

Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και υγιής εφηβική σχέση

Sexual and reproductive health and healthy relationships of adolescents

Authors: Κούτα Χριστιάνα¹, Ρούσου Έλενα².

1. (PhD, MSc, BSc) Λέκτορας, Τμήμα Νοσηλευτικής Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου
2. (PhD candidate, MSc, BSc) Τμήμα Νοσηλευτικής Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου

Περίληψη

Εισαγωγή: Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία καθιερώθηκε ως ξεχωριστό θέμα δημόσιας υγείας και τυγχάνει ευρείας μελέτης διεθνώς. Η στόχευμένη και περιεκτική εκπαίδευση που θα ενισχύει την αυτοπεποίθηση και τον αυτοσεβασμό, αποτελείτο κλειδί για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας των εφήβων και τη βελτίωση των εφηβικών σχέσεων.

Σκοπός: Σκοπός του άρθρου είναι η συζήτηση της σημασίας της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας στην ανάπτυξη μίας υγιούς εφηβικής σχέσης.

Μέθοδος: Η μεθοδολογία περιλάμβανε αναζήτηση ανασκοπικών και ερευνητικών μελετών, που αναφέρονταν στη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση των εφήβων. Η μεθοδολογία περιέλαβε βιβλιογραφική αναζήτηση στις βάσεις δεδομένων MEDLINE και CINAHL (1990-2010).

Συμπεράσματα: Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των εφήβων θα πρέπει να αποτελεί στόχο και επιτακτική ανάγκη, καθώς επηρεάζει διαδοχικά την υγεία και την ευημερία της κοινωνίας. Μέσα από διαφορετικές μεθόδους προσέγγισης, η εκπαίδευση για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των εφήβων, θα πρέπει να στοχεύει πέραν από την παροχή γνώσεων, στη ευαισθητοποίηση αλλά και τη διαμόρφωση ασφαλούς και υγιούς συμπεριφοράς. Παράλληλα, θα πρέπει να ενισχύει την αυτοπεποίθηση των εφήβων και να καλλιεργεί την κατανόηση της ομοιότητας και της διαφοράς του κοινωνικού φύλου και των πολιτισμών, την εμπιστοσύνη μεταξύ των ατόμων και να παρέχει τη δυνατότητα μιας επικοινωνιακής επικοινωνίας.

Λέξεις-κλειδιά: Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, σεξουαλική διαπαιδαγώγηση

Abstract

Background: Sexual and reproductive health is considered as a public health issue and it's of global concern. A comprehensive education that strengthens the self-confidence and the self-esteem constitutes the key for promoting sexual and reproductive health and healthy relationships of adolescents.

Purpose: The aim of this article is to discuss the importance of sexual and reproductive health in the development of healthy adolescent relations.

Method: Literature review articles in MEDLINE and CINAHL (1990-2010).

Conclusion: The promotion of sexual and reproductive health of adolescents should be considered as an imperative need, as it affects their health and the prosperity of the whole society. Through different health promotion and education methods, one should aim apart from increasing

adolescents' related knowledge, is to strengthen healthy behaviors and enhance their self-confidence. Further, sexual health education must focus in the cultivation of the comprehension of gender and culture related health behaviour and build the possibility for constructive and healthy communication.

Key Words: Sexual and reproductive health, sexual health education

Εισαγωγή

Η ανάπτυξη υγιούς σεξουαλικότητας είναι μέρος της σωματικής και συναισθηματικής ανάπτυξης των εφήβων, καθώς βιολογικοί και περιβαλλοντικοί παράγοντες συνδυάζονται για να δημιουργήσουν για όλη τη ζωή, υγιή αίσθηση της σεξουαλικότητας και των επιλογών της συμπεριφοράς (Duncan et al., 2003).

Η εξέταση της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας (ΣΑΥ) ως ξεχωριστό θέμα δημόσιας υγείας, καθιερώθηκε και τυγχάνει ευρείας μελέτης διεθνώς, ως αποτέλεσμα καταστάσεων όπως η πανδημία του AIDS, η αύξηση των σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων, καθώς και του μεγαλύτερου ενδιαφέροντος του πληθυσμού σε θέματα που αφορούν τη βία σε γυναίκες και κορίτσια (Pole et al., 2010).

