



**Всемирная организация  
здравоохранения**

**Европейское** региональное бюро

**Европейский региональный комитет**

EUR/RC68/8(B)

Шестьдесят восьмая сессия

**Рим, Италия, 17–20 сентября 2018 г.**

8 августа 2018 г.

180459

Пункт 5(о) предварительной повестки дня

ОРИГИНАЛ: АНГЛИЙСКИЙ

## **Отчет о ходе реализации Стратегии в области физической активности для Европейского региона ВОЗ на 2016–2025 гг.**

В отчете рассказывается о прогрессе, достигнутом в реализации Стратегии в области физической активности для Европейского региона ВОЗ на 2016–2025 гг., в соответствии с резолюцией EUR/RC65/R3

Отчет выносится на рассмотрение шестьдесят восьмой сессии Европейского регионального комитета в 2018 г.

## Общие сведения

1. В данном отчете представлена информация о прогрессе, достигнутом в течение трех лет, прошедших после принятия Европейским региональным комитетом ВОЗ на его шестьдесят пятой сессии резолюции EUR/RC65/R3, которой была утверждена Стратегия в области физической активности для Европейского региона ВОЗ на 2016–2025 гг. Данная стратегия содействует реализации Целей в области устойчивого развития (ЦУР) и согласуется с перспективным видением и основными целями европейской политики в поддержку здоровья и благополучия – Здоровье-2020, которая была одобрена на шестьдесят второй сессии Регионального комитета в 2012 г.
2. Приняв Стратегию в области физической активности для Европейского региона на 2016–2025 гг., государства-члены согласились с актуальной ролью физической активности в содействии здоровому образу жизни и в профилактике и борьбе с основными неинфекционными заболеваниями (НИЗ), включая психические расстройства, в масштабах всего Региона. Стратегия призывает к реализации ряда мер, способствующих приобщению граждан из всех социальных слоев к более активному образу жизни.
3. Физическая активность является основой здоровья и благополучия. Преимущества физической активности (включая уменьшение риска развития НИЗ и снижение уровня стресса, тревожности и депрессии) хорошо известны. ВОЗ рекомендует взрослым, в том числе и лицам старшего возраста, заниматься аэробной физической активностью умеренной интенсивности в общей сложности не менее 150 минут в неделю.
4. Стратегия в области физической активности была разработана в свете принятых добровольных глобальных целей, сформулированных в Глобальном плане действий ВОЗ по профилактике НИЗ и борьбе с ними на 2013–2020 гг., который был принят на Шестьдесят шестой сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения в мае 2013 г. (резолюция WHA66.10). Одна из девяти предусмотренных в нем глобальных целей заключается в относительном сокращении на 10% распространенности недостаточной физической активности к 2025 г. Кроме этого, повышение уровней физической активности играет важную роль в достижении еще трех целей:
  - (а) относительное сокращение на 25% риска преждевременной смерти от сердечно-сосудистых, онкологических, хронических респираторных заболеваний и диабета;
  - (б) относительное сокращение на 25% распространенности повышенного артериального давления или сдерживание роста распространенности повышенного артериального давления в соответствии с национальными условиями;
  - (в) прекращение роста распространенности диабета и ожирения.
5. В настоящем отчете представлена обновленная информация о ходе реализации Стратегии. Цель Стратегии – положить конец преждевременной смертности и значительно сократить бремя предотвратимых сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, диабета, ожирения и прочих проблем со здоровьем, связанных с недостаточной физической активностью.

