

УДОВЛЕТВОРИТЕЛНОСТ НА РОДИТЕЛИТЕ НА ДЕЦА, ПОСЕЩАВАЩИ ДЕТСКО ЗАВЕДЕНИЕ, ОТ ПРОВЕДЕНО ОБУЧЕНИЕ ПО ПРОБЛЕМИТЕ НА ЗАКАЛЯВАНЕТО В ДЕТСКА ВЪЗРАСТ

Цв. ПЕТКОВА¹, М. СЪЛЕВА², Е. ДИМИТРОВА¹, Кр. ИВАНОВА¹

¹Катедра "Сестрински терапевтични грижи", ФЗГ, МУ – Плевен

²Катедра "Управление на здравните грижи, медицинска етика и информационни технологии", ФОЗ, МУ – Плевен

PARENTS' SATISFACTION WITH A TRAINING ON THE ISSUES OF HARDENING IN EARLY CHILDHOOD AMONG CHILDREN ATTENDING A KINDERGARTEN

Tsv. PETKOVA¹, M. SULEVA², E. DIMITROVA¹, KR. IVANOVA¹

¹Department of Nursing Therapeutic Care, Faculty of Health Care, Medical University – Plevен

²Department of Health Care Management, Medical Ethics and Information Technologies, Faculty of Public Health, Medical University – Plevен

Резюме. В условията на повишена грижа за здравето и развитието на децата, все по-голямо значение придобиват методите на профилактика и укрепване на детския организъм. Една от ключовите стратегии за това е закаляването, което е процес на целенасочено повишаване устойчивостта на организма към климатични и външни въздействия. **Целта** на изследването е след проведено обучение по проблемите на закаляването в детска възраст да се установят нивото на знания на родителите, участващи в проучването, и удовлетвореността им от него. **Материал и методи:** Използвани са документален метод; анкетен метод, интервю с преподавателския и медицинския персонал, участващ в проучването, наблюдение. Данните от проучването са обработени с Microsoft Excel 2013. **Резултатите** показват значително (с около 50%) повишаване на информираността на родителите относно закалителните процедури, провеждани се в детската градина. Много голям (91,66%) е дялът на респондентите, които са удовлетворени от проведеното обучение. **В заключение** може да се каже, че получената висока удовлетвореност и положителната обратна връзка от родителите потвърждават нуждата от подобни инициативи и в бъдеще. За здравословен живот е необходимо закаляването да започне още в детството и да се провежда през целия живот.

Ключови думи: закаляване, деца, родители, обучение

Abstract. In the context of increasing attention to the health and development of children, methods for prevention and strengthening of the child's organism are gaining growing importance. One of the key strategies for achieving this is hardening, a process aimed at purposefully increasing the body's resistance to climatic and environmental influences. **The aim** of the study is to determine, after conducting a training on the issues of hardening in early childhood, the level of knowledge of the participating parents and their satisfaction with the training. **Materials and methods:** Documentary method, survey method, interviews with teaching and medical staff involved in the study, and observation were applied. The collected data were processed using Microsoft Excel 2013. **Results:** The findings show a significant (about 50%) increase in parents' awareness regarding the hardening procedures carried out in the kindergarten. A very large proportion (91.66%) of the respondents reported satisfaction with the training conducted. **Conclusion:** The high level of satisfaction and positive feedback from parents confirm the need for similar initiatives in the future. For a healthy lifestyle, hardening should begin in early childhood and continue throughout life.

Key words: hardening, children, parents, training

ВЪВЕДЕНИЕ

Една от целите на Националната здравна стратегия 2021-2030 г. е същественото подобряване на общественото здраве „чрез превенция и ранна интервенция във всеки аспект на здравната система и нашия живот“. Този процес, за да има ефект, следва да започне още от детството и да продължи през целия живот на човека.

В условията на повишена грижа за здравето и развитието на децата, все по-голямо зна-

чение придобиват методите на профилактика и укрепване на детския организъм. Той е все още неукрепнал и бързо се повлиява от различни простудни и вирусни заболявания, особено през пролетта и есента. Силният имунитет на детето е желание на всеки родител [13]. Една от ключовите стратегии за постигането му е закаляването, което е процес на целенасочено повишаване устойчивостта на организма към климатични и външни въздействия [3]. За да бъдат ефективни

закалителните процедури, е необходимо да се провеждат при спазване на следните принципи – постепенност, последователност, системност и индивидуален подход [1].