Κατά κύριο λόγο, η μη επαρκής, Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση (ΣΔ) και οι περιορισμένες ευκαιρίες για συζήτηση και ανάπτυξη μιας υγιούς αντίληψης για τις σχέσεις και τη σεξουαλική επαφή, φαίνεται ότι επιφέρουν σοβαρές επιπτώσεις στις αποφάσεις που θα πάρουν τα νεαρά άτομα ή τις εμπειρίες που θα έχουν στη ζωή τους. Οι συνέπειες της κακής υγείας, ένεκα συμπεριφορών που αφορούν την σεξουαλική και αναπαραγωγική ζωή, ιδιαίτερα των εφήβων, επηρεάζει τόσο τον εαυτό τους, όσο και τις οικογένειες τους και την κοινωνία (Bearinger et al., 2007).

Σύμφωνα με διεθνή δεδομένα, η ελλιπής ενημέρωση και η ανεπαρκής πρόσβαση σε υπηρεσίες σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας σε πολλές αναπτυσσόμενες χώρες έχει τεράστιες συνέπειες που οδηγούν ακόμα και στο θάνατο εκατομμυρίων νέων ανθρώπων. Συγκεκριμένα, το ανασφαλές σεξ καταγράφεται ως ο 2ος σημαντικότερος παράγοντας ανικανότητας και θανάτου νεαρών ατόμων στις υπανάπτυχτες χώρες και ο 9ος στις αναπτυσσόμενες χώρες (Galsier et al., 2006).

Η ανάγκη για μια υγιή και περιεκτική ΣΔ τονίζεται και μέσα από τον Ευρωπαϊκό κανονισμό 1567/2003 άρθρο 2, στον οποίο αναφέρεται μεταξύ άλλων ότι «...οι έφηβοι έχουν το δικαίωμα μίας επαρκούς πρόσβασης σε πληροφορίες, εκπαίδευση και...υπηρεσίες, όσον αφορά την αναπαραγωγή και σεξουαλική ζωή...» Παρόλα αυτά, η κοινωνική και η ατομική ανάπτυξη των εφήβων επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες που πηγάζουν κυρίως από την κουλτούρα και τις αντιλήψεις τους (Kouta & Raftopoulos, 2010). Επομένως, η σωστή ενημέρωση για την αντιμετώπιση των θεμάτων που αφορούν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική τους υγεία επιβάλλει μια πολυδιάστατη και προσεκτική προσέγγιση.

Σκοπός του συγκεκριμένου άρθρου είναι η συζήτηση της σημασίας της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας στην ανάπτυξη μίας υγιούς εφηβικής σχέσης.

Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και εφηβεία

Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία ορίστηκε το 1994 στο Κάιρο από τη Διεθνή Σύνοδο για τον Πληθυσμό και την Ανάπτυξη (International Conference on Population and Development-I.C.P.D.), και διαμορφώθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας το 2000 "ως μια κατάσταση σωματικής, συναισθηματικής, πνευματικής και κοινωνικής ευημερίας σε σχέση με τη σεξουαλικότητα, και δεν είναι μόνο η απουσία ασθένειας, δυσλειτουργίας ή αναπηρίας. Η σεξουαλική υγεία απαιτεί μια θετική και γεμάτη σεβασμό προσέγγιση στη σεξουαλικότητα και τις σεξουαλικές σχέσεις, καθώς επίσης και την πιθανότητα ύπαρξης ευχάριστων και ασφαλών σεξουαλικών εμπειριών, ελεύθερη από εξαναγκασμούς, διακρίσεις και βία. Για να επιτευχθεί και να διατηρηθεί η σεξουαλική υγεία, τα σεξουαλικά δικαιώματα όλων των ανθρώπων πρέπει να είναι σεβαστά, να προστατεύονται και να εκπληρώνονται."

Η φροντίδα της αναπαραγωγικής υγείας από την άλλη, ορίζεται από το Εθνικό Σχέδιο Δράσης για την Αναπαραγωγική και Σεξουαλική Υγεία 2008-2012, ως η ακολουθία των μεθόδων, τεχνικών, και υπηρεσιών που συμβάλλουν στην αναπαραγωγική υγεία και ευεξία, με την πρόληψη και επίλυση αναπαραγωγικών προβλημάτων. Συμπεριλαμβάνει επίσης την σεξουαλική υγεία, σκοπός της οποίας είναι η διεύρυνση της ζωής και των προσωπικών σχέσεων και όχι μόνο η φροντίδα και θεραπεία γύρω από τα αναπαραγωγικά προβλήματα και σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.

