



**World Health
Organization**

REGIONAL OFFICE FOR **Europe**

Δελτίο τύπου

Κοπεγχάγη, Δανία, 19 Μαΐου 2020

Έκθεση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) για τις συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία των εφήβων ηλικίας 11-15 ετών στην Ευρώπη δείχνει ότι όλο και περισσότεροι έφηβοι αναφέρουν προβλήματα ψυχικής υγείας

Η Έκθεση συγκεντρώνει εκτενή δεδομένα για τη σωματική υγεία, τις κοινωνικές σχέσεις και την ψυχική ευεξία 227.441 μαθητών ηλικίας 11, 13 και 15 ετών από 45 χώρες. Αποτελεί επομένως ένα σημείο αναφοράς βάσει του οποίου μελλοντικές μελέτες θα μπορούν να μετρήσουν τον αντίκτυπο του COVID-19 στη ζωή των νέων.

Μια νέα Έκθεση από το διακρατικό ερευνητικό πρόγραμμα Συμπεριφορές που συνδέονται με την Υγεία των Έφηβων-Μαθητών, η οποία δημοσιεύθηκε σήμερα από το Περιφερειακό Γραφείο του ΠΟΥ για την Ευρώπη, σχετικά με την υγεία και τις κοινωνικές συμπεριφορές των μαθητών ηλικίας 11, 13 και 15 ετών από 45 χώρες, δείχνει ότι μεταξύ 2014 και 2018, σε πολλές χώρες, η ψυχική υγεία των εφήβων σημείωσε επιδείνωση.

«Μας απασχολεί όλους το γεγονός ότι ένας διαρκώς αυξανόμενος αριθμός αγοριών και κοριτσιών σε ολόκληρη την Ευρώπη αναφέρει κακή ψυχική υγεία- μελαγχολία, νευρική ή ευερεθιστότητα», αναφέρει ο Δρ Hans Henri P. Kluge, Περιφερειακός Διευθυντής του ΠΟΥ για την Ευρώπη. Προσθέτει ότι «Ο τρόπος με τον οποίο θα ανταποκριθούμε σε αυτό το διαρκώς αυξανόμενο πρόβλημα είναι κάτι που θα έχει αντίκτυπο σε πολλές επόμενες γενιές. Το να επενδύσουμε στους νέους, για παράδειγμα, μέσω της εξασφάλισης της εύκολης πρόσβασής τους σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας κατάλληλες για τις ανάγκες τους, είναι τριπλά ωφέλιμο μια και με τον τρόπο αυτό εξασφαλίζουμε υγεία και κοινωνικά και οικονομικά οφέλη για τους σημερινούς εφήβους, τους αυριανούς ενήλικες και τις μελλοντικές γενιές».

Η Έκθεση του προγράμματος με τίτλο «Spotlight on adolescent health and well-being» δείχνει ότι η ψυχική ευεξία μειώνεται με την ηλικία, με τα κορίτσια να κινδυνεύουν περισσότερο σε σύγκριση με τα αγόρια. Ένας στους 4 εφήβους αναφέρει ότι αισθάνεται νευρική ή ευερεθιστότητα ή ότι έχει δυσκολία στον ύπνο τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα.

Η Έκθεση καταδεικνύει σημαντικές διακυμάνσεις στην ψυχική υγεία των νέων μεταξύ των διάφορων χωρών, κάτι που σημαίνει ότι εθνικοί πολιτισμικοί, πολιτικοί και οικονομικοί παράγοντες δύνανται να διαδραματίζουν κάποιον ρόλο στην προαγωγή της ψυχικής υγείας.

