

# **SĂNĂTATEA SOCIETĂȚII CONTEMPORANE – PROBLEMĂ GLOBALĂ CE AMENINȚĂ VIITORUL CIVILIZAȚIEI. REZOLVAREA PROBLEMEI SĂNĂTĂȚII E POSIBILĂ DOAR PRIN DEZVOLTAREA SANOCREATOLOGIEI.**

**Furdui Teodor<sup>1</sup>, Ciochină Valentina<sup>1</sup>, Furdui Vlada<sup>1</sup>, Vudu Stela<sup>2</sup>,  
Priseajniuc Victoria<sup>2</sup>, Glijin Aliona<sup>3</sup>, Balan Ion<sup>1</sup>, Vrabie Valeria<sup>1</sup>,  
Jitari Iurii<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>*Institutul de Fiziologie și Sanocreatologie, Universitatea de Stat din  
Moldova, Chișinău, Republica Moldova, [valentina.ciochina@gmail.com](mailto:valentina.ciochina@gmail.com)*

<sup>2</sup>*Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”*

**Abstract.** *The paper examines the problem of somato-vegetative health of the contemporary population as one of the most important, which determines the future of civilization. The analysis of the bibliographic literature indicates the insufficient study of the systems and mechanisms that determine the formation, maintenance and deterioration of health, as a specific phenomenon that ensures the human vitality and daily activity.*

*Based on the literature and special own studies, the definition of somato-vegetative health, physiological and psychical indicators of health identification, determinants of the formation and deterioration of health were developed and argued. Evidence is provided in support of the statement of the way to solve the health problem - the development of sanocreatology, science about creating, maintaining, strengthening health of the human organism and preventing its premature deterioration.*

**Key words.** *Health, mental health, somato-vegetative health, sanocreatology, phenomenology.*

## **1. Sănătatea ca fenomen al organismului uman ce determină existența și activitatea acestuia**

Sănătatea reprezintă un fenomen determinat genetic și fiziologic, ce se creează conform unor legități specifice, în condiții stabile ale mediului intern, determinate filogenetic, cu rol hotărâtor în dezvoltarea proceselor metabolico-structural-fiziologice și psihice, funcționalitatea, durata și manifestarea operativă a căreia depinde de o gamă complexă de factori intrin- și extrinseci, influența concretă a cărora este determinată

atât de natura, durata și intensitatea acțiunii lor, cât și de starea funcțională și psihică a organismului.

Sănătatea somato-vegetativă, psihică, senzorială și socială, fiind determinate de un complex specific de mecanisme și legități genetice, metabolice, structurale, fiziologice, psihice și sociale, care preced și asigură în condiții fiziologic determinate dezvoltarea, existența, realizarea necesităților fiziologice și psihice și activitatea zilnică, raportate la eficiența activității, la longevitatea și calitatea vieții, realizarea idealurilor, generate de activități direcționate, reprezintă preponderența absolută, semnificația determinatoare în dezvoltarea și realizarea destinației genetice, fiziologice, psihice și sociale, precum și a evoluției speciei social-biologice a societății.

Pe lângă cele menționate, e necesar de semnalat, că sănătatea constituie cel mai valoros patrimoniu al fiecărui om, o caracteristică fundamentală, unică, ce declanșează nașterea, dezvoltarea, activitatea vitală și cognitivă și, care i-a permis speciei biologice – *Homo sapiens*, nu numai de a supraviețui și a domina pe Planeta Pământ, dar și de a obține așa succese excepționale ca descifrarea codului genetic, explorarea altor planete, crearea roboților, capabili să se învețe și să renoveze sisteme electronice de diagnosticare exactă a funcțiilor organismului uman, aparate de comunicare mobilă și computerizarea activității umane etc. Grație sănătății somato-vegetative și psihice omul a obținut rolul hegemon, de superioritate pe globul pământesc.

Însă așa a fost să fie, că societatea contemporană, fiind preponderent societate consumatoare, iar guvernatorii și politicienii nu au conștientizat la justa valoare primordialitatea sănătății în supraviețuirea și activitatea cotidiană a fiecărui om, a și determinat faptul nrecunoașterii acesteia ca fenomen fundamental și practic semnificativ de natură specifică, prin ce a rămas în afara intereselor științei și activității societății. Ca urmare, până în prezent nu a fost elaborată chiar și o definiție științifică unanim acceptată de către specialiștii în domeniu a noțiunilor de „sănătate”, „sănătate somato-vegetativă”, „sănătate psihică”, „sănătate senzorială”, „sănătate socială”.

Actualmente există circa 100 de definiții a noțiunii de „sănătate”, fără a fi diferențiate sau specificate caracteristicile tipurilor de sănătate, care se bazează pe așa noțiuni ca „bunăstare”, „echilibru cu mediul ambiant”, „funcționarea optimă a organelor și sistemelor”, ce nu dezvăluie indicii metabolici, structurali, fiziologici și psihogeni, care ar reflecta tipul de sănătate.

La crearea acestei incertitudini față de sănătatea omului a contribuit și medicina contemporană ca știință nozologică, direcționată spre diagnosticarea și tratamentul bolilor, ce au o răspândire largă în societate și care a elaborat metode și tehnici eficiente, permițându-i să obțină succese excepționale în tratamentul celor mai grave maladii, prin ce a devenit una din cele mai dominante științe contemporane.

