



ЗДОРОВЕНЬКІ БУЛИ!

«В здоровом теле здоровый дух — глупое изречение. Здоровое тело — продукт здравого рассудка».

Бернард Шоу

Як не дивно це звучить, але здоров'я останнім часом увійшло в моду. Як сформулювали б фахівці моди — піклування про власне здоров'я зараз «у тренді».

Телебачення вчить нас, що і як треба їсти, допитливі журналісти дізнаються жажів і таємниць виготовлення різних продуктів. Реклама вчить, як і чим лікуватись, а лікарі стають шоуменами і з екранів телебачення читають лекції про здоровий спосіб життя.

Соціологи КМІС не могли пройти повз такої актуальної теми та звернулися до респондентів із запитанням: **«Що для Вас особисто означає турбота про власне здоров'я?»¹**

¹ Київський міжнародний інститут соціології з 21 вересня по 3 жовтня 2012 року провів власне опитування громадської думки. Методом інтерв'ю опитано 2043 респондентів, що мешкають в усіх областях України (включно з містом Києвом) та в Криму за стохастичною вибіркою, репрезентативною для населення України віком від 18 років. Статистична похибка вибірки (з імовірністю 0.95 і за дизайн-ефекту 1.5) не перевищує:

3,3% для показників близьких до 50%,
2,8% — для показників близьких до 25%,
2,0% — для показників близьких до 10%,
1,4% — для показників близьких до 5%.

«Если не будешь есть еду как лекарство, то будешь есть лекарство как еду!»
Михаил Задорнов

З'ясувалося, що на першому місці в українців правильне харчування — так відповіли 41% опитаних. Відсутності шкідливих звичок надали важливе значення 26% респондентів, для 14% турбота про здоров'я — це заняття спортом. Лише 12% покладаються на медицину і підкреслюють значення проходження медичних оглядів.

Молодість завжди відчайдушна та легковажна — турбота про власне здоров'я може почекати. Проте 33% молоді віком від 18 до 29 років вважають що треба правильно харчуватися, 31% — займатися спортом, 24% — не мати шкідливих звичок та 8% — проходити медичні огляди.

«Если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь».
Гораций

Заняття спортом значно переважає у молоді, ніж у представників старших вікових груп: серед категорії 30–39 років так відповіли 16%, найменше таких серед представників категорії 50–59 років — 5%.

Правильному харчуванню найбільше віддають перевагу представники середнього віку, 40–49 років (47%) та 50–59 років (46%).

Що для Вас особисто в першу чергу означає турбота про власне здоров'я?

	Україна в цілому, %		чоловік	жінка
Правильне харчування	41.4	Правильне харчування	34.4	47.2
Заняття спортом	13.8	Заняття спортом	20.8	8.0
Відсутність шкідливих звичок	25.7	Відсутність шкідливих звичок	27.3	24.4
Проходження медоглядів	12.0	Проходження медоглядів	9.8	13.7
Інше	2.5	Інше	3.3	1.8
ВАЖКО СКАЗАТИ/НЕ ЗНАЮ	4.7	ВАЖКО СКАЗАТИ/НЕ ЗНАЮ	4.4	4.9
РАЗОМ	100	РАЗОМ	100	100

	Вік (6 вікових груп)					
	18-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70 +
Правильне харчування	33.4	39.9	47.3	45.7	45.3	39.5
Заняття спортом	30.8	16.0	8.9	5.3	6.7	5.8
Відсутність шкідливих звичок	23.7	24.7	24.9	29.1	26.8	26.7
Проходження медоглядів	7.5	11.5	12.7	11.7	14.4	17.1
Інше	2.4	4.2	1.8	2.8	1.0	2.3
ВАЖКО СКАЗАТИ/НЕ ЗНАЮ	2.2	3.7	4.3	5.3	5.7	8.5
РАЗОМ	100	100	100	100	100	100

	Початкова (менше 7 класів)	Неповна середня (менше 10 класів)	РУ, ФЗУ, ПТУ після 7-8 класів	Повна середня, загальна (10-11 класів)	СПТУ, ПТУ після 10-11 класів	Середня спеціальна (технікум тощо)	Неповна вища (3 курси і більше)	Повна вища
Правильне харчування	37.8	39.8	58.8	40.8	38.4	42.8	37.0	42.2
Заняття спортом	9.5	7.5	5.9	8.9	13.0	16.0	21.7	16.7
Відсутність шкідливих звичок	28.4	22.6	17.6	26.7	31.6	21.8	27.2	28.0
Проходження медоглядів	18.9	21.5	8.8	13.6	10.7	12.3	9.8	7.6
Інше	1.4	0.0	2.9	3.3	2.3	2.2	1.1	3.1
ВАЖКО СКАЗАТИ/НЕ ЗНАЮ	4.1	8.6	5.9	6.7	4.0	4.8	3.3	2.4
РАЗОМ	100	100	100	100	100	100	100	100



Позбавленню від шкідливих звичок надають важливе значення люди віком від 50 до 59 років (29%).

«Мужчины всегда правы, а женщины никогда не ошибаются»

Дуже по-різному бачать турботу про власне здоров'я жінки та чоловіки. Правильному харчуванню віддають перевагу 47% жінок та лише 34% чоловіків. А ось зі спортом все навпаки — його обрали 21% чоловіків і лише 8% жінок. Шкідливі звички також дещо більше заважають чоловікам (27%), ніж жінкам (24%).

«Здоровье — мудрых гонорар...»
Пьер Жан Беранже

Результати дослідження не показали великої різниці у структурі погляді в залежності від освіти. Щодо правильного харчування різниця невелика. А от заняття спортом більше цінують більш освічені. Заняттю спортом найбільше надають перевагу люди з неповною вищою (22%), середньою спеціальною (16%) та вищою освітою (17%), найменше — люди з низькою освітою (7–8%).

За відсутністю шкідливих звичок великої різниці немає, а от щодо медоглядів, то на них більше покладаються люди з низькою освітою. ■

Бажаємо, щоб здоровенькими були всі, незалежно від віку, статі та рівня освіти.