6. В резолюции EUR/RC65/R3, принятой в 2015 г., Региональный комитет попросил Регионального директора отчитаться о выполнении данной Стратегии на шестьдесят восьмой сессии Регионального комитета в 2018 г.
7. Настоящий доклад выполняет данную просьбу, проводя анализ ситуации, представляя отчет о достигнутом прогрессе и определяя области для дальнейших действий.
8. В Стратегии были определены пять приоритетных областей. В каждой из приоритетных областей предлагается ряд действий для государств-членов и Регионального бюро, призванных гарантировать получение ощутимых результатов и обеспечить прогресс в деле достижения глобальных целей.
- (а) Приоритетная область 1. Обеспечение руководства и координации мер по поощрению физической активности.
  - (б) Приоритетная область 2. Поддержка развития детей и подростков.
  - (в) Приоритетная область 3. Поощрение физической активности среди взрослых в повседневной жизни, в том числе в процессе передвижения, при отдыхе, на работе и через систему медико-санитарной помощи.
  - (г) Приоритетная область 4. Поощрение физической активности среди лиц старшего возраста.
  - (д) Приоритетная область 5. Поддержка практических мер посредством мониторинга, эпиднадзора, стимулирующих платформ, предоставления инструментария, оценок и научных исследований.
9. В данном отчете представлен и проиллюстрирован прогресс, который был достигнут государствами-членами в сотрудничестве с Региональным бюро в каждой из приоритетных областей в период с 2016 по 2018 год.

### **Приоритетная область 1. Обеспечение руководства и координации мер по поощрению физической активности**

10. В состав Сети координаторов по вопросам физической активности в Европейском союзе, которая является совместной инициативой Регионального бюро и Европейской комиссии, входят представители большинства государств-членов в Регионе. Сеть в значительной мере улучшила координацию мероприятий, направленных на поощрение физической активности, как на национальном, так и на европейском уровне.
11. В 2015 г. Региональное бюро подготовило ряд информационных справок для стран, посвященных вопросам эпиднадзора, мониторинга реализации политики и выявления надлежащей практики, под названием "Оздоровительная физическая активность в 28 странах Европейского региона ВОЗ, входящих в ЕС: факты и цифры". Данные материалы получили широкое распространение и использовались учеными и лицами, формирующими политику. Все данные, собранные для информационных справок, были получены в рамках проводимой на европейском уровне оценки и были размещены на новом информационном веб-сайте Регионального бюро – Европейский портал информации здравоохранения. Эта удобная в использовании база данных

содержит данные по показателям в различных форматах. Прежде всего она иллюстрирует тенденции и дает краткий обзор ситуации на страновом уровне.

12. Региональное бюро проводит регулярные совещания Сети координаторов по вопросам физической активности. Можно отметить значительный прогресс на национальном, европейском и глобальном уровнях. Сеть играла и продолжает играть ключевую роль в обмене знаниями между разными странами и в выявлении эффективных мер политики и стратегий поощрения физической активности. На европейском уровне Сеть сыграла ключевую роль в формировании базы фактических данных об эффективных методах работы и в сборе историй успеха из стран, которые повысили уровень физической активности за счет реализации адресных мер в тех секторах, которые были определены в качестве ключевых областей для инвестиций в поддержку физической активности.

13. На глобальном уровне Стратегия теперь служит источником вдохновения для подготовки глобального плана действий в области физической активности на 2018–2030 гг. (резолюция EB142.R5).

14. Что касается межведомственного взаимодействия, то Региональным бюро был проведен анализ состояния физической активности в учреждениях системы образования, выявивший различия между европейскими странами. В некоторых государствах-членах, включая Венгрию и Российскую Федерацию, действуют заслуживающие особого внимания меры, способствующие включению в школьную программу большого числа уроков физкультуры, в частности – в начальной школе. Другие государства-члены при поддержке Регионального бюро проводят анализ количества и качества уроков физической культуры и внеклассных занятий физической активностью во время перемен, по пути из школы домой (т.е. ходьба пешком и езда на велосипеде) или с использованием школьного спортивного зала или площадки.

15. Был достигнут прогресс в оказании поддержки странам в рамках разработки национальных планов и стратегий в области физической активности. Используя надзорные данные с целью выявления эмпирически обоснованных и адресных мер и стратегий, начиная с 2016 г. Региональное бюро оказало поддержку ряду стран в разработке и/или актуализации национальных планов в области физической активности, в том числе Латвии, Португалии, Туркменистану и Турции.