Голяма част от децата у нас се отглеждат и възпитават в детски заведения – детски ясли и детски градини, като предучилищното обучение е задължително от 4-годишна възраст [7, 8]. В този период от живота на децата е изключително важно да се осигури правилното им физическо и нервно-психично развитие [2, 4, 5, 6, 17].

Един от най-съществените проблеми при отглеждане и възпитание на децата в детски заведения е честото им боледуване от остри респираторни заболявания (ОРЗ) и отсъствията им по тази причина. Това е сериозен проблем за родителите, персонала и самите деца. Подобни резултати откриваме и в проучване на Г. Маркова и Г. Петрова (2019). Те установяват висока заболяемост от ОРЗ на децата, посещаващи детски заведения на територията на град Плевен.

В детските заведения у нас, чрез Наредба 5/2016 на Министерството на образованието, е предвидена за изпълнение програма с профилактични мероприятия, подходящи за деца в тази възрастова група.

За да отговори на тези съвременни изисквания, ръководството на ДГ „Радост“, град Ловеч, съвместно с преподаватели и студенти от МУ – Плевен, специалност „Медицинска сестра“, проведе обучение за родители, насочено към популяризиране на основните принципи, методи и ползи от закаляването при децата в предучилищна възраст.

Целта на изследването е след проведено обучение по проблемите на закаляването в детска възраст да се установят нивото на знания на родителите, участващи в проучването, и удовлетвореността им от него.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДИ

Социологически методи:

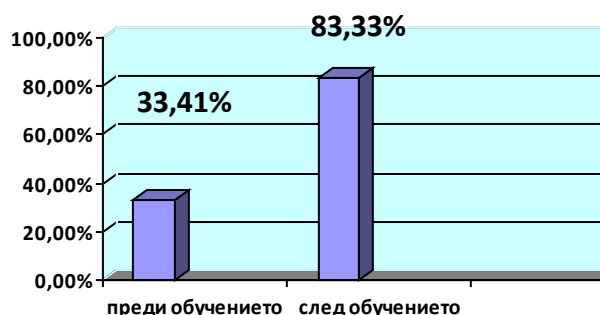
1. Документален метод – проучена е медицинската документация на децата, след съгласие на родителите и ръководството на детската градина;
2. Анкетен метод – анонимна групов анкета с 35 родители на деца, посещаващи 4-та група на ДГ „Радост“, град Ловеч.
3. Интервю с преподавателския и медицинския персонал на ДГ „Радост“ – Ловеч, за ползата от проведеното обучение.
4. Наблюдение – явно наблюдение на децата за проследяване на тяхното здравно състояние 6 месеца след проведеното обучение.

Статистически методи: Данните от проучването са обработени с Microsoft Excel 2013.

РЕЗУЛТАТИ

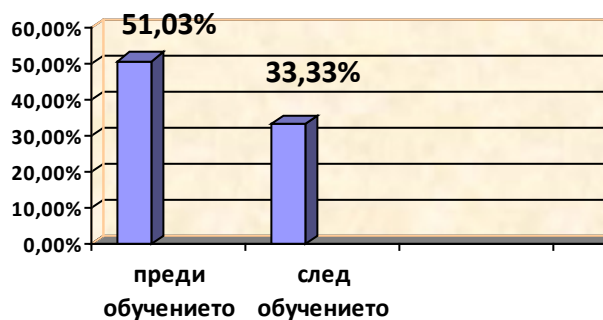
Обучението под наслов „Растем силни и здрави в детската градина“ бе проведено в пе-

риода 14-18.10.2024 г. с родителите на 35 деца, посещаващи 4-та група на ДГ „Радост“ – град Ловеч. Програмата включва 2 лекции, 5 упражнения и семинар. След обучението с респондентите бе проведена анонимна групов анкета по проблемите на закаляването в детска възраст. За целите на проучването бе създадена анкетна карта с 15 затворени и 3 отворени въпроса. Подобно анкетно проучване бе осъществено и преди провеждане на обучението. За да се определи нивото на осведоменост на респондентите по разглежданите проблеми, бе направен сравнителен анализ между отговорите им преди и след провеждането му (фиг. 1).



Фиг. 1. Сравнителен анализ на степента на информираност на родителите относно профилактичната програма, провеждаща се в детската градина

Съществена промяна има и в мнението на анкетиранияте относно връзката между посещаемостта в детското заведение и честотата на боледуване на техните деца преди и след обучението (фиг. 2).



