

Tim projekta **Reason4Health** želeo je da ispita kako su demografske i psihološke karakteristike povezane sa dve vrste upitnih zdravstvenih ponašanja - nepridržavanjem zdravstvenih preporuka i korišćenjem tradicionalnih, komplementarnih i alternativnih metoda lečenja.

Upitna zdravstvena ponašanja

Nepridržavanje zdravstvenih preporuka lekara

Na primer, uzimanje antibiotika bez preporuke lekara, samostalno određivanje doze leka, ignorisanje simptoma koji zahtevaju posetu lekaru

Korišćenje tradicionalne, alternativne i komplementarne medicine

Na primer, korišćenje homeopatije, akupunkture, biljnih melema, molitve za zdravlje, odlazak kod kostolomca



Ovo istraživanje smo sproveli na reprezentativnom uzorku, što znači da je moguće primeniti zaključke istraživanja na čitavu populaciju Srbije

Šta smo se pitali?

- Koliko često su tokom života ispitanici pribegavali ovim upitnim zdravstvenim ponašanjima, odnosno kakva je celoživotna prevalenca ovih ponašanja?
- Kako su ova ponašanja povezana sa različitim psihološkim osobinama?
- Koje od tih psiholoških osobina su, zajedno sa demografskim faktorima, najvažnije za objašnjenje ovih ponašanja?

Zašto je ovo istraživanje važno?

- Poznavanje prevalencije upitnih zdravstvenih ponašanja, kao i psihološkog profila osoba koje su im sklone je posebno važno za lekare i može im pomoći prilikom komunikacije sa pacijentima
- Na osnovu ovih rezultata, možemo da osmislimo intervencije koje za cilj imaju razvoj odgovornijeg zdravstvenog ponašanja.

Kako je istraživanje sprovedeno?

Da bismo odgovorili na ova pitanja, ispitali smo povezanost upitnih zdravstvenih ponašanja sa različitim psihološkim faktorima, od onih bazičnijih kao što su crte ličnosti i stilovi mišljenja do onih psihološki "bližih" kao što su iracionalna uverenja poput verovanja u teorije zavere ili sujeverja. Uz to, razmotrili smo i različite sociodemografske karakteristike ispitanika, kao što su pol ili obrazovanje

► **POGLEDAJTE PREGLED FAKTORA KOJE SMO ISPITIVALI NA NAREDNOJ STRANI**

Sociodemografske karakteristike

Pol, socioekonomski status, uzrast, obrazovanje i slično



Udaljeni psihološki faktori

Bazične crte ličnosti, poput savesnosti, poštenja ili saradljivosti

Stilovi mišljenja odnosno rešavanja problema - racionalni koji se više oslanja na logiku i iskustveni koji se više oslanja na intuiciju

Iracionalna uverenja

Uverenja koja nisu u skladu sa principima normativne logike i za koja nedostaju validni empirijski dokazi

Na primer verovanje u teorije zavere, sujeverje ili magijska uverenja o zdravlju (kao što je uverenje da hrana koju pojedemo truli u telu i izaziva različite zdravstvene probleme)

Poverenje i iskustva sa sistemom

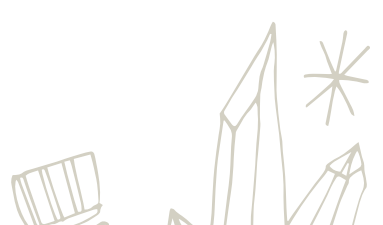
Poverenje u zdravstveni sistem

Prethodna negativna iskustva sa zdravstvenim sistemom

Dodatni faktori

Opšte zdravstveno stanje i hronična oboljenja

Religioznost, spiritualnost i politička orijentacija



Ko su bili naši ispitanici?



Reprezentativan uzorak od 1003 ispitanika iz odrasle populacije Srbije

Uzorak je bio balansiran po polu

Žene
50%



Muškarci
50%



Najveći broj ispitanika je bio uzrasta od 50-59 godina, a prosečan uzrast ispitanika je bio 48 godina

Najveći broj ispitanika (42%) je imao završenu srednju školu



99%

je nekad koristilo barem jednu praksu alternativne medicine

Najčešće alternativne, komplementarne i tradicionalne prakse

Sve sa prevalencom preko 75%



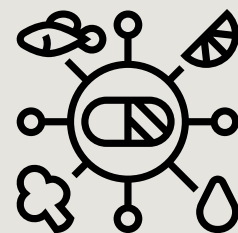
Konzumacija biljnih i pčelinjih proizvoda