Σήμερα, ο πληθυσμός των εφήβων αριθμητικά καταγράφεται ως ο μεγαλύτερος στην ιστορία, με το μισό σχεδόν πληθυσμό της γης να είναι κάτω των 25 ετών (UNFRA, 2006). Παρόλο που οι έφηβοι αποτελούν ένα σημαντικό δημογραφικό κομμάτι του πληθυσμού, δεν αποτελούν προτεραιότητα κατά την λήψη αποφάσεων που αφορούν την υγεία, δεδομένων των χαμηλών δεικτών νοσηρότητας και θνησιμότητας συγκριτικά με τις άλλες πληθυσμιακές ομάδες. Παρόλα αυτά όμως, η εφηβεία αποτελεί μια ηλικιακή περίοδο κατά την οποία ενέχονται πολλοί κίνδυνοι για την υγεία, οι οποίοι δεν είναι στη πλειοψηφία τους βιολογικοί αλλά επίκτητοι. Τα κυριότερα αίτια σχετίζονται με τον τρόπο που αντιμετωπίζουν διάφορες καταστάσεις, αλλά και τις συμπεριφορές υγείας που υιοθετούν.

Τα επιδημιολογικά δεδομένα, δεικνύουν ότι οι έφηβοι αντιμετωπίζουν αυξημένα προβλήματα υγείας, κυρίως όσον αφορά τη σεξουαλική τους υγεία (Baley, 2003). Κάθε χρόνο, τουλάχιστον 5 εκατομμύρια έφηβες έχουν ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη και υποβάλλονται σε ανασφαλείς αμβλώσεις, ενώ υπολογίζεται ότι παγκοσμίως, το 1/3 των εφήβων κάθε χρόνο προσβάλλεται από κάποιας μορφής σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα, συμπεριλαμβανομένου του HIV/AIDS (Kouta & Raftopoulos, 2010). Το γεγονός αυτό γίνεται εντονότερο όταν ληφθούν υπόψη τόσο τα διεθνή δεδομένα, όσο και πρόσφατα στατιστικά δεδομένα στην Κύπρο (Chrusciel, 2006; Cyprus Youth Organization and Cyprus Institute of Reproductive Medicine, 2006; Kouta et al.,

2008), που θέλουν τους έφηβους να είναι σεξουαλικά ενεργοί από την ηλικία των 16 ετών. Οι αρνητικές συνέπειες από την 'κακή' υγεία των εφήβων, αναπόφευκτα επηρεάζουν και τη μετέπειτα ζωή τους, επιφέροντας σημαντικά προβλήματα τόσο στους ίδιους (π.χ. στειρότητα) όσο και στα παιδιά τους. Επομένως, τα όποια προγράμματα στοχεύουν στο περιορισμό των ανεπιθύμητων επιπτώσεων που προκαλούνται από την μη υγιή σεξουαλική και αναπαραγωγική τους ζωή θα πρέπει να εστιάζονται κυρίως στον εφηβικό πληθυσμό. Έτσι, στα πλαίσια Ευρωπαϊκών και διεθνών αποφάσεων, τονίζεται η αναγκαιότητα για επαρκή εκπαίδευση και συγκεκριμένα, η ατομική ελευθερία για πρόσβαση σε πληροφορίες, εκπαίδευση και υπηρεσίες, η στήριξη των πολιτικών και προγραμμάτων υγείας για την σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και η διαρκή παροχή και διάθεση σε οικονομικά προσιτή τιμή αποτελεσματικότερων και αποδεκτών μεθόδων αντισύλληψης και προστασίας από τα ΣΜΝ, HIV/AIDS. Παράλληλα, στηρίζεται το δικαίωμα του ασφαλούς τερματισμού της εγκυμοσύνης και της συμβουλευτικής πριν και μετά τον τερματισμό της εγκυμοσύνης, την εκπαίδευση για τον οικογενειακό προγραμματισμό, καθώς και την εκπαίδευση για την ισότητα των φύλων σε σχέση με την συμπεριφορά ως προς τις σεξουαλικές τους σχέσεις (π.χ. ευθύνες) (WHO, 2003). Οι κατευθυντήριες γραμμές που δίνονται μέσα από τον Ευρωπαϊκό κανονισμό δεν είναι δεσμευτικές για όλα τα κράτη μέλη. Η υιοθέτηση τους εξαρτάται κυρίως από την κουλτούρα που επικρατεί και την ικανότητα της κοινωνίας να δεχτεί και να εφαρμόσει τις εκάστοτε προτεινόμενες πολιτικές. Αυτός είναι και λόγος που η σεξουαλική αγωγή παρουσιάζει διαφορές στην Ευρώπη. Οι ανατολικές κυρίως χώρες (π.χ. Πολωνία) λόγω κοινωνικών και θρησκευτικών πεποιθήσεων αδυνατούν να εφαρμόσουν αντικειμενική σεξουαλική εκπαίδευση, ενώ οι βόρειες χώρες (π.χ. Ολλανδία, Σουηδία), θεωρούνται πιο προοδευτικές και εφαρμόζουν προγράμματα σεξουαλικής αγωγής από το νηπιαγωγείο (Κούτα & Αθανασπούλου, 2009). Σύμφωνα

