

Indagine sullo stile di vita di infermieri, studenti infermieri e giovani adolescenti

Survey on the lifestyle of nurses, nursing students and young adolescent

Valentina Nappini¹

Marcello Fedi¹

Sandra Fabbri²

RIASSUNTO

La prevenzione e la promozione della salute si basano sulla correzione di stili di vita non salutari.

Lo scopo di questo lavoro è studiare ed evidenziare le abitudini ed i comportamenti a rischio per la salute di studenti e professionisti infermieri, al fine di esplorare le possibili correlazioni tra comportamenti a rischio e cultura, conoscenze e professionalità nell'educazione alla salute. La popolazione oggetto di studio è rappresentata da tre campioni distinti:

- Studenti delle scuole medie superiori della provincia di Pistoia,
- Studenti del corso di laurea in Infermieristica dell'Università degli studi di Firenze (sede di Pistoia),
- Professionisti infermieri impiegati all'interno dell'Azienda Usl 3 di Pistoia.

Le variabili indagate attraverso la somministrazione di un questionario cartaceo sono state: l'abitudine al fumo, l'abitudine all'assunzione di alcolici e al consumo di farmaci antidolorifici e anti-infiammatori. Attraverso i risultati ottenuti con l'indagine è stato possibile acquisire dati necessari ad individuare e caratterizzare i fabbisogni informativi e formativi sull'educazione alla salute, per ciascuno dei tre campioni presi in esame.

L'indagine ha anche la prerogativa di far emergere aspetti importanti relativi al ruolo e alla figura sociale dell'infermiere nella promozione della salute, in riferimento al proprio profilo professionale

Parole chiave: promozione della salute, prevenzione, stili di vita

ABSTRACT

Prevention and health promotion are based on the amendment of unhealthy lifestyles.

The purpose of this work is to identify and highlight unhealthy habits and behaviours of nursing students and nurses professionals, in order to explore possible correlations between unhealthy choices and culture, knowledge and skills in health education. The study population is represented by three separate samples:

- Students from high schools in the province of Pistoia,
- Nursing Undergraduate students of the University of Florence (campus of Pistoia),
- Nurses employed within the Health Services 3 of Pistoia.

Investigated behaviours were smoking and alcohol habits, painkiller and inflammatory consumption.

Data gathered through the questionnaires were useful to identify and classify educational needs for each of the three samples.

This study helps to bring out important aspects of nurses' role on health promotion within the society.

Key words: health promotion, prevention, lifestyle

INTRODUZIONE

La prevenzione e la promozione della salute sono ruoli fondamentali all'interno della professione infermieristica. L'infermiere viene vissuto come un modello di salute e come tale dovrebbe essere un esempio da imitare per la popolazione. Condurre stili di vita salutari rappresenta il primo passo necessario da compiere per scongiurare la comparsa di

alcune malattie o quantomeno, ridurre la probabilità che si manifestino. Infatti sono numerose le malattie correlate ad abitudini di vita non salutari come, ad esempio, fumare o bere alcolici.

La fascia di popolazione che maggiormente detiene abitudini rischiose per la salute è rappresentata dai giovani adolescenti. Durante il periodo dell'adolescenza si percepisce in misura minore la possibilità del rischio e si cerca di adottare comportamenti, che seppur sbagliati, permettono di omologarsi al gruppo dei pari, aumentando la capacità di sentirsi così accet-

¹ Corso di Laurea in Infermieristica Università degli Studi di Firenze;
² Fondazione ONLUS Attilia Pofferi

tati..

Lo studente di Infermieristica, rappresenta un'altra fascia d'età che viene definita giovane adulto. Uno studente universitario, in generale, non è più un adolescente, ma non è nemmeno ancora un adulto completamente formato, quindi presenta caratteristiche appartenenti ancora all'adolescente e altre invece all'adulto. Tuttavia, gli studenti di Infermieristica di oggi saranno gli infermieri del futuro educati e sensibilizzati verso l'adozione e il mantenimento di stili di vita sani.

I professionisti infermieri invece sono per la maggior parte ormai adulti a tutti gli effetti, e vivono a stretto contatto con malattie, fattori di rischio ed educazione ai pazienti ma questo non esclude che siano adottati comportamenti a rischio per la salute, facendo venire meno il presupposto necessario per effettuare un buon intervento educativo verso corretti stili di vita.

