

Светски дан здравља
7.април



Светски дан здравља

- Сваког **7. априла** широм света се обележава **Светски дан здравља**.
- Обележавање овог дана има за циљ подизање свести о кључним здравственим изазовима, промоцију превентивних мера и здравих стилова живота, као и мотивисање шире заједнице да активно учествује у унапређењу квалитета живота.

„Заједно за науку“

- Овогодишња тема кампање за обележавање овог датума је „Заједно за науку“. Кампања истиче како научна достигнућа, тако и мултилатералну сарадњу неопходну да се докази претворе у конкретне мере – **уз снажан фокус на приступ „Једно здравље“**.
- Овогодишња кампања оснажује снагу научне сарадње у заштити здравља људи, животиња, биљака и планете.

Приступ „Једно здравље“

- Здравље људи, животиња и екосистема је уско повезано. Промене у тим односима могу повећати ризик од појаве и ширења нових болести код људи и животиња.
- Блиска повезаност здравља људи, животиња и животне средине захтева тесну сарадњу, комуникацију и координацију између свих релевантних сектора.
- „Једно здравље“ је приступ који има за циљ унапређење здравља људи, животиња и екосистема интеграцијом ових области, уместо њиховог посматрања као одвојених.
- Око 60% новонасталих заразних болести које се пријављују на глобалном нивоу потиче од животиња, како дивљих тако и домаћих. У последње три деценије откривено је више од 30 нових патогена код људи, од којих је 75% пореклом од животиња.
- Људске активности и оптерећени екосистеми створили су нове услове за појаву и ширење болести.
- Ови фактори укључују трговину животињама, пољопривреду, сточарство, урбанизацију, експлоатационе индустрије, климатске промене, фрагментацију станишта и продор у дивља подручја.

Приступ „Једно здравље“

- „Једно здравље“ је интегрисан приступ који има за циљ унапређење здравља људи, животиња и екосистема. Он користи међузависне везе између ових области како би развио нове методе надзора и контроле болести.
- На пример, начин коришћења земљишта може утицати на број случајева маларије, а временски обрасци и системи за контролу воде могу утицати на болести попут денга грознице. Трговина живим дивљим животињама повећава вероватноћу преласка заразних болести на људе.



- Свет сада има јединствену прилику да ојача сарадњу и интегрисане стратегије у областима здравља људи, животиња и екосистема, смањи ризик од будућих пандемија и епидемија и истовремено ублажи терет ендемских и незаразних болести. Надзор, интегрисана истраживања и координисано деловање свих релевантних сектора кључни су за успешно решавање сложених здравствених изазова.

Кампања 2026.

Овогодишња кампања позива владе, научнике, здравствене раднике и јавност да:

- стану уз науку кроз ослањање на доказе, чињенице и смернице засноване на науци ради заштите здравља;
- обнове поверење у науку и јавно здравље; и
- подрже решења заснована на науци за здравију будућност.

Здравље

- Здравље није изолована област, већ резултат заједничког деловања науке, здравствених система и заједница. Снага научне сарадње омогућава размену знања и искустава, што је од пресудног значаја у глобалном одговору на здравствене изазове.
- Здравље је, према дефиницији Светске здравствене организације (СЗО), стање потпуног физичког, менталног и социјалног благостања, а не само одсуство болести или изнемоглости. Оно представља динамичан процес, способност прилагођавања организма и ниво функционалне ефикасности, који зависи од исхране, активности, хигијене и окружења.

Закључак

- Свако од нас може допринети остваривању бољег здравља – од одржавања личне хигијене до учешћа у програмима превенције и едукације. Кроз заједничке напоре и поуздане податке, наука нам помаже да изградимо отпорнија и здравија друштва.
- **Светски дан здравља подсећа да је здравље заједничка одговорност и да само сарадњом можемо постићи одрживе резултате!**

Савети за очување здравља

- Одржавајте пожељну телесну тежину.
- Водите рачуна о избору намирница и начину њихове припреме.
- Не прескачите оброке.
- Будите физички активни најмање 30 минута сваког дана.
- Укључите се у спорт, плес или рекреативне активности.
- Користите сваку прилику за кретање – шетњу, бицикл или лагане вежбе.
- Што више слободног времена проводите у природи.
- Реците НЕ дувану и избегавајте боравак у простору са дуванским димом.