με τους Bearinger et al. (2007), οι χώρες που το έχουν επιτύχει μείωση των ποσοστών επικράτησης του HIV/AIDS, το έχουν καταφέρει κυρίως μέσα από την ενθάρρυνση των εφήβων για ασφαλέστερη σεξουαλική συμπεριφορά.

Η σημασία της υγιούς σεξουαλικής σχέσης στην υγεία των εφήβων

Η διασφάλιση της σεξουαλικής υγείας μέσα από μια υγιή σχέση, σύμφωνα με τη Doheny (2009) επιδρά θετικά στην γενική υγεία του ατόμου. Μέσα από την συστηματική ανασκόπηση των αποτελεσμάτων από σχετικές έρευνες, αναφέρει χαρακτηριστικά ότι το ασφαλές, υπό τις πιο πάνω προϋποθέσεις σεξ, μειώνει το στρες, ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα, ενισχύει την αυτοπεποίθηση, βελτιώνει την τρυφερότητα στη σχέση, βελτιώνει τον ύπνο, βελτιώνει το καρδιαγγειακό σύστημα και μειώνει τον πόνο.

Παρόλα αυτά, στη διασφάλιση της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας ανάμεσα στους έφηβους επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες και σε μια προσπάθεια κατανόησης τους, αρκετοί ερευνητές έχουν εφαρμόσει διάφορες θεωρητικές προσεγγίσεις (Fisher & Fisher, 1998; Bearinger et al., 2007). Οι διαφορετικές αυτές προσεγγίσεις προσανατολιζόνταν με βάση την αξιολόγηση των προδιαγραφών του εφηβικού πληθυσμού, τη περιεκτικότητα των στοιχείων του εκάστοτε μοντέλου, την στήριξη σε εμπειρίες καθώς και την προσπάθεια μετατροπής των πληροφοριών σε πρακτικές που οδηγούν στη προώθηση της υγείας.

Τα αποτελέσματα συγκλίνουν στο ότι μια αποτελεσματική εκπαίδευση για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία θα πρέπει να επιτυγχάνει μια ισορροπία μεταξύ της απόκτησης: Στάσεων, που θα επικεντρώνονται στην ικανότητα εκτίμησης της διαφορετικότητας, καθώς και στην ανοχή και την ευθύτητα για το σεξ, Δεξιοτήτων: που θα τους παρέχουν τη δυνατότητα για διαπραγμάτευση, επικοινωνία, θετική διεκδίκηση, φροντίδα του εαυτού τους και άλλων, προσωπικές δεξιότητες, χειρισμός συναισθημάτων και σχέσεων, καθώς και δεξιότητες για λήψη αποφάσεων και