16. Конференция на тему "Азиада-2017: спорт, питание и физическая активность – содействие здоровому образу жизни" прошла 6 апреля 2017 г. в Ашхабаде, Туркменистан. Представители Детского фонда ООН, Организации ООН по вопросам образования, науки и культуры, Фонда ООН в области народонаселения, ВОЗ, а также других международных и национальных организаций обсудили роль спорта и спортивных мероприятий высокого уровня, таких как Азиатские игры в закрытых помещениях и по боевым искусствам, в продвижении здоровых рационов питания, физической активности и гендерного равноправия. Представители также рассмотрели преимущества занятий спортом для здоровья.

## **Приоритетная область 2. Поддержка развития детей и подростков**

17. В информационных справках для стран по теме повышения уровня физической активности рассматриваются такие вопросы, как поддержка оздоровительной физической активности в секторе образования, что создает возможности для обмена соответствующими знаниями. ВОЗ провела дополнительный опрос среди координаторов по вопросам физической активности и, опираясь на полученные результаты, подготовила научную публикацию, в которой она представила дополнительные показатели, полученные данные и прогресс по достигнутым дополнительным показателям.

18. Региональное бюро оказало государствам-членам помощь в разработке и распространении рекомендаций по вопросам физической активности во время беременности и физической активности для детей в возрасте до пяти лет. Региональное бюро подготовило и опубликовало инфографику по теме физической активности на всех этапах жизни, которая стала одним из наиболее востребованных информационных материалов по числу загрузок: <http://www.euro.who.int/ru/health-topics/disease-prevention/physical-activity/data-and-statistics/infographic-make-physical-activity-a-part-of-daily-life-during-all-stages-of-life>.

19. По данным доклада "Подростковое ожирение и связанное с ним поведение: тенденции и социальные неравенства в Европейском регионе ВОЗ, 2002–2014 гг.", число подростков, страдающих ожирением, продолжает расти во многих странах, расположенных в разных уголках Региона. В частности, показатели ожирения увеличиваются в Восточной Европе и находятся на очень высоком уровне в большинстве стран, при этом самые высокие показатели, как правило, отмечаются в странах Южной Европы. Авторы публикации анализируют тенденции о факторах риска развития ожирения, приходя к выводу о том, что одним из главных сопутствующих факторов является отсутствие физической активности. Этот доклад помог сделать поощрение физической активности одной из приоритетных областей; он также стал полезным инструментом для проведения информационно-разъяснительной работы в поддержку принятия необходимых мер политики.

## **Приоритетная область 3. Поощрение физической активности среди взрослых в повседневной жизни, в том числе в процессе передвижения, в свободное время, на работе и через систему медико-санитарной помощи**

20. Региональное бюро совместно с государствами-членами проводило учебные мероприятия для специалистов здравоохранения по вопросам борьбы с поддающимися профилактике и лечению расстройствами здоровья, связанными с недостаточной физической активностью; среди представленных методов борьбы с такими расстройствами – занятия физической активностью по рецепту, выписываемому квалифицированным и обеспеченным необходимыми ресурсами специалистом здравоохранения. В ходе подготовки специалистов использовались разработанные ВОЗ учебные программы и ряд публикаций, посвященных включению физической активности в алгоритмы для учреждений первичной и вторичной медицинской помощи

в зависимости от специфики национальных систем здравоохранения. Несколько стран осуществили инициативы в области поощрения физической активности в учреждениях, находящихся в ведении национальной системы здравоохранения.

21. Кроме того, Региональное бюро разработало рекомендации по использованию более здоровых и более активных форматов организации работы совещаний.

22. Учебные курсы по вопросам проведения консультаций и кратких вмешательств, содействующих физической активности, прошли в Боснии и Герцеговине, Испании, на Мальте, в Португалии, Республике Молдова, Таджикистане, Узбекистане и ряде других стран. Первичная медико-санитарная помощь играет ключевую роль в предоставлении услуг по поддержке здорового питания, по вовлечению в физическую активность и помощи в контроле массы тела. В центре внимания авторов публикации Регионального бюро "Включение услуг в области рациона питания, физической активности и контроля массы тела в сферу деятельности первичного звена медико-санитарной помощи" находятся три вопроса из плоскости политики: Чем подтверждается эффективность услуг в области здорового питания, физической активности и контроля массы тела в первичном звене медико-санитарной помощи? Какие проблемы, характерные для услуг и систем здравоохранения, препятствуют предоставлению вышеуказанных услуг в первичном звене? Какие точки приложения усилий позволят обеспечить оптимальное предоставление таких услуг в первичном звене? В документе представлены рекомендации относительно необходимых преобразований в предоставлении услуг здравоохранения, которые позволят оптимально интегрировать услуги в отношении правильного питания, физической активности и контроля массы тела в первичное звено медико-санитарной помощи. Рекомендации выстроены на базе Европейской рамочной основы для действий по организации интегрированного предоставления услуг здравоохранения.