Cauzele lipsei conceptului unanim acceptat a și determinat situația actuală a sănătății populației. Printre acestea vom menționa cele mai importante. Una din ele – scopul medicinei contemporane este studierea etiologiei, manifestărilor clinice, diagnosticarea, elaborarea tratamentului prevenirea (profilaxia) bolilor, terapia eficace a generat opinia despre inutilitatea preocupării speciale cu fenomenul sănătății. Cea de a doua pricină constă în faptul, că pentru categoria „sănătate” nu sunt determinați indicatorii fenomenologici caracteristici, precum sunt pentru categoria „maladie”, ce prezintă o noțiune palpabilă cu indicatori obiectivi, percepută ca generatoare a dificultăților în activitatea zilnică, pe când indicii subiectivi ai sănătății apăruiți în procesul evoluției, ca repere ale stării de sănătate nu sunt recunoscuți.

Cea mai răspândită viziune, ce caracterizează sănătatea în medicina practică se bazează pe alternativa „sănătos-bolnav”. În cazul, când medicul nu determină indicii de diagnosticare a maladii, el stabilește diagnoza „practic sănătos”. Altă pricină a inutilității tentativelor de a elabora un concept unic constă în complexitatea fenomenului sănătate, existența unor indici comuni și interrelațiile dintre sănătate și patologii.

Medicina apreciază sănătatea ca rezultat general firesc al tratamentului – manifestându-se prin prezența totalității parametrilor organismului, ce revin la limitele normei (temperatura corpului, tensiunea arterială, frecvența cardiacă, indicii sanguini, indicii urinei, indicii hormonilor etc.).

Tratamentul cu succes de către medicina contemporană, în același timp, a contribuit la formarea opiniei, susținută de mulți medici, conform căreia tratarea cu succes cum că recuperează sănătatea și automat rezolvă problema sănătății, prin ce, de facto, s-a negat existența mecanismelor specifice de formare, menținere și fortificare a sănătății și degradării precoce a ei.

Această opinie a și determinat faptul, că problema sănătății – esența, mecanismele de formare, de reglare, fortificare și prevenție a degradării precoce a sănătății nu este recomandată ca obiect de studiu în

instituțiile de pregătire a cadrelor. Din aceeași cauză în manualele de fiziologie, biochimie ș. a. nu se abordează problema sănătății.

S-a creat un paradox, care constă în faptul, că organele oficiale responsabile pentru starea sănătății populației și care în activitatea lor utilizează noțiunea „sănătate”, nefiind informați în esența acestui fenomen, precum și oamenii de știință ce studiază diverse nozologii prin editarea lucrărilor științifice sub grifa „sănătate”, deși nu au atribuție nemijlocită la sănătate, contribuie la nerecunoașterea problemei sănătății, de rând cu cea a maladiilor ca una prioritară în activitatea lor și de a o oficializa ca una prioritară la nivel de state. În această ordine de idei, menționăm, că fiecare om, când se îmbolnăvește atenționează semnificația sănătății ca cel mai valoros patrimoniu pentru ei. Fraza „*de ar fi sănătate – toate celelalte vor fi*” este exclamată des în societatea contemporană, prin ce se recunoaște prioritatea sănătății.

Motivele lipsei conceptului unanim acceptat a și determinat situația actuală a sănătății populației. Printre acestea vom menționa două, cele mai importante. Una din ele – scopul medicinei contemporane este studierea cauzelor (etiologia), manifestările clinice și efectele asupra organelor (patologia clinică), recunoașterea (diagnosticul), tratamentul (terapia) și prevenirea (profilaxia) bolilor care afectează corpul omenesc, de aceea ea nu direct contribuie la rezolvarea problemei sănătății. Cea de a doua pricină constă în faptul, că pentru categoria „sănătate” nu sunt determinați indicatorii fenomenologici caracteristici, precum sunt pentru categoria „maladie”, ce prezintă o noțiune palpabilă, percepută ca disconfort, dificultăți în activitatea de fiecare zi, excitabilitate etc.

Luând în considerare, ca încă în a. 2016 în primul volum al sanocreatologiei „Tratatul bazelor științifice și practice ale sanocreatologiei” [20] au fost analizate cele mai răspândite concepte despre „sănătate” aici vom menționa pe scurt doar unele din ele, printre care și a compatriotului nostru I. I. Meciniov, expusă la începutul secolului XX. Conform opiniei lui I. I. Meciniov, asigurarea sănătății și longevității este posibilă prin organizarea modului sănătos de viață, criteriile principiale ale căruia – păstrarea construcției armonioase a corpului, echilibrului naturii, sânguinței, echilibrului dintre munca fizică și psihică [15].

Academicianul N. M. Amosov [12] delimita patru principii ce determină păstrarea sănătății: intensitatea fizică („în atât, ca să te înăduși”); limitarea alimentării; călirea; timpul și capacitatea de a te odihni.

În enciclopedia mare medicală [17], editată în ex-URSS se subliniază, că scopul medicinei constă în fortificarea și păstrarea sănătății, prevenția și tratamentul bolilor oamenilor, dar se trece sub tăcere definiția fenomenului „sănătate”. Această situație s-a păstrat pe parcursul secolului XX și continuă și până în prezent, neavând apreciere acceptabilă în documente medicale oficiale.

Cea mai răspândită definiție a sănătății se consideră ce a Organizației Mondiale a Sănătății, expusă în cartea OMS (1946). *„Sănătatea este o bunăstare deplină fizică, sufletească și socială, ci nu numai lipsa maladiilor și defectelor fizice”*, care nu determină posibilele căi de creare, menținere, fortificare a sănătății și prevenirii disanogeniilor, din ce cauză nu poate fi utilizată în practică [5].