επίλυση προβλημάτων, και Γνώσεων: σχετικά με την εφηβεία, τη λειτουργία του σεξ, συμπεριλαμβανομένων των βιολογικών πτυχών, τη γονιμότητα και την αναπαραγωγή, την αντισύλληψη και τα ΣΜΝ, καθώς και πληροφορίες για το σεξουαλικό προσανατολισμό και τη σεξουαλικότητα (Cyprus Youth Organization and Cyprus Institute of Reproductive Medicine, 2006). Παρόλα αυτά, οι έφηβοι θα πρέπει να αντιμετωπίζονται ως μια ομάδα με πολλές ιδιαιτερότητες. Η φυσική τους ωριμότητα, η αντιληπτική τους ικανότητα καθώς και η κοινωνικές τους δεξιότητες είναι σε οριακό σημείο ανάμεσα στη παιδικότητα και την ενηλικίωση, γι'αυτό και η εκάστοτε προσέγγιση θα πρέπει να διαφοροποιείται ανάλογα (Bearinger et al., 2007). Οι Marston & King (2006), αναφέρουν χαρακτηριστικά ότι οι πτυχές της ανάπτυξης που χαρακτηρίζουν την εφηβεία, τη σεξουαλική συμπεριφορά, και του ρίσκου που διατρέχουν, ποικίλουν ανάλογα με το φύλο, τη φυλή, και την κοινωνικοοικονομική θέση, καθώς επίσης και σε σχέση με τις παραδόσεις και τις αξίες που καθορίζονται από την κοινότητα.

Οι Moore and Rienzo (2000), μέσα από την αξιολόγηση της σεξουαλικής εκπαίδευσης των εφήβων, έχουν εντοπίσει 6 σημαντικούς άξονες στους οποίους θα πρέπει να βασίζεται μια ολιστική σεξουαλική διαπαιδαγώγηση: 1ο, θα πρέπει να δίνεται έμφαση στην ανθρώπινη ανάπτυξη και να καλύπτει θέματα που αφορούν την ανατομία, τη φυσιολογία, την εφηβεία, το σωματικό είδωλο καθώς και τη σεξουαλική ταυτότητα. 2ο, μέσα από την αξιολόγηση των σχέσεων, πρέπει να τονίζεται η σημασία της οικογένειας, της αγάπη ανάμεσα στα μέλη της και το γάμος, ενώ παράλληλα θα πρέπει να υπογραμμίζονται οι ιδιαιτερότητες του κοινωνικού φύλου και των στερεοτύπων που πιθανών να υπάρχουν. 3ο, πρέπει να γίνεται αξιολόγηση των προσωπικών δεξιοτήτων των αξιών και των πιστεύω, έτσι ώστε να ενισχύεται ανάλογα η ικανότητα διαπραγμάτευσης καθώς και η ικανότητα στη λήψη αποφάσεων. 4ο, η σεξουαλική συμπεριφορά δεν πρέπει να περιβάλλεται από ταμπού και προκαταλήψεις αλλά μέσα από αυτή θα πρέπει να

διευκρινίζονται και να επεξηγούνται όροι και συμπεριφορές όπως π.χ. αυνανισμός, αποχή, φαντασία, κ.α. Με αυτό τον τρόπο, παρέχεται η δυνατότητα στο άτομο να αποφασίσει και να ελέγξει τη συμπεριφορά του με γνώμονα την προσωπική του ασφάλεια. 5ο, έμφαση θα πρέπει να δίνεται και στη σημασία της σεξουαλικής υγείας. Ιδιαίτερη έμφαση θα πρέπει να δίνεται στην ακολουθία μεθόδων, τεχνικών, και υπηρεσιών που έχουν στόχο την αναπαραγωγική υγεία και ευεξία (π.χ. αντισύλληψη), με απώτερο στόχο την πρόληψη και επίλυση αναπαραγωγικών προβλημάτων (π.χ. έκτρωση, βία κ.α.).

Τέλος, πρέπει να δίνεται η απαραίτητη σημασία στο τρόπο λειτουργίας της κοινωνίας και της κουλτούρας μέσα από τα διάφορα ήθη και έθιμα όπως αυτά καθορίζονται μέσα από τη νομοθεσία, τη θρησκεία, τα ΜΜΕ και τη διαπολιτισμικότητα.

Θεωρείται επομένως απαραίτητο, ότι το θεωρητικό πλαίσιο της εκάστοτε πολιτικής για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και διαπαιδαγώγηση θα πρέπει να βασίζεται στη κουλτούρα, το κοινωνικό φύλο, καθώς και στη σεξουαλικότητα των εφήβων (Κούτα & Αθανασοπούλου, 2009).