23. В Стратегии подчеркивается важная роль антропогенной среды в поддержке физической активности в повседневной жизни. Изложенные в этой Стратегии обязательства полностью согласуются с ЦУР. Региональное бюро опубликовало брошюру, излагающую руководящие принципы, следуя которым Европейский регион ВОЗ сможет повысить уровень физической активности в городских условиях путем преобразования общественных пространств в места, которые будут всячески способствовать физически активному образу жизни. Авторы этого документа проводят анализ действующих инициатив по стимулированию физической активности в городах и предлагают меры для дальнейшей эффективной реализации таких инициатив. В публикации также подробно рассказывается о новейших примерах роли городского планирования в поддержке физической активности в Регионе.

24. Региональное бюро поддержало разработку публикации, в которой представлены инструменты и методические рекомендации, призванные содействовать переходу к более широкому использованию таких способов передвижения как езда на велосипеде и ходьба пешком. Инструмент экономической оценки влияния на здоровье (HEAT) ходьбы пешком и езды на велосипеде будет полезным для специалистов, работающих как на национальном, так и на местном уровне, представителей сферы транспортного планирования и организации дорожного движения, а также заинтересованных групп, которые занимаются вопросами транспорта, пешеходной ходьбы, велосипедного движения и окружающей среды, равно как и специалистов в области экономики

здравоохранения, экспертов по вопросам физической активности и укрепления здоровья.

#### **Приоритетная область 4. Поощрение физической активности среди лиц старшего возраста**

25. Региональное бюро и государства-члены предпринимают совместные усилия, направленные на поощрение физической активности среди лиц старшего возраста. В нескольких странах были проведены диалоги по вопросам политики в области создания благоприятных условий для занятий физической активностью и содействия физически активному образу жизни и способам передвижения. Их целью было поместить оздоровительную физическую активность для людей всех возрастов в более широкий контекст деятельности по эффективной профилактике и борьбе с НИЗ и обеспечению устойчивого развития здоровых сообществ и общества в целом. Участники обсудили фактические данные и передовой международный опыт в области реализации стратегий укрепления здоровья, предполагающих создание поддерживающей среды и поощрение активного образа жизни. Они также рассмотрели имеющиеся дополнительные возможности для оказания поддержки заинтересованным сторонам на страновом уровне в оптимизации потенциальных синергетических межсекторальных подходов и конкретных действий, направленных на обеспечение активного и здорового образа жизни.

26. Региональное бюро также предоставляет поддержку небольшому числу государств-членов, реализующих на базе местных сообществ программы физической активности для лиц старшего возраста, страдающих диабетом и другими хроническими заболеваниями, с использованием инновационных инициатив, таких как "пеший футбол".

#### **Приоритетная область 5. Поддержка практических мер посредством мониторинга, эпиднадзора, предоставления инструментария, стимулирующих платформ, оценок и научных исследований**

27. Используя разработанный ВОЗ поэтапный подход к организации эпиднадзора (STEPS), несколько государств-членов создали надзорные системы, позволяющие отслеживать показатели физической активности и проводить мониторинг динамики показателей физической активности, а также факторов риска развития НИЗ. Методика проведения обследований STEPS была специально разработана для использования в условиях ограниченных ресурсов и успешно применялась с целью получения информации, необходимой для выработки мер, направленных на профилактику НИЗ. На данный момент при поддержке Регионального бюро уже проведено девять обследований, и ведется работа над проведением еще нескольких обследований. В настоящее время Региональное бюро работает над улучшением количественных показателей физической активности, используемых в рамках подхода STEPS. Ведется подготовка исследований, призванных подтвердить правильность используемых методов оценки уровня физической активности, недостаточной физической активности и малоподвижного образа жизни.