Contrazicerea abordării noțiunii „sănătate” este condiționată în mare măsură de diferența criteriilor, ce stau la baza conceptelor corespunzătoare:

- 1) „sănătatea” – „lipsa maladiilor”;
- 2) „sănătatea” și „norma” – „noțiuni identice”;
- 3) „sănătatea” ca „unitate de constante morfologice, psiho-emoționale și social-economice”;
- 4) „sănătatea” – „stare”;
- 5) „sănătatea” – „însușire, calitate”;
- 6) „sănătatea” – „proces”;
- 7) „sănătatea” – „măsura viabilității”;
- 8) „sănătatea” – „calitate nouă”.

Așadar, până în prezent lipsește claritate privind esența, mecanismele, căile de formare și menținere a sănătății, prevenției disanogeniilor [6; 13; 15; 17].

Cauza principală a acestei situații despre esența sănătății, posibil, constă în conservatismul pacienților și a majorității medicilor practicieni, atenția cărora este orientată spre rezolvarea obiectivelor principale ale activității acestora – diagnosticarea, tratamentul și profilaxia maladiilor. Această atitudine a contribuit la formarea paradigmei patocentriste, conform căreia sarcina principală a medicinei constă în tratamentul și profilaxia maladiilor, iar sănătatea se rezolvă de la sine în rezultatul tratării eficiente a bolilor.

Ignoranța și neglijența față de crearea, fortificarea, menținerea sănătății și prevenția precoce a diminuării funcțiilor și degradării biologice și psihice a organismului uman a cauzat tendința ascendentă a morbidității și mortalității, ce are loc și în condițiile tratamentului eficient

al maladiilor, fapt ce mărturisește despre nerezolvarea problemei sănătății și despre scăderea longevității, degradarea precoce a sănătății somato-vegetative și psihice și mortalității.

## **2. Starea contemporană a sănătății societății pe fondalul tratamentului cu succes al maladiilor**

Despre starea alarmantă a sănătății, ce amenință viitorul societății contemporane denotă statistica morbidității și mortalității populației: circa 40 % din populația mapamondă suferă de boli alergice; 24,6 % – de hipertenzie arterială; fiecare al treilea locuitor al Planetei suportă maladii respiratorii; 25 % din populația matură tolerează obezitatea; de dilatarea varicoasă a venelor suferă 17 %; de hemoroizi – 50 % persoane la vârsta de 50 de ani; de stenocardie – 10-20 % la vârsta de 60-70 de ani. În fiecare an se îmbolnăvesc de malarie circa 500 mln de oameni. În Statele Unite ale Americii morbiditatea diabetului zaharat constituie până la 20 % din populație. În ultima jumătate a secolului trecut, patologiiile hepatice au luat forma pandemiei. Conform datelor OMS fiecare a 12 persoană de pe Pământ trăiește cu hepatită cronică de etiologie virală. Din cauza infecției acute, insuficienței hepatice, cirozei hepatice și cancerului aproximativ 1,4 mln de oameni mor în fiecare an (WHO, 2016). Numai 8 % din toată populația mapamondă ating vârsta de 65 de ani, 92 % decedează din cauza deteriorării sănătății, 26 % trăiesc mai puțin de 14 ani, 66 % decedează între 15 și 64 de ani, 8 % cu vârsta peste 65 de ani. Către vârsta de 43 de ani, de facto, fiecare locuitor este afectat de 2-3 boli. Nimeni nu decedează de bătrânețe, dar toți mor din cauza bolilor. Conform datelor „Мировой статистики здравоохранения 2011 года”, editate de OMS în Geneva, maladiile neinfecțioase: cancer, insult, și diabetul prezintă cea mai răspândită cauză a morbidității [9].

Despre starea sănătății populației în Republica Moldova mărturisesc următoarele cifre: 1) longevitatea medie este cu 6-7 ani mai mică, decât în Europa și constituie 59 de ani; 2) mortalitatea din cauza bolilor oncologice spre deosebire de alte țări din regiunea Europei are caracter ascendent. În creștere se află și morbiditatea din cauza bolilor cardiovasculare, diabetului zaharat și bolilor tractului digestiv. Numai 39 la sută din persoanele în vârstă de 16 ani și peste din mediul rural își apreciază starea de sănătate ca fiind bună [10; 11].

Îngrijorător este și pronosticul morbidității populației în viitorul apropiat: dacă în 2008 din cauza bolilor cardiovasculare au decedat 17,3 mln de oameni, apoi în 2030 vor deceda 25 mln, în anul 2010 sufereau de

boli oncologice 2,6 mln, apoi în 2020 – 15 mln, în 2000 bolnavi de diabet zaharat au fost 150 mln, în 2010 – 300 mln, iar peste 15 ani numărul acestora va spori de 2 ori [7; 8].

Conform datelor OMS circa 500 mln de oameni suferă de dereglări psihice, iar dereglările psihice în Europa constituie 38,2 % [7; 8].

Cele menționate pe deplin compromit și defavorizează paradigma patocentristă a medicinei contemporane și servesc argument esențial al necesității modificării paradigmei existente prin una sanocentristă și recunoașterea actualității, priorității rezolvării problemei sănătății, de rând cu problema maladiilor. În acest context, este evident sau devine absolut strictă formarea opiniei obștești privind importanța primordială ca valoare determinatoare pe care o are problema sănătății. În prezent societatea nu a conștientizat la justa valoare, că cea mai notabilă calitate vitală a organismului prezintă starea sănătății. Societatea manifestă o atitudine mai mult indiferentă față de sănătatea sa, dându-și seama de semnificația acestui fenomen pentru existența organismului numai în perioada îmbolnăvirii copiilor sau personale sau diminuării funcțiilor și degradării structurilor biologice ale organismului. Una din cauzele acestei situații este insuficiența cunoștințelor populației privind formarea, reglarea, fortificarea și căile de deteriorare a sănătății.