REVISIONE DELLA LETTERATURA

Basandosi sugli studi trovati è possibile dire che il comportamento dei professionisti infermieri e degli studenti di Infermieristica non è omogeneo nelle varie parti del mondo.

In Inghilterra il 40% di un campione di 540 infermieri ha dichiarato di assumere 5 o più bevande alcoliche a distanza di poco tempo (binge-drinking) ma i fumatori risultano essere un numero relativamente basso, circa il 17%.(Blake H. et al, 2013).

Un secondo studio sugli stili di vita svolto da Blake H. insieme ad altri autori, ha analizzato 325 infermieri e studenti infermieri. Dalla ricerca è emerso che quasi un quinto del campione era abituale fumatore e due terzi hanno riferito di superare la dose di alcol giornaliera raccomandata (Blake H. et al, 2011).

Basse percentuali di fumatori sono state riscontrate anche in Lituania mentre il 29,4% degli infermieri consuma alcol più di una volta al mese (Misevi I. et al, (2013).

Anche tra studenti dell'università della città di Bogotà in Colombia, non si registrano alte percentuali di fumatori (24%); l'82% del campione dichiara tuttavia di consumare bevande alcoliche (López-Maldonado MC. et al, 2011).

In Grecia invece risulta che quasi la metà del campione di infermieri analizzato abitualmente, e più in generale lo studio ha rilevato un livello di salute relativamente povero (Pappas NA. et al, 2005).

A Berlino, così come in Irlanda, sono state registrate alte percentuali di fumatori specialmente tra gli studenti universitari, posizionandosi ad un livello superiore rispetto a quello della popolazione generale

(Vitzthum K. et al, 2013), (Hope A. et al, 1998).

In Spagna invece, contrariamente a quanto detto fino adesso, emerge che il consumo di tabacco tra gli studenti di Infermieristica è inferiore rispetto a quello della popolazione generale, considerando la medesima fascia di età (Fernandez D. et al, 2010).

In Nuova Zelanda è stato condotto uno studio allo scopo di indagare la correlazione tra le ore di lavoro e il consumo di alcol negli infermieri: i risultati dimostrano che esiste una stretta correlazione tra il numero di ore di lavoro e l'assunzione di alcolici (Schluter PJ. et al, (2012).

In Turchia sono stati analizzati 220 studenti infermieri selezionati da tutte le classi di una scuola di Infermieristica. Il 19,5% si sono dichiarati fumatori. Emerge da questo studio una significativa differenza tra maschi e femmine per quanto riguarda l'abitudine al fumo, inoltre si evidenzia che il numero di sigarette fumate aumenta durante il periodo degli esami e il 69,2% dei fumatori dichiara di utilizzare a bassi livelli anche sostanze stupefacenti (Öztürk C. et al, 2011).

In Italia gli studenti infermieri fumatori sembrano raggiungere percentuali più elevate rispetto a quanto riportato negli studi precedenti. Uno studio condotto presso l'Università di Milano ha indagato l'abitudine al fumo tra gli studenti di Infermieristica iscritti al terzo anno del corso di laurea e la metà del campione ha dichiarato di fumare. (Biraghi E. et al, 2010).

Questo studio è stato condotto nel 2006, e la percentuale di studenti fumatori è molto più alta rispetto agli studi condotti negli anni successivi, precedentemente citati.

OBIETTIVI

Scopo dello studio è quello di valutare se l'educazione in ambito sanitario modifichi lo stile di vita, osservando i comportamenti di giovani adolescenti frequentanti le scuole medie superiori della Provincia di Pistoia (campione base, con scarse conoscenze sulle problematiche sanitarie), degli studenti di Infermieristica e dei professionisti infermieri operanti nella stessa Provincia.

La ricerca si propone di indagare le abitudini di vita di queste tre categorie.

L'esame dei risultati permette di trarre delle conclusioni sui comportamenti degli studenti e dei lavoratori infermieri, essendo figure implicate nella promozione della salute, per determinare se vi sia la necessità di incrementare e indirizzare in maniera più specifica il fabbisogno formativo degli studenti di Infermieristica.

