

Streszczenie

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) podaje pojęcie zdrowia jako: „*zdrowie jest stanem pełnego/całkowitego dobrego samopoczucia/dobrostanu fizycznego, psychicznego i społecznego a nie tylko jedynie brakiem choroby*”. Rozważając tę definicję warto zwrócić uwagę, że na dobrostan człowieka mogą wpływać czynniki zarówno fizyczne jak i te, oddziałujące bezpośrednio na psychikę, spośród których można wyróżnić stosunek do własnego ciała. Znaczący wpływ na zachowanie organizmu w satysfakcjonującej kondycji są zachowania prozdrowotne. Pandemia COVID-19 miała wpływ na wiele aspektów codziennego życia co mogło oddziaływać na zdrowie człowieka na wielu płaszczyznach.

Celem rozprawy doktorskiej było wskazanie czy uległy zmianie nawyki kosmetyczne i higieniczne przed i w czasie trwania pandemii oraz stwierdzenie, czy okres pandemii wywarł wpływ na postrzeganie swojego ciała, satysfakcję z życia oraz nawyki prozdrowotne.

W I grupie tematycznej badań wykorzystano kwestionariusz autorski zawierający pytania dotyczące zachowań higienicznych i kosmetycznych, z kolei w II - standaryzowane kwestionariusze: Skalę Samopoznania Głębokiej (KWCO), Test Sylwetek (CDRS), Kwestionariusz PASTAS, Standaryzowany Inwentarz Zachowań Zdrowotnych (IZZ) wg. Jurczyńskiego, Skala Satysfakcji z Życia (SWLS) Dinnera. Udział mogły wziąć tylko osoby pełnoletnie. Ze względu na rodzaj pozyskanych informacji badania były w pełni anonimowe. W celu dbania o bezpieczeństwo zdrowotne respondentów i zapobiegania rozprzestrzenianiu się choroby COVID-19 ankiety zostały przedłożone w formie elektronicznej - wykorzystano Formularze Google. Została ona rozpowszechniona za pomocą Internetu m.in. na mediach społecznościowych. W I grupie tematycznej badań wzięło udział 140 Polek, natomiast w II – 275 osób. Do opracowania wyników wykorzystano program SPSS 20.0 (IBM Corporation, Armonk, NY, USA).

Na podstawie otrzymanych przeze mnie wyników badań wywnioskowano iż:

1. Większość badanej populacji deklaruje, że podczas pandemii COVID-19 zwiększyła stosowanie środków higienicznych, częściej używała kremu do rąk i zmniejszyła zainteresowanie kosmetykami do makijażu i paznokci;
2. Powrót do dotychczasowych zwyczajów w pielęgnacji higienicznej i kosmetycznej deklaruje więcej niż połowa ankietowanych, podczas gdy utrzymanie nowych nawyków po ustaniu pandemii zapowiada mniej niż połowa badanych;

3. Nieznaczny ale znamieny statystycznie wzrost wskaźnika BMI odpowiadający wzrostowi masy ciała, połączony jest u mężczyzn z niepokojem wobec kształtu powłok brzusznych i z uczuciem niższej satysfakcji z życia. Natomiast wzrost BMI u kobiet towarzyszy uczuciu niepokoju odnośnie kształtu części ciała innych niż te które zazwyczaj utożsamiane są z otyłością;
4. W trakcie pandemii, porównując z okresem sprzed niej, nastąpiło nasilenie zachowań prozdrowotnych w zakresie prawidłowych nawyków żywieniowych, zwyczajów profilaktycznych oraz praktyk zdrowotnych.