E necesar de menționat, că dacă tratarea maladiilor nu obligă elaborarea unui concept comun, ce ar dezvălui căile de dezvoltare și de prevenție a bolilor, deoarece etiologia, patogenia și tratamentul fiecărei maladii prezintă un proces specific, unic, apoi sănătatea ca atare, formarea, menținerea, fortificarea și prevenția deteriorării ei, prezentând o stare integrală a organismului de a menține activitatea metabolico-structural-funcțională a tuturor organelor somato-vegetative în limitele filogenetic determinate, interrelațiile, coordonarea și sincronizarea acestora [1; 2; 3; 4; 14; 16] pot fi realizate grație unui concept științific argumentat, ce ar orienta căile de formare, menținere, fortificare a sănătății și de prevenție a deteriorării ei și degradării biologice precoce a organismului, ce a și determinat necesitatea elaborării unui astfel de concept.

Sănătatea somato-vegetativă prezintă o stare integrală a organismului definită de viabilitatea și capacitatea organismului de a genera și menține activitatea metabolico-structural-funcțională a structurilor somato-vegetative în limitele filogenetic determinate, coordonarea și sincronizarea lor, prioritar circulația sangvină și respirația conform necesităților biologice, destinația căreia este asigurarea

creierului și celorlalte structuri ale organismului cu oxigen, substanțe plastice, energetice și biologice active, prin ce se oferă garanție existenței și activității operative adecvate, fiind realizate de mecanismele genetice, ce cauzează autoreglarea prin feedback cu participarea metaboliților și cele fiziologice, care se creează în ontogeneza postnatală în baza principiului reflector de reglare a funcțiilor sub influența mediului de viață și învățării, manifestându-se în:

a) *perioada intrauterină* prin autoreglarea cu feedback, ce se bazează pe mecanismele genetice cu participarea metaboliților organismului matern, care în asociere cu starea fiziologică și psihică a gravidei cauzează sanogenitatea embrionului și fătului;

b) *perioada postnatală*, când are loc autoconstituirea mecanismelor fiziologice (ontogenetice) de reglare a activității operative a organismului, care, comparativ cu cele genetice cu timpul obține rolul preponderent în reglarea operativă, autoformarea și reglarea proceselor manifestării sănătății somato-vegetative se realizează prin sisteme funcționale – sanoformatoare (metabolic, digestiv, respirator, cardiovascular, locomotor, endocrin, nervos), grație mecanismelor genetice de autoreglare cu feedback și celor ontogenetice, ce se constituie în procesul activ de viață și prin oportunitatea factorilor producenți de sanogenii (nutrienți adecvați, stabilitatea pH și  $t^{\circ}$  mediului intern, excreția deșeurilor metabolice), exteriorizându-se prin indicatori fenomenologici atât de natură obiectivă – menținerea homeostaziei metabolico-structural-funcțională a țesuturilor, organelor și sistemelor somato-vegetative în limitele filogenetic determinate, coordonarea și sincronizarea sistemelor biologice ale organismului etc., cât și prin indicatori de natură subiectivă – senzații, emoții, motivația de viață, puterea de voință de a supraviețui, realizarea la timp a necesităților fiziologice, însoțite de sentimente de satisfacere, activitatea fizică și psihică adecvată etc.

Afirmația privind reglarea preponderentă de către mecanismele ontogenetice (fiziologice) a sănătății somato-vegetative (formarea, menținerea, fortificarea, sănătății, prevenția degradării precoce), în perioada postnatală nicidecum nu contestă rolul genelor, mecanismelor genetice, ce stau la baza funcțiilor metabolico-fiziologice și servesc ca sursă a „evoluei” informației, cum ar fi de genul dispoziției „a vieții și activa”.

Conceptul despre sănătatea somato-vegetativă se bazează pe axiomele despre determinarea vitalității, existenței, longevității,

supraviețuirii și reproducerii de sanogenitatea activității structurilor biologice somato-vegetative în limitele filogenetic determinate și despre preponderența rolului sistemelor circulant-sangvin și respirator în asigurarea supraviețuirii organismului.

Avantajele și originalitatea conceptului constă nu numai în prezentarea viziunii privind interpretarea noțiunii sănătății somato-vegetative, destinației acesteia, mecanismele, reacțiile și oportunitățile formării ei, dar și în orientarea practică privind căile de creare, fortificare a sănătății și prevenției diminuării funcțiilor și degradării precoce a sanogenității.

### **3. Determinanții sănătății somato-vegetative – constituenți-cheie, ce influențează manifestarea sănătății**

Unele din obiectivele studiilor în domeniul sănătății au fost consacrate determinării factorilor, condițiilor, cauzelor, principiilor, constituenților, influența cărora influențează constituirea, favorizarea sau deteriorarea sănătății somato-vegetative. Deși, stabilirea determinanților externi ai sănătății prezintă o problemă dificilă, deoarece natura și mecanismele lor de influență sunt specifice, consecințele cărora depind atât de intensitatea și durata influenței, cât și de starea psiho-funcțională a organismului, necesitatea acestor studii a fost determinată de imposibilitatea organizării activității sanogene a organismului de fiecare zi, deoarece, de facto, acești constituenți-cheie determină atât sanogenitatea, cât și dissanogenitatea. Cunoașterea constituenților-cheie ai sănătății, o parte din care influențează pe parcursul întregii vieți, iar o altă parte – în perioade concrete ale ontogenezei, structurarea acestora s-a efectuat conform etapelor ontogenetice de dezvoltare a organismului: intrauterină, postnatală de creștere și dezvoltare; funcționării stabile a structurilor biologice; diminuării funcțiilor și degradării structurilor biologice.

