

Poznajemy pozytywne mierniki zdrowia



Zdrowie – stan pełnego fizycznego, umysłowego i społecznego dobrostanu, a nie tylko całkowity brak choroby czy niepełnosprawności.

W ostatnich latach **definicja** ta została uzupełniona o sprawność do „prowadzenia produktywnego życia społecznego i ekonomicznego” a także wymiar duchowy.

Pozytywne mierniki zdrowia określają prawidłowość i sprawność funkcjonowania całego organizmu lub poszczególnych układów.

Najważniejsze z nich to tzw. mierniki rozwoju (dzieci i młodzieży):

- jakość życia,
- satysfakcja z życia,
- średnia przeciętna, oczekiwana długości życia,
- średnia (przeciętna) długość życia w dobrym zdrowiu.

Jakość życia to subiektywnie odczuwalny obraz własnej sytuacji życiowej odnoszący się do określonego fragmentu życia oraz określonego wzorca idealnego, który jest przedmiotem pragnień. Na jakość życia składają się: stan fizyczny i sprawność ruchowa, stan psychiczny, satysfakcja społeczna i ekonomiczna.

Ze względu na znane uwarunkowania zdrowia, coraz większe znaczenie w pomiarze sytuacji zdrowotnej, społeczeństw mają tzw. mierniki pośrednie.

Należą do nich:

- warunki sanitarne,
- stan środowiska przyrodniczego,
- żywność, woda.

Zapoznaj się z poniższym artykułem i dla sprawdzenia wiadomości wykonaj dwa zadania na dole strony.

<https://epodreczniki.pl/a/spedzamy-dzien-przyjemnie-i-pozytecznie/DUoCPbA06>