MATERIALI E METODI

Lo studio è stato realizzato attraverso un questionario anonimo e autosomministrato, a tutti gli studenti infermieri iscritti ai tre anni del Corso di Laurea in Infermieristica dell'Università degli Studi di Firenze (sede di Pistoia) e agli infermieri dell'Azienda USL n°3 impiegati in diverse aree funzionali dei Presidi Ospedalieri di Pistoia e di Pescia.

Il questionario da noi prodotto prende spunto dal questionario dello studio HBSC e dal questionario dello studio EDIT dell'Agenzia di Sanità della Regione Toscana, entrambi indaganti gli stili di vita degli adolescenti. REF

Il questionario si compone di 17 domande a risposte chiuse e si suddivide in 4 sezioni:

- Anagrafica.
- Abitudine e conoscenze sul fumo di sigaretta.
- Consumo di bevande alcoliche.
- Consumo di farmaci antidolorifici e antinfiammatori.

Un tasso di risposta minimo del 50% è stato considerato il limite per raggiungere la validazione dello studio.

La Fondazione ONLUS Attilia Pofferi ha condotto, parallelamente a questo, uno studio sugli stili di vita degli studenti frequentanti le scuole medie superiori della provincia di Pistoia, attraverso la somministrazione dello stesso questionario. I risultati di questo studio sono stati confrontati con quelli ottenuti dalla Fondazione ONLUS Attilia Pofferi.

L'input dei dati è stato effettuato tramite Microsoft Office Access 2007. Successivamente è stato usato Epi

Info 3.5.1 (2008) per l'elaborazione, e Microsoft Office Excel 2007 per la creazione dei grafici. I dati sono stati analizzati calcolandone frequenza, percentuali e intervalli di confidenza al 95%.

RISULTATI

La composizione del campione è illustrata in fig.1.

8 persone tra i lavoratori e 35 tra gli studenti delle scuole medie superiori non hanno indicato il proprio sesso.

Di seguito si riportano i risultati derivati dal confronto tra le risposte date dai professionisti infermieri, dagli studenti universitari di infermieristica e dagli adolescenti, divisi per sesso.

La fig. 2 mostra l'abitudine al fumo. Alla domanda "fumi abitualmente?" la percentuale più alta di fumatori si riscontra tra gli studenti universitari di ambo i sessi e lavoratori maschi.

A proposito dell'assunzione di alcol, è stato chiesto ai tre campioni di pensare ad una ipotetica serata tra amici ed indicare la qualità e la quantità di bevute utilizzate. La figura 3 riporta i risultati relativi al consumo di birra, la figura 4 il consumo di vino e la figura 5 il consumo di superalcolici.

Riguardo l'uso dei farmaci antinfiammatori e antidolorifici, l'82,2% delle adolescenti dichiara di assumerne, mentre la maggioranza delle lavoratrici e delle studentesse universitarie dichiara di non assumerli frequentemente. Il campione maschile ricorre in maniera minore ai farmaci in esame rispetto al campione femminile, in generale (Figura 6).

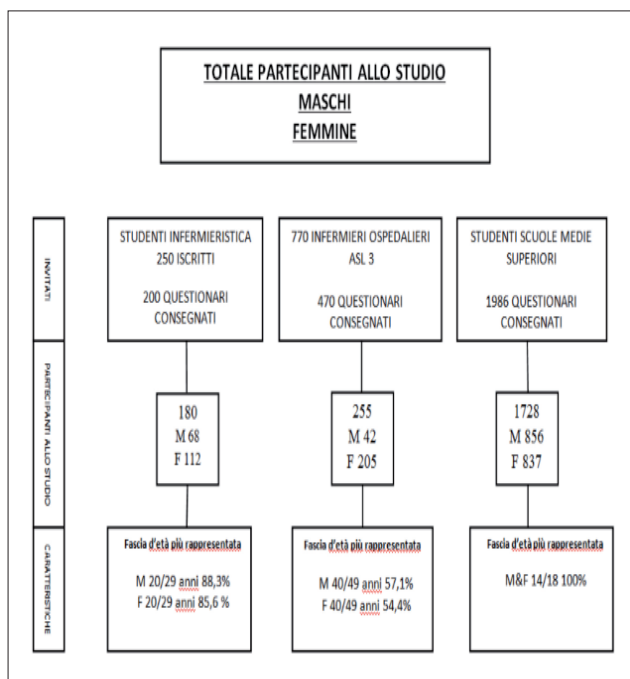
La differenza circa l'assunzione di farmaci tra gli adulti (studenti e lavoratori) e gli adolescenti è statisticamente significativa ($p < 0,0001$). Le femmine adolescenti sono le più forti consumatrici di farmaci ($p < 0,0001$).