Determinanți sanogeni sunt acei factori, cauze, condiții, durata și intensitatea cărora mențin parametrii homeostaziei metabolico-funcționale în limitele filogenetic determinate sau, dacă provoacă unele modificări ale parametrilor metabolico-fiziologici, apoi cu întreruperea acțiunii lor, valoarea acestora se restituie la nivelul filogenetic determinat, iar cei dissanogeni sunt cei ce cauzează modificări ai indicilor metabolico-fiziologici, filogenetic determinați și declanșează dereglarea interrelațiilor și coordonarea structurilor biologice ale organismului, generând simptome subiective – senzații, emoții etc. dissanogene.

**Determinanții sănătății somato-vegetative – constituenți-cheie, ce influențează manifestarea sănătății:**

**1) Determinanții sanogeni:**

- a) caracteristici pentru toate vârstele:
  - integritatea și funcționalitatea sistemelor nervos;
  - integritatea enzimo-hormono-umorală;
  - modul sănătos de viață;
  - integritatea și funcționalitatea sistemelor funcțional-sanoformatoare și a altor structuri biologice;
  - sistemul genetic și mecanismele genetice, sistemul ontogenetic (filogenetic) nedeteriorate;
  - pH,  $t^{\circ}$  – constante ale mediului intern;
  - oportunitatea nutriției și excreției deșeurilor metabolice;
  - coordonarea și sincronizarea funcțiilor structurilor biologice;
  - autoreglarea genetică și ontogenetică (fiziologică) a proceselor metabolice, structurale și fiziologice;
  - circulația sanguină și respirația conform necesităților organismului;
  - factorii mediului ambiant și condițiile de trai, ce favorizează realizarea potențialului vital și intelectual;
- b) pentru perioada intrauterină:
  - sistemul genetic nedeteriorat al gameților masculini și feminini;
  - mediul intern sanogen al organismului mamei;
  - starea fiziologică și psihică a acesteia;
- c) pentru perioada postnatală de creștere și dezvoltare a structurilor biologice și organismului integru:
  - excluderea factorilor ce influențează mecanismele genetice;
  - condițiile de trai ce generează mecanismele ontogenetice (fiziologice) de reglare a funcțiilor organismului, care cu constituirea structural-funcțională a structurilor organismului obțin preponderență în reglarea activității vitale și homeostaziei organismului;
  - socializarea și învățarea activă a regulilor de viață, mediu de trai binevoitor;
  - formarea aptitudinilor, cunoștințelor despre mediul înconjurător și modul de viață;
  - activitatea moderat sporită a funcțiilor și locomoția relativ forțată;
  - emoțiile sanogene;

- durata somnului pentru restabilirea potențialului de viață în dependență de vârstă – 6-10 ore;
- d) pentru perioada funcționării stabile metabolico-structural-funcțională:
  - factorii sanogeni ai mediului de viață;
  - echilibrul mecanismelor genetice și ontogenetice (fiziologice);
  - modul sanogen de viață;
  - învățarea profesională a bazelor științifice și practice de menținere, fortificare a sănătății și prevenției diminuării funcțiilor și degradării biologice și psihice precoce;
  - activitatea moderat forțată a sistemului locomotor și psihic de a realiza potențialul de viață;
  - activitatea dirijată specifică de a menține și fortifica potențialul funcțional al sistemelor cardiovascular, respirator și imun;
  - menținerea coordonării și sincronizării structurilor organismului;
- e) pentru perioada degradării structurale și diminuării funcțiilor:
  - menținerea activității moderat active a structurilor biologice ale organismului;
  - activitatea locomotoare relativ forțată a organismului integru;
  - masajul moderat al mușchilor organelor interne și externe ale organismului;
  - menținerea coordonării și sincronizării activității structurilor biologice ale organismului;
  - activitatea dirijată de fortificare a potențialului funcțional al sistemelor cardiovascular, respirator și imun și circulației sanguine periferice;
  - emoțiile sanogene;
  - nutriția cu produse alimentare ușor digerabile în porții mici, dar mai frecvente.

## 2) *Determinanții dissanogeni:*

- a) caracteristici pentru toate vârstele:
  - dereglarea integrității sistemului nervos sau enzimo-hormono-umoral și deteriorarea funcțiilor;
  - modificarea bruscă sau cronică relativ moderată a activității metabolico-funcționale sau a unor structuri biologice;
  - factorii dissanogeni ai mediului de trai și ecologici, ce deteriorează realizarea potențialului vital și intelectual;