Η Περιεκτική Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση σε σχέση με την υγιή Σεξουαλική και Αναπαραγωγική ζωή των εφήβων

Η σεξουαλικότητα έχει επίδραση στους ανθρώπους για όλη τους τη ζωή, ενώ πέραν από τους εαυτούς τους, επηρεάζει και τις οικογένειες τους αλλά και την κοινωνία ευρύτερα. Τα παιδιά και τα νεαρά άτομα, φαίνεται ότι μαθαίνουν για το σεξ και τις σχέσεις τόσο από επίσημες όσο κι ανεπίσημες πηγές. Αυτές περιλαμβάνουν την οικογένεια, τους φίλους, τα μέσα μαζικής ενημέρωσης, τα σχολεία και άλλα εκπαιδευτικά σκηνικά, κέντρα νεότητας και επαγγελματίες υγείας. Αυτές οι πηγές όμως, ποικίλουν στην ακρίβεια τους, και πολλά νεαρά άτομα αποτυγχάνουν να πάρουν τις πληροφορίες που χρειάζονται για το σεξ, τις σχέσεις, τις μεθόδους αντισύλληψης και τα ΣΜΝ (Kouta & Tolma, 2008). Το θέμα του σεξουαλικού προσανατολισμού δεν μπορεί πάντοτε να υποβιβάζεται σε μια σειρά από επιστημονικά "στοιχεία"

ή παγκόσμιες "αλήθειες", αφού ο τρόπος με τον οι έφηβοι αντιλαμβάνονται τον σεξουαλικό προσανατολισμό επηρεάζεται και καθορίζεται πολλές φορές από το κοινωνικό, πολιτισμικό, πολιτικό και ιστορικό πλαίσιο στο οποίο υπάρχει. Διεθνή επιστημονικά στοιχεία τονίζουν τη σημασία μιας περιεκτικής σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης και υποδεικνύουν ότι όταν αρχίζει από νωρίς, μειώνει τον κίνδυνο για ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες, HIV/AIDS και ΣΜΝ, ενώ παράλληλα προάγει την υγιή σεξουαλική ανάπτυξη και την ικανοποίηση στις σχέσεις των νέων (Bearinger et al., 2007).

Παράλληλα, η έρευνα πάνω στις στάσεις, γνώσεις και συμπεριφορές του κοινού σε σχέση με σεξουαλικά θέματα είναι ουσιαστική για την δημιουργία αποτελεσματικών πολιτικών υγείας που θα οδηγήσουν σε πετυχημένες εκστρατείες πληροφόρησης και παρεμβάσεις. Παρόλα αυτά, η κουλτούρα των ατόμων μια κοινωνίας φαίνεται να καθορίζει και τον τρόπο εφαρμογής των εκάστοτε προγραμμάτων, λαμβάνονται υπόψη πιθανά εμπόδια που σχετίζονται κυρίως με την ύπαρξη στερεοτύπων, τον τρόπο διανομής και λήψης των σχετικών πληροφοριών αλλά και τον τρόπο οργάνωσης των υπηρεσιών που ασχολούνται με την σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των εφήβων.

Παρότι πολλά άτομα έχουν επίγνωση της σεξουαλικής διάστασης της ταυτότητας τους από νεαρή ηλικία, δεν την αναγνωρίζουν και/ ή την εκφράζουν πάντοτε ανοικτά. Τα στερεότυπα που συνδέονται με το κοινωνικό φύλο και το σεξουαλικό προσανατολισμό μπορεί να το καταστήσουν κάποιες φορές δύσκολο για τα άτομα να εκφράσουν ανοικτά τα αισθήματα, συναισθήματα και τις επιθυμίες τους. Έννοιες όπως αυτές της αρρενωπότητας και της θηλυκότητας μπορεί να έχουν αρνητικές επιδράσεις στην ανάπτυξη της σεξουαλικής ταυτότητας των ατόμων καθώς και της σεξουαλικής τους συμπεριφοράς (Pole et al., 2010). Η παροχή υψηλής ποιότητας σεξουαλική εκπαίδευση αποτελεί κλειδί στην κατανόηση και αποδοχή από τα άτομα της έννοιας του σεξουαλικού προσανατολισμού, ενώ μέσα από την σωστή αντιμετώπιση των αρνητικών στερεοτύπων, υποστηρίζονται θετικά οι ανάγκες των εφήβων.