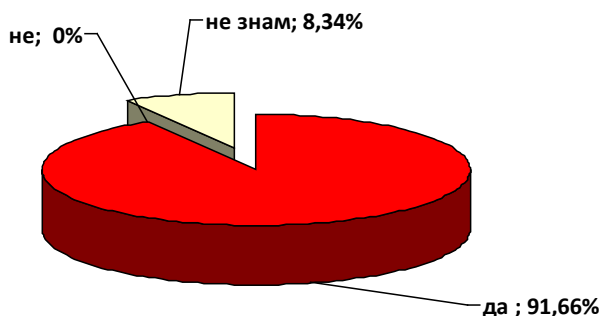
Фиг. 2. Сравнителен анализ на мнението на респондентите относно връзката между честотата на заболявания от ОРЗ и посещенията в детската градина

Част от въпросите в анкетната карта предоставят възможност на включените в проучването родители да дадат своите предпочитания за участие в мероприятията от профилактичната програма на детската градина (табл. 1). Получените резултати надвишават 100%, тъй като респондентите са давали повече от един верен отговор на зададения въпрос.

На фиг. 3 е представена удовлетвореността на респондентите от проведеното обучение.

Таблица 1. Сравнителен анализ на мероприятията, в които биха се включили родителите, в профилактичната програма на детското заведение

Мероприятие	Преди обучението	След обучението
	N %	N %
Ще синхронизирам дневния режим на детето си с този в детската градина (ДГ)	10 (28,12%)	23 (66,66%)
Ще му приготвям здравословна храна	11 (31,25%)	20 (58,33%)
Ще избягвам употребата на газирани напитки	12 (33,33%)	17 (50%)
По-често ще организирам излети на открито	13 (34,47%)	17 (50%)
Ще прилагам мероприятията от ДГ и вкъщи	14 (38,54%)	17 (50%)
Ще се включвам в спортни празници, организирани от детската градина	15 (40,62%)	17 (50%)
Ще включа в храната на детето си повече плодове и зеленчуци	16 (42,7%)	23 (66,66%)



Фиг. 3. Удовлетвореност на родителите, участващи в обучението, от качеството на обучението

Извършен беше и сравнителен анализ на медицинската документация на децата за шестмесечен период преди и след проведеното обучение. Данните показват намаление на отсъствията по болест от ОРЗ с 10%. Тези резултати се потвърдиха и от проведеното наблюдение и от интервюто с медицинския и педагогическия персонал на детското заведение.

ОБСЪЖДАНЕ

Получените резултати показват значително повишаване на информираността на родителите за закалителните процедури, провеждащи се в детската градина (фиг. 1). От данните на фиг. 2 е видно, че почти с 20% е намалял относителният дял на родителите, според които децата им боледуват по-често, защото посещават детско заведение. Общо активността на родителите за включване в профилактичната програма на градината е нараснала след проведеното обучение (табл. 1). Особено внимание заслужава същественото повишаване на броя на родителите, които биха синхронизирали дневния режим на децата си с този на детската градина. Това е изключително значение за лесния адаптационен период на децата и е важно условие за провеждане на ефективно закаляване. Подобни резултати откриваме и в публикацията на М. Георгиева, (2020) „Дневна рутина“. Авторката акцентира, че спазването на ежедневен режим със задължителен дневен сън до 7-годишна възраст е ключ към здравето, както и че усвоените режимни моменти през детството остават за цял живот [14].

Не по-малко значимо е и увеличаването след обучението на тези родители, които ще обърнат внимание на здравословното хранене на своите деца. Много автори, работещи по този проблем разглеждат задълбочено значението на здравословното хранене на децата, като е важно не само това, което детето яде, но и колко пъти на ден го прави. Задължително децата трябва да имат четирикратно хранене, т.е. трите основни хранения при възрастните да бъдат подкрепени и от следобедна закуска [14]. Задължително към този процес трябва да се прибави и осигуряването на свеж въздух поне по два часа на ден, което може да се реализира чрез различни процедури, подходящи за деца, например: слънчени и въздушни бани, които да се осъществяват дори в облачно време, защото ултравиолетовите лъчи преминават свободно, и др. [1, 14]

Проведеното обучение е оценено много високо както по отношение на съдържанието, така и по отношение на организацията. Почти всички анкетирани биха препоръчали участие в подобна инициатива на други родители, което е важен индикатор за устойчиво положително въздействие. Тези резултати са потвърдени и от данните, получени от проведеното интервю с медицинския и педагогическия персонал на детското заведение.

От изложеното дотук могат да се направят следните **изводи**:

1. Проведеното обучение по проблемите на закаляването в детска възраст е възприето положително и с интерес от родителите.

2. Налице е многократно повишаване на информираността на респондентите, относно профилактичната програма, провеждаща се в детската градина.