- modul de viață disanogen
- b) pentru perioada intrauterină:
  - deteriorarea matricei genetice;
  - dereglarea mediului intern, starea funcțională și psihică a gravidei;
- c) pentru perioada postnatală de creștere și dezvoltare a structurilor biologice și a organismului integru:
  - nutriția dezechilibrată în concordanță cu necesitățile biologice ale proceselor, ce asigură creșterea și dezvoltarea;
  - mediul social izolat, lipsa și instabilitatea relațiilor de reciprocitate dintre persoanele mediului de viață;
  - absența învățării obligatorii și modul sedentar de viață;
  - emoțiile disanogene;
- d) pentru perioada funcționării stabile metabolico-structural-fiziologică:
  - modul disanogen de viață;
  - dezintegrarea sau discoordonarea funcțiilor structurilor biologice ale organismului;
  - activitatea monotună și adinamică;
  - nutriția și excreția întârziată a deșeurilor metabolice;
  - stresul cronic și excesiv;
  - lipsa cunoștințelor privind factorii și condițiile ce influențează sănătatea.
- e) pentru perioada degradării structurale și diminuării funcțiilor;
  - activarea redusă a funcțiilor organismului;
  - discoordonarea și dezintegrarea funcțiilor;
  - activitatea redusă locomotoare dinamică și psihică;
  - modul disanogen de viață, emoții disanogene;
  - lipsa cunoștințelor privind diminuarea naturală a funcțiilor somatice și psihice, a degradării structurilor biologice și a procedurilor de prevenție a acestora;
- 3) *Determinanții socio-economici:*
  - condițiile socio-economice instabile;
  - starea materială și morală precară în familie și societate;
  - corupția și indiferența conducerii statului față de starea de sănătate a populației;
  - neîncrederea în ziua de mâine și în securitatea personală și a familiei;
  - etc.

Deoarece factorii materiali și psihosociali, indiscutabil influențează sănătatea pe parcursul întregii vieți (nivelul scăzut de cunoștințe despre sănătate, neîncrederea în ziua de mâine și în păstrarea locului de muncă, condițiile nesatisfăcătoare de a întreține familia, a crește copii etc.) ceea ce are efect cumulativ, în ultimul timp sunt apreciați ca „factori determinanți sociali ai sănătății”. Luând în considerare influența suficientă a determinantilor sociali asupra sănătății, OMS a creat o comisie specială, care se ocupă cu determinanții sociali ai sănătății și care a publicat mai multe materiale privind concepția și principiile de preîntâmpinare a dereglărilor disanogeniilor și de menținere a sănătății pentru toți.

#### **4. Fenomenologia manifestării sănătății somato-vegetative**

Reușita rezolvării problemei sănătății în mare măsură depinde de cunoașterea obiectivă a indicilor specifici, ce reflectă fenomenul sănătății. Apropo, până în prezent unii astfel de indicatori nu sunt unanim acceptați. Pricina fiind determinată de nivelul insuficient al studiilor consacrate sănătății.

Conceptul elaborării fenomenologiei și indicatorilor corespunzători ai sănătății s-a bazat pe generării obligatorie a reacțiilor de tip psihogen subiective la acțiunea factorilor stresogeni și pe valoarea parametrilor metabolico-structural-fiziologici filogenetic determinați, ce reflectă nivelul sanogen al organismului, în special pe: a) predominarea reacțiilor și predictorilor sanogeni subiectivi în perioada inițială a influenței factorilor stresogeni; b) semnificația sano- și disanogenității indicilor subiectivi filogenetic determinați: senzații, emoții, confort, disconfort, dispoziție etc. în exteriorizarea sănătății; c) simptomele nespecifice ce se depistează în toate nozologiile cronice; d) reacțiile stereotipice, nespecifice a stării de stres, ca posibile repere ale stării de sănătate.

Conform acestui concept fenomenologia sănătății somato-vegetative se manifestă prin: a) ansamblul de indici subiectivi, filogenetic și ontogenetic determinați: senzații, sentimente, percepții, învățare, emoții, necesități fiziologice, astenie, motivație, confort/disconfort cu caracter adecvat etc.; b) simptome nespecifice, ce se depistează în procesul dezvoltării diverselor nozologii sau în perioada acțiunii factorilor stresogeni (sporirea funcțiilor glandelor suprarenale, emoțiile, modificarea de scurtă durată a tensiunii și frecvenței cardiace, creșterea sau scăderea de scurtă durată a poftei de mâncare, reacții stereotipice etc.); c) indicii specifici, ce reflectă integritatea structurală și funcțională

a structurilor biologice de reglare , coordonare și sincronizare a sistemelor funcționale sanoformatoare; d) indicii homeostaziei metabolico-structural-funcționale ai structurilor organismului în limitele filogenetic determinate sau modificarea cărora de scurtă durată se restituie cu întreruperea acțiunii factorilor corespunzători; e) algoritmul conduitei.

Fenomenologia exteriorizării sănătății somato-vegetative, grație multiplelor mecanisme și sisteme de reglare a acestora (doar cele mai semnificative constituie circa 40), este mult mai complexă decât a nozoologiilor, fiind cauzată și de faptul, că sănătatea ca fenomen natural al organismului, prezintă o stare integrală a activității metabolico-funcțională a tuturor structurilor organismului, a nivelurilor de interrelații, integrare, coordonare și sincronizare ale acestora, al algoritmului conduitei organismului, a influenței opționale a nutriției, excreției, viabilității etc.

În condiții de repaos fizic și psihic sănătatea se manifestă prin ritm regulat moderat al activității metabolico-structural-funcționale a sistemelor biologice ale organismului, determinat doar de sistemele și mecanismele genetice de reglare în limitele de jos ale valorii numerice a indicilor homeostaziei organelor somato-vegetative, precum și prin ameliorarea stării mintale.