Η ανεπαρκής σεξουαλική αγωγή και η έλλειψη ευκαιριών συζήτησης και ανάπτυξης σωστής αντίληψης των σχέσεων και του σεξ μπορεί να έχουν σοβαρές επιπτώσεις στις αποφάσεις που θα πάρουν τα παιδιά και τα νεαρά άτομα στη ζωή τους (Baley, 2003). Είναι επομένως, ζωτικής σημασίας, να εκπαιδεύονται τα άτομα για το σεξ και τις σχέσεις, για να διασφαλιστεί ότι παίρνουν αποφάσεις κατόπιν πληροφόρησης και ότι αποφεύγουν να βάζουν σε κίνδυνο τη σωματική, νοητική και αισθηματική τους υγεία τόσο των ιδίων όσον και των άλλων όταν εκφράζουν τη σεξουαλικότητά τους.

Εμπόδια στη παροχή/λήψη πληροφοριών μέσα από τις σχετικές υπηρεσίες

Μέσα από μια εκτεταμένη έρευνα στο Τορόντο του Καναδά οι Van Der Meulen et al., (2010) όσον αφορά τα εμπόδια που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι στην προσπάθειά τους για σωστή ενημέρωση και χρήση των υπηρεσιών σχετικά με την σεξουαλική και αναπαραγωγική τους υγεία, έχουν εντοπίσει αρκετούς τομείς οι οποίοι θεωρούνται προβληματικοί και χρήζουν βελτιωτικές αλλαγές. Έχουν εντοπίσει 7 τομείς οι οποίοι επιβάλλεται να βελτιωθούν, με απώτερο στόχο την αποτελεσματική κατάρτιση και κατά συνέπεια, αποτελεσματική αντιμετώπιση των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι λόγω της άγνοιας τους σχετικά με την αναπαραγωγική και σεξουαλική τους υγεία, όπως την:

- στελέχωση των σχολείων, των υπηρεσιών υγείας και των κοινωνικών δομών που ασχολούνται με τέτοια θέματα, με ειδικά εκπαιδευμένο προσωπικό
- εκπαίδευση για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, η οποία πρέπει να ξεφεύγει από τα όρια του σχολείου και να επεκτείνεται σε υπηρεσίες και φορείς οι οποίοι ασχολούνται με νέους (εκκλησία, κοινότητα κ.α.)
- αύξηση στη δυνατότητα πρόσβασης σε τέτοιου είδους υπηρεσίες
- αυξημένη διαφάνεια και ενημέρωση για την ύπαρξη των υπηρεσιών που ασχολούνται με τους νέους
- εκπαίδευση ανάμεσα σε συνομήλικους
- συνεχή χρηματοδότηση και

- συνεχή παροχή υπηρεσιών καθώς και τη δημιουργία συνεργασιών ανάμεσα στους εμπλεκόμενους φορείς, έτσι ώστε να υπάρχει συνέχεια στην ενημέρωση και την εκπαίδευση

Οι επαγγελματίες υγείας σε τέτοιου είδους υπηρεσίες, επιβάλλεται να είναι προσιτοί, μη-κριτικοί και απροκατάληπτοι όσον αφορά την σεξουαλικότητα των νέων. Είναι καλό να διασφαλιστεί επίσης ότι οι οργανισμοί παροχής σεξουαλικής και αναπαραγωγικής εκπαίδευσης των νέων έχουν στενή συνεργασία με τα σχολεία, όπου τα άτομα αυτής της ηλικίας είναι πιο εύκολο να προσεγγιστούν. Παράλληλα, η θεματολογία και τα μέσα που θα χρησιμοποιούνται θα πρέπει να είναι κατάλληλα για τη συγκεκριμένη ηλικία.

Συμπεράσματα

Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των εφήβων πρέπει να αποτελεί στόχο και επιτακτική ανάγκη, καθώς επηρεάζει διαδοχικά την υγεία και την ευημερία της κοινωνίας. Οι παράγοντες που συμβάλλουν στην επίτευξη υγιών εφηβικών σχέσεων απαιτούν πολυδιάστατη προσέγγιση και ξεκινώντας από το ατομικό επίπεδο, θα πρέπει να επεκτείνονται στο οικογενειακό, το κοινωνικό, το κοινωνικό-πολιτισμικό, το πολιτικό και το πολιτειακό επίπεδο.

