

**Игумнова Е.С.**

*Государственное учреждение «Республиканский научно-практический центр медицинских технологий, информатизации, управления и экономики здравоохранения», г. Минск, Беларусь;*

**Власова С.В., кандидат медицинских наук, доцент,**

*Государственное учреждение «Республиканский научно-практический центр спорта», учреждение образования «Белорусский государственный медицинский университет», г. Минск, Беларусь;*

**Куницкая С.В.**

*Учреждение образования «Белорусский государственный медицинский университет», г. Минск*

## **ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ НА РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ**

**Введение.** Современная демографическая ситуация во многих странах, включая Беларусь, остается сложной. Особую значимость приобретают репродуктивные установки молодежи, поскольку именно они определяют будущую демографическую динамику. Наблюдается рост числа людей, откладывающих создание семьи или сознательно отказывающихся от детей. В этих условиях особую актуальность приобретает формирование ответственного отношения к репродуктивному здоровью среди молодого поколения. Одним из ключевых факторов, способствующих сохранению и укреплению репродуктивного здоровья, является физическая активность. Рациональные спортивные нагрузки оказывают положительное влияние на организм, в том числе на репродуктивную систему. Будущие врачи, в частности студенты-медики, должны осознавать важность спорта в поддержании фертильности и формировании здорового образа жизни. Это позволит им в дальнейшем грамотно консультировать пациентов, мотивировать их к физической активности и личным примером демонстрировать преимущества здорового образа жизни. Медицинские работники играют важную роль в пропаганде семейных ценностей и ответственного родительства. Комплексный подход, сочетающий просветительскую работу, профилактику и формирование позитивных репродуктивных установок, может способствовать улучшению демографической ситуации. Студенты-медики как будущие врачи должны не только обладать соответствующими знаниями, но и активно применять их в профессиональной деятельности: информирование пациентов о взаимосвязи физической активности и репродуктивного здоровья.

**Цель.** Оценить значимость проблем репродуктивного здоровья для молодежи на примере студентов, получающих высшее медицинское образование, в зависимости от их физической активности.

**Материалы и методы.** В работе использованы социологический и статистический методы исследования. Разработана анкета. Проведено анкетирование студентов БГМУ 2024 году (n=98). Выделено две группы респондентов: занимающихся и не занимающихся спортом на регулярной основе. При сравнении полученных результатов исследования в группах рассчитывались критерий Пирсона ( $\chi^2$ ). Результаты признавались статистически значимыми при вероятности ошибки  $p < 0,05$ .

**Результаты и их обсуждение.** Средний возраст респондентов, опрошенных в 2024 году составил 20,2 года. Профессионально занимались спортом на момент опроса 9,2 % респондентов. В ходе опроса установлено, что 89,8 % опрошенных независимо от группы физической активности ( $p > 0,05$ ) рассматривали собственное репродуктивное здоровье как «возможность вести безопасную сексуальную жизнь, приносящую удовлетворение, иметь способность к деторождению, возможность выбора в отношении того, иметь ли детей, когда и в каком количестве», что соответствует определению ВОЗ. На первое место среди причин создания семьи респонденты поставили любовь и взаимное уважение. Средняя оценка респондентами положительного влияния профессионального спорта на репродуктивное здоровье (по шкале от 1–плохо до 10–отлично) составила 5,9 баллов, «любительского» спорта – 7,7 баллов, т. е. любительский спорт по мнению опрошенных оказывает более благоприятное влияние ( $p < 0,05$ ). Как минимум 1 раз в неделю занимаются спортом 79,6% опрошенных, из них 71,8 % занимаются более 2 раз в неделю, что является положительным моментом. Возраст респондентов соответствует возрасту студентов, обучающихся на 1–3 курсе, когда занятия физической культурой входят в расписание учебного процесса. 84,7 % студентов уделяют спортивным занятиям как минимум 30 минут в день. Среди видов спорта, которыми занимаются студенты (был предоставлен множественный выбор), наиболее популярными стали бег, спортивная ходьба, легкая атлетика, фитнес (комплексные занятия физкультурой) и зарядка. В ответе на вопрос, касающийся изменения образа жизни будущих родителей на здоровый во время прегравидарной подготовки большинство респондентов указали, что подобные изменения должны вноситься как в жизнь будущей матери, так и в жизнь будущего отца. Независимо от уровня повседневной физической активности студентов, проблемы сохранения их репродуктивного здоровья является важной ( $p > 0,05$ ).

**Выводы.** По данным проведенного исследования большинство опрошенных достаточно информированы о репродуктивном здоровье и факторах его определяющих; студенты-медики уделяют более 30 минут ежедневно физической активности, кроме того, независимо от уровня физической активности респондентов, информация о сохранении репродуктивного здоровья представляется значимой для будущих родителей.

Полученные данные могут быть использованы для совершенствования подходов к организации медицинского образования и разработки стратегий по укреплению репродуктивного здоровья населения.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА И ТУРИЗМА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
Государственное учреждение  
«Республиканский научно-практический центр спорта»

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ  
СПОРТИВНОЙ НАУКИ И МЕДИЦИНЫ

Сборник тезисов  
международной научно-практической конференции

(Минск, 3 апреля 2025 г.)

Минск  
РНПЦ спорта  
2025