Στο ένα τρίτο περίπου των χωρών, η Έκθεση κατέδειξε , αύξηση -σε σύγκριση με το 2014- του ποσοστού των εφήβων που αισθάνονται πιεσμένοι από τα μαθήματα του σχολείου και μείωση του ποσοστού εκείνων που αναφέρουν ότι αντλούν ικανοποίηση από το σχολείο. Στις περισσότερες χώρες, η σχολική εμπειρία επιδεινώνεται με την ηλικία, με την ικανοποίηση από το σχολείο και την αντίληψη των εφήβων για υποστήριξη από τους/τις εκπαιδευτικούς και τους συμμαθητές τους να μειώνεται και την η πίεση από τις σχολικές υποχρεώσεις να αυξάνεται.

Η έρευνα HBSC/WHO εξετάζει την αυξανόμενη χρήση της ψηφιακής τεχνολογίας παράλληλα με τη μεταβαλλόμενη κατάσταση της ψυχικής υγείας των νέων στην Ευρώπη και τον Καναδά. Είναι προφανές ότι η τεχνολογία μπορεί να έχει θετικά αποτελέσματα, αλλά μπορεί επίσης να εντείνει την

ευαλωτότητα των νέων και να εισαγάγει νέες απειλές, όπως ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός, ο οποίος φαίνεται να επηρεάζει δυσανάλογα τα κορίτσια. Περισσότεροι από 1 στους 10 εφήβους αναφέρουν ότι τουλάχιστον μία φορά τους τελευταίους δύο μήνες έχουν υποστεί ηλεκτρονικό εκφοβισμό.

«Είναι ανησυχητικό να βλέπουμε τους εφήβους να μας λένε ότι δεν είναι όλα καλά σε ό,τι αφορά την ψυχική τους υγεία, κι αυτό είναι ένα μήνυμα που πρέπει να το πάρουμε στα σοβαρά, καθώς η καλή ψυχική υγεία αποτελεί ουσιαστικό κομμάτι της υγιούς εφηβείας», δήλωσε η Δρ Jo Inchley, Συντονίστρια της διακρατικής έρευνας HBSC/WHO στο Πανεπιστήμιο της Γλασκόβης.

Οι συμπεριφορές κινδύνου, η διατροφή και η έλλειψη σωματικής άσκησης συνεχίζουν να αποτελούν βασικές προκλήσεις

Η Έκθεση παρουσιάζει τα ευρήματα από την έρευνα HBSC/WHO η οποία πραγματοποιείται κάθε τέσσερα χρόνια σε χώρες της Ευρώπης και στον Καναδά. Μερικά ακόμα βασικά ευρήματα σε αυτήν την τελευταία μελέτη είναι τα εξής:

Η χωρίς-προφυλάξεις σεξουαλική συμπεριφορά συνεχίζει να αποτελεί ένα ανησυχητικό θέμα: στην ηλικία των 15 ετών, ένα στα 4 αγόρια (24%) και ένα στα 7 κορίτσια (14%) αναφέρουν ότι είχαν ήδη μία ολοκληρωμένη σεξουαλική επαφή · εξ αυτών μόνον ένας/μία στους/στις 4 ανέφεραν ότι είχαν λάβει κάποια προφύλαξη την τελευταία φορά.

Η κατανάλωση αλκοόλ και το κάπνισμα στην εφηβεία συνεχίζουν να μειώνονται. Ωστόσο ο αριθμός των σημερινών 15χρονων που καταναλώνουν αλκοόλ και καπνίζουν παραμένει υψηλός, με το αλκοόλ να είναι η πιο συχνά αναφερόμενη ουσία. Ένας στους πέντε 15χρονους (20%) έχει μεθύσει δύο ή περισσότερες φορές στη ζωή του, ενώ σχεδόν ένας στους 7 (15%) είχε μεθύσει τις τελευταίες 30 τελευταίες ημέρες από τη διεξαγωγή της έρευνας.

Λιγότεροι από ένας στους 5 εφήβους πληρούν τις συστάσεις του ΠΟΥ για φυσική δραστηριότητα · από το 2014, τα επίπεδα φυσικής δραστηριότητας έχουν μειωθεί στο ένα τρίτο περίπου των χωρών, ειδικά μεταξύ των αγοριών. Η συμμετοχή σε φυσική δραστηριότητα παραμένει ιδιαίτερα χαμηλή μεταξύ των κοριτσιών και των μεγαλύτερων-σε-ηλικία εφήβων.