3. Активността на родителите, участващи в проучването, за включване в профилактичната програма на детското заведение се е повишила значително след обучението.

В заключение може да се каже, че провеждането на обучение по проблемите на закаляването в детска възраст с родителите е изключително важно както по отношение на информационната стойност, така и по отношение на практическото

приложение. Получената висока удовлетвореност и положителната обратна връзка от родителите потвърждават нуждата от подобни инициативи и в бъдеще. За бъдещи инициативи от този род е препоръчително да се съчетават визуални материали с участие на специалисти, които да осъществяват пряк контакт с родителите. Това би засилило много ефективността на бъдещи подобни обучения, които са значими за закаляването в детска възраст, като един от ключовите аспекти на здравословния начин на живот.

Библиография

1. Белолев Й, и съавтори. Грижи за болния и сестринска техника. МИ АРСО, София, 2000.
2. Грънчарова Г, Александрова-Янкуловска С. Основи на социалната медицина. Стено, 2021, 268.
3. Димитрова Е, Мачева Д, Иванова И. Качество на сестринските грижи при отглеждане и възпитание на децата в детска ясла. Здравни грижи, 2009, 7(1):11-14.
4. Леви В. Здравословия живот. Скорпио, 2013, 22-53.
5. Маркова Г. Родителите – фактор в управлението и осъществяването на промоцията на здраве сред деца в яслена възраст. В: Сборник – доклади от международна онлайн конференция на тема: „Представяне на унифицирани методи за терапевтичен екип при лечение на културно различни пациенти в трудни нестандартни ситуации“. МУ-Пловдив, 2021, 145-154.
6. Мумджиев Н, и колектив. Детски болести. Учебник за медицинските колежи. ИК „Сиела“, 2000, 11-33, 78-91, 121-126.
7. Наредба № 5 от 03.06.2016 г. за предучилищното образование. ДВ, бр. 46 от 17.06.2016 г., в сила от 01.08.2016 г.; изм. и доп., бр. 72 от 31.08.2018 г., в сила от 31.08.2018 г.; доп., бр. 72 от 13.09.2019 г.; изм., бр. 77 от 01.09.2020 г., в сила от учебната 2020-2021 г.; изм. и доп., бр. 85 от 02.10.2020 г., в сила от 02.10.2020 г.; доп., бр. 95 от 06.11.2020 г., в сила от 06.11.2020 г. Достъпно на: https://0201.nccdn.net/1_2/000/000/0a7/0ea/503.06.2016.pdf, отворено на 9.09.2024 г.
8. Национална здравна стратегия 2021-2030. Достъпно на: <https://strategy.bg/StrategicDocuments/View.aspx?id=1604>, отворено на 17.10.2024 г.
9. Пенева Л, Йорданов И. Всяко дете е важно, всяка година – решаваща. В: Благосъстояние на децата в ранното детство в България 2010. София, УНИЦЕФ, 2010.
10. Петрова Г. Промоция на здравето. Учебник за факултетите по обществено здраве. МУ – Пловдив, 2022.
11. Правчев В, Татъзов Т, Визева М. Ролята на детските ясли в обществената здравна грижа за децата. Здраве и наука, 2012, (1):505-507.
12. Гетова С. Как да подобрим имунитета на детето 2018. Достъпно на: <https://ezine.bg> отворено на 23.10.2025 г.
13. Ангелова И. Ролята на здравословното хранене 2023. Достъпно на: <https://ezine.bg> отворено на 23.10.2025 г.
14. Георгиева М. Дневна рутина 2020. Достъпно на <https://ezine.bg> отворено на 23.10.2025 г.
15. Седем правила за здравословно закаляване 2024. Достъпно на: <https://www.swimaholic.bg/spartyunyjanav%D1%96ny/7-pravila-za-zdravoslovno-zakaljavane/> отворено на: 23.10.2025 г.
16. Markova G, Petrova G. Incidence rate of children attending creches in pleven municipality: causes and taking reduction measures. Journal of IMAB, 2019, 25(4): 2769-2774; doi:10.5272/jIMAB.2019254.2769
17. Markova G, Petrova G. Health promotion in nurseries on the territory of Pleven municipality. Knowledge International Journal Scientific and Applicative paper (Skopje), 2015; 11(1): 298-302.

✉ Адрес за кореспонденция:

Цветина Петкова, докторант
Катедра „Сестрински терапевтични грижи“
Факултет „Здравни грижи“
Медицински университет
ул. „Свети Климент Охридски“ № 1
5800 Плевен