## **5. Rezolvarea problemei sănătății e posibilă doar prin dezvoltarea sanocreatologie**

Analiza morbidității și mortalității populației mapamonde în dinamică pe parcursul ultimului secol, precum și pronosticul sănătății în viitorul apropiat, efectuată în ultimii ani (Furdui T.I., Ciochină V.Ch. ș. a. 1998-2024) denotă despre evoluția acută a maladiilor cronice neinvazive, în special a cancerului, diabetului zaharat, cardiovasculare etc., în rezultat la ce majoritatea societății civile contemporane este, de facto, bolnavă [18; 19; 20; 21;22]. Și mai mult, luând în considerare, că și pronosticului sănătății în viitorul apropiat nu este îmbucurător, plus diminuarea și degradarea precoce biologică a populației, s-a creat o situație care amenință viitorul civilizației contemporane, fapt, ce argumentează organizarea unor studii speciale consacrate fenomenului „sănătate”.

Deoarece sănătatea somato-vegetativă, psihică, senzorială, socială se creează, menține, fortifică și se deteriorează prin mecanisme și legități specifice și, luând în considerare semnificația lor determinatoare în

dezvoltarea și activitatea zilnică a fiecărei persoane și în realizarea destinației sociale, a servit ca bază în inițierea și fondarea unei științe speciale, obiectivul principal al căreia este fenomenul „sănătate” în toate aspectele: crearea, menținerea, fortificarea sănătății, prevenției deteriorării și degradării precoce biologice și psihice, elaborarea metodelor de reglare dirijată a sănătății, știință, ce ar elabora metode, principii, tehnologii, algoritme pentru a influența dirijat asupra constituirii, menținerii și fortificării sănătății și ar permite de a ne dezice de formarea și menținerea spontană, stihinică a acesteia în favoarea creării și păstrării dirijate a sănătății.

Acutizarea inițierii în mod imperios la sfârșitul secolului XX a studiilor speciale în acest domeniu a fost cauzată de studiile fostului Institut de Zoologie și Fiziologie în domeniul stresului (1963-1998), ce stabilise o dinamică ascendentă exprimată a factorilor stresogeni pe parcursul ultimului secol de dezvoltare a tehnologiilor și tehnicii contemporane.

Conceptualizarea căii de rezolvare a problemei sănătății, ca unica cale științifică posibilă prin dezvoltarea sanocreatologiei, s-a bazat pe succesul evidențierii unor mecanisme și sisteme specifice analiza complexă a datelor științifice de autoconstituire și reglare a sănătății psihice și somato-vegetative a unor aspecte a bazelor științifice fundamentale și practice de pe poziția sanocreatologiei, știință cu scopuri inedite, practic semnificative și destinate de a determina legitățile specifice, ce creează și asigură funcționarea diverselor tipuri de sănătate.

În acest scop au fost delimitate scopurile medicinei și sanocreatologiei. Astfel scopurile medicinei ca știință nozologică sunt: obținerea cunoștințelor științifice complexe despre maladii, tratament și prevenția dezvoltării acestora; menținerea sănătății, prevenția bolilor, diagnosticul, tratamentul maladiilor omului; asigurarea efectivă a tratamentului bolilor, prin ce se consideră, că automat se menține sănătatea.

Scopurile sanocreatologiei, ca știință despre formarea și menținerea dirijată a sănătății, prevenția precoce a degradării biologice și psihice sunt: formarea și menținerea dirijată a sănătății somato-vegetative, senzoriale, psihice și sociale în corespundere cu schimbările în continuu a factorilor mediului înconjurător; prevenția degradării precoce biologice și psihice; reproducerea sanogenă a descendenților.

Studiile științifice ale colectivului Institutului de Fiziologie și Sanocreatologie au afirmat eficacitatea sanocreatologiei în posibila

rezolvare a aspectelor teoretice și practice dificile ale fenomenului ce prezintă sănătatea. Au fost obținute un șir de date noi privind proprietățile, mecanismele, sistemele etc. ce determină dezvoltarea și menținerea sănătății, care au fost publicate în mai mult de 200 de lucrări științifice, trei volume ale tratatului „Bazele științifice și practice ale sanocreatologiei” și prezentate la circa 30 de foruri științifice internaționale și naționale și, care au servit ca bază a fondării științei despre crearea, menținerea sănătății și prevenției degradării precoce biologice și psihice.

În același timp, cercetările privind fenomenul „sănătate” ce au descris modurile de manifestare, deteriorare, semnificația acesteia în asigurarea existenței și activității vitale zilnice a fiecărui om și a societății ne-au convins, că sănătatea merită să-ți consacri viața în evidențierea esenței și reglării direcționate a ei.

### **Concluzii**

1. Sănătatea somato-vegetativă prezintă un fenomen determinant în asigurarea existenței și activității vitale de fiecare zi a organismului.

2. Pentru prima dată a fost elaborat un concept privind esența fenomenului „sănătate somato-vegetativă”, ce se bazează pe mecanismele genetice și ontogenetice (fiziologice) de reglare, integrare, coordonare și sincronizare a funcțiilor sistemelor funcționale-sanoformatoare și celor ce contribuie la menținerea sănătății, pe viabilitatea și capacitatea organismului cu structurile sale – componente biologice ale arhitecturii organismului de a stabiliza activitatea metabolico-structural-funcțională în limitele filogenetic determinate în perioadele de dezvoltare intrauterină și ontogenezei postnatale în condiții de influență variabilă a factorilor mediului de trai și pe oportunitatea nutriției și excreției deșeurilor metabolice.

3. Funcția sănătății somato-vegetative constă în asigurarea creierului și a celorlalte organe cu substanțe plastice, energetice și biologic active, creșterii și dezvoltării organismului, supraviețuirii, activității fizice și psihice, reproducerii și evoluției omului, ca specie biologică.