Η εκπαίδευση για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των εφήβων πρέπει να στοχεύει στη διαμόρφωση ασφαλούς και υγιούς συμπεριφοράς μέσα από εκπαιδευτικές μεθόδους- την παροχή γνώσεων και την ευαισθητοποίηση σε σχέση με την σεξουαλική πρακτική και συμπεριφορά (Κούτα & Αθανασοπούλου, 2009). Απώτερος στόχος είναι η ενίσχυση της αυτοπεποίθησης των εφήβων, του αυτοσεβασμού τους, αλλά παράλληλα και την αγάπης για τον εαυτό τους. Μέσα από μεθόδους σεξουαλικής αγωγής πρέπει να καλλιεργείται η κατανόηση της ομοιότητας και της διαφοράς του κοινωνικού φύλου και των πολιτισμών, η εμπιστοσύνη μεταξύ των ατόμων και η παροχή της δυνατότητας μιας επικοινωνιακής επικοινωνίας, στοχεύοντας στην ενδυνάμωση του εαυτού.

Βιβλιογραφία

Εθνικό Σχέδιο Δράσης για την Αναπαραγωγική και Σεξουαλική Υγεία 2008 -2012, (2008) (Συντονίστρια - Επιμέλεια: Έφη Σίμου), Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης.

Baley, O. (2003) 'Improvement of sexual and reproductive health requires focusing on adolescents', *The Lancet*, 362, 830-831

Bearinger, LH, Sieving, RE, Ferguson, J & Sharma, V. (2007) Global perspectives on the sexual and reproductive health of adolescents: patterns, prevention and potential. *The Lancet*, 369(9568), 1220-1231

Chrusciel, E. (2006) Youth's voice: report on sexual and reproductive health and rights in the central and eastern Europe and Balkan countries. ASTRA Secretariat: OPEN SOCIETY INSTITUTE- Network Women's Program, Budapest, Hungary.

Cyprus Youth Organization and Cyprus Institute of Reproductive Medicine (2006). Relationships and sexuality of youth. Cyprus Youth Organization

Doheny, K. (2009) '10 surprising health benefits of sex', viewed 10 August 2011, <http://www.webmd.com/sex-relationships/features/10-surprising-health-benefits-of-sex> (accessed 3/9/11)

Duncan, P.; Dixon, R.; Carlson, J. (2003) Childhood and Adolescent sexuality, *The Pediatric Clinics of North America*, 50, 765-780

Fisher, WA & Fisher, JD (1998) Understanding and promoting sexual and reproductive health behaviour: Theory and method. *Annual Review of Sex Research*, 9, 8-77

Galsier A, Gulmezoglu AM, Schmid GP, Moreno CM. & Van Look PFA (2006) Sexual and Reproductive Health: a matter of life and death. *The Lancet*, 368, 1595-1607

Kouta, C. & Tolma, E.L. (2008) Sexuality, sexual and reproductive health: an exploration of the knowledge, attitudes and beliefs of the Greek-Cypriot adolescents. *Promotion & Education*, 15 (4), 24-31

Kouta C, Pavlou S, Kalina E, Sinavska S, Ielite I, Camilleri-Cassar F, Azzopardi J, Georgakopoulou N, Sidiropoulou K, Peciuriene J & Rukaite D (2008). Date-rape cases among young women: Strategies for support and prevention (final report booklet). Nicosia: University of Nicosia

Kouta C, Athanasopoulou M, (2009). Education on sexual and reproductive health within the context of European policy: A literature review. *Hellenic Journal of Nursing Science*, 2, (2), 49-52

Kouta, C. & Raftopoulos, V. (2010) A descriptive model of emergent sexuality in Greek Cypriot adolescents, *Health Science Journal*, 4(1), 48-56

Marston, C. & King, E. (2006) Factors that shape young people's sexual behaviour: a systematic review. *Lancet*, 368,1581-1600

Moore, MJ & Rienzo, BA (2000) Utilizing the SIECUS guidelines to assess sexuality education in one state: content scope and importance. *Journal of School Health*. 70(2), 56-60

Pole, JD & Flicker, S (2010) Sexual behaviour profile of a diverse group of urban youth: An analysis of the Toronto Teen Survey, *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 19(4), 145-156

UN (1995). Report of the International Conference on Population and Development, Cairo, 5-13 September 1994. New York: United Nations, Sales No. 95.XIII.18.

Van der Meulen, E.; Oliver, V.; Flicker, S. & Traves, R. (2010) Obstacles to sexual health services for youth: Service providers' perspectives, *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 19(4), 185-190

World Health Organization (2003) Preparing for adulthood: adolescent sexual and reproductive health. *Progress in Reproductive Health Research*, No 64, WHO