28. Недавно значительное число государств-членов отнесло надзор за физической активностью к числу задач первостепенной важности в рамках работы координаторов Европейской сети содействия оздоровительной физической активности (HEPA Europe); эти страны также собрали данные о различных аспектах содействия физической активности.

29. Региональное бюро опубликовало результаты опросного исследования "Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья", где представлены данные о динамике показателей физической активности, недостаточной физической активности и малоподвижного образа жизни среди подростков в возрасте 11, 13 и 15 лет.

30. Кроме того, 41 страна участвует в работе Европейской инициативы ВОЗ по эпиднадзору за детским ожирением, в рамках которой ведется сбор национально репрезентативных данных о распространенности избыточной массы тела и ожирения и связанного со здоровьем рискованного поведения среди детей, а также о школьной среде и социально-экономическом положении семьи с особым вниманием к вопросам физической активности. Ряд научных публикаций, посвященных как международной ситуации, так и ситуации в отдельно взятых странах, помогли определить успешные подходы к борьбе с эпидемией детского ожирения и возможности для популяризации физической активности среди детей школьного возраста.

31. Государства-члены и Региональное бюро ведут совместную работу по оценке надежности методов и инструментов, используемых для оценки уровней физической активности.

## **Сотрудничающие центры**

32. Сотрудничающие центры ВОЗ по физической активности и общественному здоровью в Германии и Швейцарии, а также сотрудничающие центры ВОЗ по неинфекционным заболеваниям в Казахстане, Нидерландах, Португалии и Соединенном Королевстве Великобритании и Северной Ирландии внесли значительный вклад в реализацию приоритетных направлений, обозначенных в Стратегии.

## **Выводы и планы на будущее**

33. В настоящем отчете о ходе работы описывается вызывающая тревогу ситуация, характеризующаяся стабильно высоким уровнем недостаточной физической активности в странах Европейского региона ВОЗ, в частности – среди детей, подростков и уязвимых групп населения. В то же время представленные в отчете инициативы и меры, которые реализуются государствами-членами после принятия в 2015 г. Стратегии, дают повод для оптимизма. Тем не менее в Регионе по-прежнему отмечаются многочисленные пробелы и трудности. Для того чтобы государства-члены смогли достичь глобальной цели в отношении физической активности и внести свой вклад в достижение других связанных с НИЗ целей путем повышения уровня физической активности среди населения, необходимо устранить все еще существующие неравенства и активно развивать межсекторальное взаимодействие.

34. С момента принятия Стратегии Региональное бюро проводит совместную работу с более чем 30 государствами-членами, направленную на поощрение физической активности в интересах здоровья; в 18 странах проведение данной работы закреплено в рамках двухгодичных соглашений о сотрудничестве. Число писем с выражением заинтересованности и запросов со стороны государств-членов значительно возросло, и мы ожидаем, что в 2018–2019 гг. (равно как и в последующие годы) масштаб реализуемых мероприятий расширится, и еще большее число государств-членов будет принимать участие в этой работе.

35. Примерами мероприятий Регионального бюро по поддержке государств-членов в реализации Стратегии могут служить: разработка необходимых методов (например физическая активность по рецепту, выписываемому специалистами первичного звена); распространение доказательных данных (таких как информационные справки для стран по вопросам физической активности и научные публикации в коллегиально рецензируемых журналах); анализ будущих направлений деятельности путем рассмотрения роли профессионального и массового спорта в содействии оздоровительной физической активности; установление связей с другими секторами и политическими обязательствами высокого уровня, например, участие ВОЗ в работе, связанной с Тартуским призывом к содействию здоровому образу жизни, инициаторами которого выступили три комиссара Европейского союза.

36. Региональное бюро продолжит реализацию Стратегии в сотрудничестве с государствами-членами и с учетом их указаний. Следующий отчет о ходе работы будет представлен на семьдесят второй сессии Регионального комитета в 2022 г.

= = =