu.pl](mailto:anna.bartochowska@ump.edu.pl)

Katarzyna Kukawska  
Katedra i Zakład Prawa Medycznego i Farmaceutycznego  
Uniwersytet Medyczny im Karola Marcinkowskiego  
Poznań  
e-mail: [kukawska.katarzyna@spsk2.pl](mailto:kukawska.katarzyna@spsk2.pl)