Konzumacija proizvoda biljnog porekla



Korišćenje biljnih krema, melema i masti



Konzumacija suplemenata

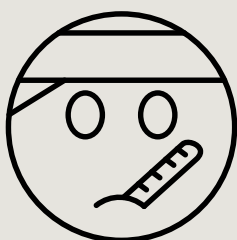
Druge česte prakse su bile korišćenje mineralnih ili svetih voda (65%) ili molitva za sopstveno zdravlje (56%)



89%

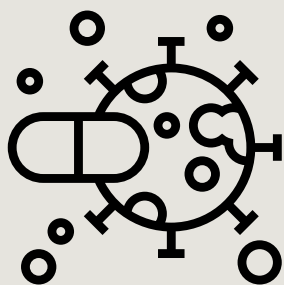
se barem nije pridržavalo barem
jedne preporuke lekara

Najčešća ponašanja nepridržavanja preporuka lekara



78%

Ignorisanje simptoma koji
zahtevaju posetu lekaru



47%

Uzimanje antibiotika
na svoju ruku



33%

Uzimanje lekova za smirenje
na svoju ruku

Ko koristi prakse alternativne medicine?



Ljudi koji su skloni magijskim uverenjima o zdravlju, veruju u medicinske teorije zavere i sujeverni su

Ljudi koji su imali negativna iskustva sa zdravstvenim sistemom

Spiritualniji, radoznaliji i otvoreni za nova iskustva

Žene češće koriste alternativnu medicinu

Ko se ne pridržava preporuka lekara?

Ljudi koji nemaju poverenja u medicinske institucije

Ljudi koji su imali negativna iskustva sa zdravstvenim sistemom

Ljudi koji su impulsivniji i povučeniji



Šta smo saznali?



Alternativne metode lečenja, kao i ponašanja nepridržavanja preporuka su veoma raširene u opštoj populaciji

Ova dva tipa upitnih zdravstvenih ponašanja su povezana, tako da su ljudi koji su skloni jednim, skloni i drugim ponašanjima

Negativna iskustva sa zdravstvenim sistemom podstiču i jedan i drugi oblik ponašanja

Psihološke karakteristike imaju veći značaj za objašnjenje ovih ponašanja od sociodemografskih karakteristika i zdravlja

Problemi sa zdravljem nisu neposredno povezani sa ovim ponašanjima, odnosno oni nisu presudni za objašnjavanje zašto ljudi pribegavaju ovim praksama



Šta možemo da uradimo kada to znamo?



Upitna zdravstvena ponašanja su ukorenjena u psihološkim karakteristikama osobe, pa ih nije lako menjati

Nije dovoljno samo ljudima dati informacije i očekivati da će kada raspoložu pravim informacijama donositi odluke zasnovane na njima

Na osnovu profila onih koji su skloni upitnim zdravstvenim ponašanjima, možemo da dizajniramo intervencije za njihovo smanjenje

Ipak, promene na individualnom nivou moraju biti praćene i sistemskim promenama, kako bi se negativna iskustva sa zdravstvenim sistemom eliminisala



Preporuke za dalje informisanje

Naučni članak nastao kao rezultat ovog istraživanja (na engleskom):

Knežević, G., Petrović, M. B., Ninković, M., Zupan, Z., Lukić, P., Purić, D., Živanović, M., Teovanović, P., Stanković, S., & Žeželj, I. (2024). Lifetime prevalence of questionable health behaviors and their psychological roots: A preregistered nationally representative survey. *PLOS ONE*, 19(11), e0313173. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0313173>

Protokol istraživanja

Knežević, G., Lazarević, L., Purić, D., Zupan, Z., & Žeželj, I. (2023). Prevalence of questionable health behaviours in Serbia and their psychological roots: Protocol for a nationally representative survey. *BMJ Open*, 13(10), e075274. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-075274>

O medicini zasnovanoj na dokazima, alternativnoj medicini i njihovom odnosu:

Radovanović, Z. (2024). Naučna i alternativna medicina - brak bez ljubavi. *Heliks*.

Interaktivni prikaz podataka iz ovog istraživanja:

[Podaci iz istraživanja na reprezentativnom uzorku](#)

Zahvalnice

Istraživanje sprovedeno uz podršku Fonda za nauku Republike Srbije, 7739597, Irrational mindset as a conceptual bridge from psychological dispositions to questionable health practices – REASON4HEALTH

Naslovnu ilustraciju i logo projekta Reason4Health kreirala je [Vanja Gavrić](#)

Ilustracije na pozadinama kreirala je [Ksenija Pantelić](#)

Uslovi korišćenja

Ovaj izveštaj je pod Autorstvo-Nekomercijalno-Deliti pod istim uslovima 4.0 međunarodnom licencom (CC BY-NC-SA 4.0). Možete deliti i prilagođavati izveštaj u nekomercijalne svrhe, pod uslovom da navedete autora dela, naznačite eventualne izmene i distribuirate svoje prerade pod istom licencom pod kojom je bio i original