DISCUSSIONE

L'adesione all'indagine è stata elevata tra gli studenti di Infermieristica, mentre è da considerarsi non del tutto soddisfacente per quanto riguarda i professionisti infermieri.

Dai risultati ottenuti è emerso come le femmine rappresentino la maggioranza del campione sia tra i professionisti infermieri sia tra gli studenti universitari.

I due campioni, studenti e lavoratori, presentano notevoli differenze per quanto riguarda l'età, sia per i maschi che per le femmine. La maggior parte dei lavoratori ha più di 40 anni, (infatti l'età media del campione di lavoratori si inserisce perfettamente nella media nazionale, come descritto nella pubblicazione del Ministero della Salute "Il personale del sistema sani-



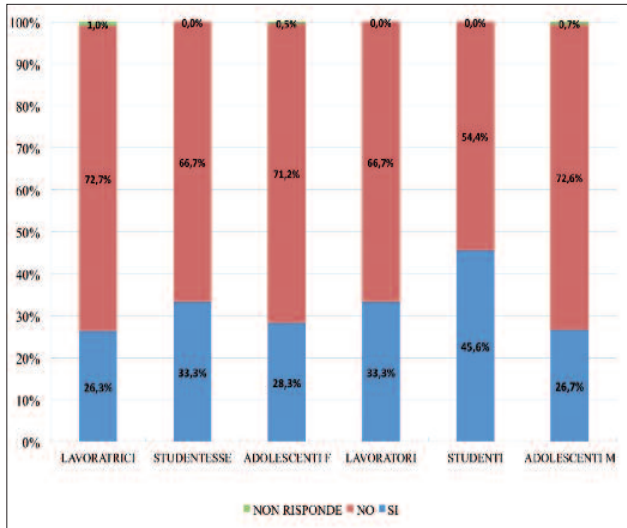


Figura 2. Abitudine al fumo

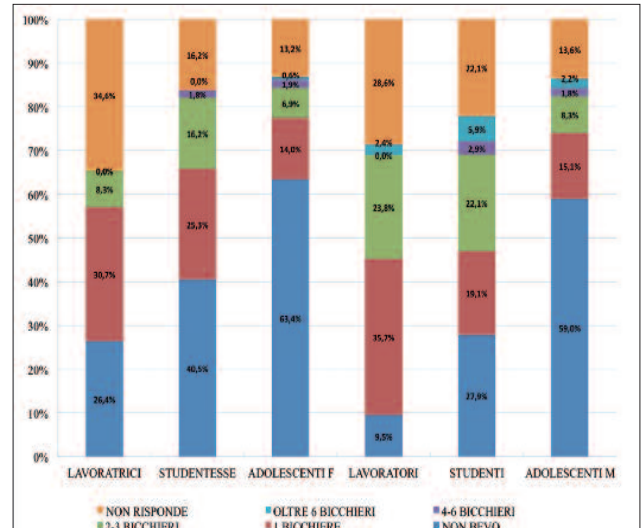


Figura 3. Consumo di birra

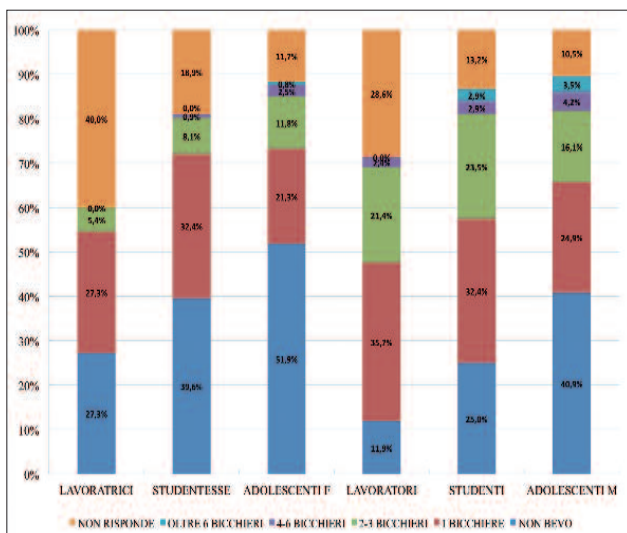


Figura 4. Consumo di vino.