Οι περισσότεροι έφηβοι δεν ανταποκρίνονται στις τρέχουσες διατροφικές συστάσεις, υπονομεύοντας τη δυνατότητά τους για υγιή ανάπτυξη. Περίπου δύο στους 3 εφήβους δεν καταναλώνουν αρκετά τρόφιμα πλούσια σε θρεπτικά συστατικά, με έναν στους 4 να καταναλώνει γλυκά και έναν στους 6 αναψυκτικά (με ζάχαρη) σε ημερήσια βάση.

Τα ποσοστά υπέρβαρων και παχύσαρκων εφήβων έχουν αυξηθεί από το 2014 και αφορούν πλέον έναν στους 5 εφήβους, με υψηλότερα ποσοστά μεταξύ των αγοριών και των νεότερων-σε-ηλικία εφήβων. Ένας στους 4 εφήβους, ειδικά τα κορίτσια, θεωρούν το σώμα τους υπερβολικό παχύ.

Ενώσω δημοσιοποιείται η πιο πρόσφατη έρευνα HBSC/WHO με ευρήματα από το 2018, ο κόσμος είναι αντιμέτωπος με την πανδημία του COVID-19. Η επόμενη έρευνα η οποία θα διενεργηθεί το 2022, θα αναδείξει και τις ενδεχόμενες προεκτάσεις από την πανδημία στη ζωή των νέων.

«Το ευρύ φάσμα των θεματικών που καλύπτονται από τη μελέτη HBSC/WHO μας δίνει σημαντικές πληροφορίες για τη ζωή των εφήβων σήμερα ενώ θα πρέπει επίσης να αποτελέσει μια χρήσιμη βάση για τη μέτρηση της επίδρασης του COVID-19 στην εφηβεία, όταν παρουσιαστούν τα ευρήματα της επόμενης έρευνας του 2022», δήλωσε ο Martin Weber, Διευθυντής του Προγράμματος για την Υγεία των Παιδιών και των Εφήβων του Περιφερειακού γραφείου του ΠΟΥ για την Ευρώπη. *«Η σύγκριση των δεδομένων θα μας επιτρέψει να μετρήσουμε το βαθμό και τον τρόπο με τον οποίο η παρατεταμένη διακοπή του σχολείου και οι καραντίνες έχουν επηρεάσει τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις των νέων καθώς και τη σωματική και τη ψυχική τους υγεία».*

Για ερωτήσεις ΜΜΕ:

Cathy Bartley Bartley Robbs Communications +44 7958 561671 cathy.bartley@bartley-robbs.co.uk	Tina Kiaer Communications Officer WHO Regional Office for Europe +45 30 36 37 76 kiaert@who.int
---	---

Σχετικά με την Έρευνα HBSC

Η διακρατική Έρευνα HBSC/WHO παρακολουθεί τις εμπειρίες των νέων σε Ευρώπη και Β. Αμερική για περισσότερα από 35 χρόνια. Αποτελεί ένα ουσιαστικό εργαλείο για τον εντοπισμό της προόδου σε έναν μεγάλο αριθμό δεικτών που αφορούν την υγεία και την κοινωνία καθώς και για την επισήμανση ανησυχητικών εξελίξεων οι οποίες ενδεχόμενα απαιτούν συντονισμένη πολιτική δράση και πρακτικές παρεμβάσεις.

Το Διεθνές Συντονιστικό Κέντρο της HBSC/WHO εδρεύει στο Πανεπιστήμιο της Γλασκόβης, στο Ηνωμένο Βασίλειο. Περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με την έρευνα και τις συμμετέχουσες χώρες είναι διαθέσιμες στο σύνδεσμο: <http://www.hbsc.org/>