4. Sănătatea somato-vegetativă a majorității populației contemporane este deteriorată, din ce cauză suferă de diverse maladii, devenind societate de oameni bolnavi, ce reprezintă o primejdie pentru viitorul civilizației și ce mărturisește despre arhiactualitatea problemei sănătății somato-vegetative.

5. Studiile realizate pe parcursul ultimilor ani demonstrează posibilitatea teoretică și practică a rezolvării problemei sănătății prin evaluarea mecanismelor autocreării, automenținerii și dereglării sănătății, principiilor, legităților genetice și ontogenetice (fiziologice) ale proceselor metabolice, structurale și funcționării componentelor biologice ale arhitectonicii organismului.

6. Unul din obiectivele principale ale sanocreatologiei constituie analiza datelor științifice, ce se referă la problema sănătății somato-vegetative, generalizarea acestora și elaborarea corespunzătoare a bazelor științifice și practice, ce vor fi expuse în volumul IV „Sănătatea somato-vegetativă, crearea, menținerea și prevenția deteriorării ei” al „Tratatului bazele științifice și practice ale sanocreatologiei”.

### **Bibliografia**

1. *Torday J. S.* Homeostasis and the Mechanism of Evolution Biology (Basel). 2015, 4(3): 573-590.

2. *Kotas ME., Medzhiton R.* Homeostasis. Inflammation and Disease Susceptibility. Cell, 2015, 160(5), 816-827.

3. *Selye H.* A Syndrome Produced by Diverse Nocuous Agents. // Nature. vol. 138, July 4, 1936. p. 32.

4. *Valentino RJ., Guyenlt P., Hon XH, Herman M.* Central Network Dynamic Regulating Visceral and Humoral Function // J. Neorosci. 2017, 37(45).

5. World Health Organization. The first ten years of the World Health Organization. Geneva: WHO. 1958.

6. World Health Organization. Basic documents. 39<sup>th</sup> ed. Geneva: WHO, 1996 – 182 p.

7. World Health Statistics. Global health indicators. 2015, Part II, 160 p.

8. World Health Statistics. Health related Millennium Development Goals. 2015, Part I, 164 p.

9. The Global Health Observatory: Explore a World of Health Data. World Health Organization. Available at: <https://www.who.int/data/gho>.

10. Moldova în cifre. Breviar statistic. Ediția 2023, Chișinău, 2023.

11. Республика Молдова. Обзорные сведения о состоянии здоровья и благополучия населения. Всемирная организация Здравоохранения. Европейское бюро. 2020. Copenhagen. Denmark.

12. *Амосов Н. М.* Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. М. Донецк. 2002. С. 590.

13. *Колбонов В. В.* Валеология, основные понятия, термины и определения. /В. В. Кабанов. 3-е изд. СПб.: ДЕАН, 2001. 256 с.

14. *Милуков В. Е., Шарифова Х. М., Нгуев К. К.* Регуляция жизнедеятельности клеток, тканей и органов в организме человека и

механизмы ее реализации (обзор). Регионарное кровообращения и микроциркуляции. 2022, 21(1). 5-11.

15. Мечников И. И. Этюды оптимизма. / И. И. Мечников. М: Молодость, 1998. 95 с.

16. Ноздрачев А. Д., Бараников И. А., Батуев А. С. и др. Общий курс физиологии человека и животных. В 2 кн. М. 1991.

17. Петровский Б. В. Медицина //Большая медицинская энциклопедия. 3-е изд. Т. 4 /Петровский и др., всего 12 авторов. М. Изд. „Советская энциклопедия”, 1980. с. 7-322.

18. Фурдуй Ф. И., Вуду Л. Ф., Чокинэ В. К., Кривошеев О. С., Фурдуй В. Ф., Георгиу З. Б., Струтинский Ф. А., Павалюк П. П., Сырбу А. И., Мамалыга Л. М., Кошкодан Д. П., Мошану Л. В., Тугоци Н. Б. Санокреатологические методы целенаправленного формирования и поддержания здоровья. В сб.: XI конф. по космической биологии и авиакосмической медицине. Москва. 1998. 2: 298-300.

19. Фурдуй Ф. И., Еренков В. А., Вуду Г. А. Роль санокреатологии в высшем медицинском образовании. // Сборник науч. трудов. посвящ. 60-летию профессора М.М.Мамонтова. Бишкек, 2000. Р. 200.

20. Фурдуй Ф. И., Чокинэ В. К., Фурдуй В. Ф., Глижсин А. Г., Врабие В. Г., Шептицкий В. А. Научные и практические основы санокреатологии. Том 1. Проблема здоровья. Санокреатология. Потребность общества в ее развитии. Кишинэу: Типография АНМ, 2016. 228 с.

21. Фурдуй Ф. И., Чокинэ В. К., Фурдуй В.Ф., Глижсин А. Г., Врабие В. Г., Шептицкий В. А. Трактат о научных и практических основах санокреатологии. Том 2. Психическое здоровье. Психосанокреатология. Потребность общества в ее развитии. Кишинэу: Tipografia AŞM, 2018. 360 р.

22. Фурдуй Ф. И., Чокинэ В. К., Фурдуй В. Ф., Глижсин А. Г., Вуду Л. Ф., Врабие В. Г. Трактат о научных и практических основах санокреатологии. Том 3. Психосанокреатология. Эмоциональная обусловленность жизнедеятельности человека. Психогенные нарушения. Методы и способы их превенции и коррекции. Chişinău. Căpăţină-Print SRL. 2021. 345 с.