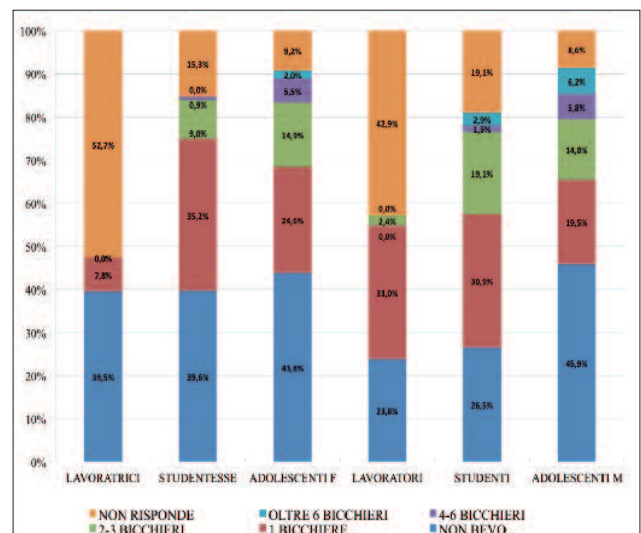


Figura 5. Consumo di superalcolici

tario italiano, 2010”), mentre la maggior parte degli studenti ha un’età inferiore a 30 anni

E’ interessante paragonare i dati, relativi al fumo, ottenuti nello studio, con quelli relativi alla popolazione nazionale suddivisa per fasce di età e per sesso, rilevati dall’ISTAT nel 2012.

Se confrontiamo la percentuale di infermiere fumatrici della Ausl 3 di Pistoia, la cui età media è di 44 anni, con i dati della popolazione femminile nazionale all’interno della stessa fascia di età, si nota come la percentuale del nostro campione superiore, attestandosi intorno al 26,3% a fronte dei dati ISTAT che riportano il 19,3%.

Il 37,8% delle studentesse universitarie facenti parti del campione dichiara di fumare mentre a livello nazionale (dati ISTAT 2012), per la medesima fascia d’età si registra una percentuale del 22,4%.

Il 28,3% delle adolescenti delle scuole medie superiori della provincia di Pistoia (dati rilevati dalla Fondazione ONLUS Attilia Pofferi) dichiara di fumare abitualmente, mentre i dati ISTAT 2012 indicano che il 4,3%

delle appartenenti alla fascia di età tra 14 e 17 anni e il 14% tra 17 e 18 anni fuma abitualmente.

Pertanto nella realtà Pistoiese sembra che le adolescenti abbiano una propensione al fumo maggiore rispetto alla popolazione nazionale.

Per quanto concerne gli infermieri del campione, il 33% dichiara di fumare abitualmente. Questo dato si pone in linea con le percentuali rilevate dall’ISTAT per la stessa fascia di età da noi considerata (33,9% - 35,1%).

Il 45,4% degli studenti infermieri fumano, mentre i dati ISTAT riportano per tale fascia di età il 32,6%. Anche in questo caso i dati ottenuti potrebbero indurre a prendere in considerazione la possibilità che gli studenti abbiano una maggiore propensione al fumo rispetto agli infermieri in riferimento al campione analizzato.

Il 26,7% degli adolescenti maschi fuma, dato inferiore rispetto a quello delle femmine della stessa categoria, ma decisamente più congruo ai dati ISTAT (9,3% relativo alla fascia di età tra 14 e 17 e 27,5% tra 17 e 18 anni) (Istat, 2013).

L'osservazione dei dati relativi agli adolescenti delle scuole medie superiori di Pistoia induce a riflettere sull'elevato numero di ragazzi che fumano, ed una appropriata analisi prospettica potrebbe essere indicativa del possibile aumento del comportamento a rischio negli anni successivi all'adolescenza. Tuttavia pur considerando la non inferenzialità di questi dati, si può notare come le percentuali ottenute nei tre diversi campioni rientrano in un range di frequenza comunque elevato rispetto ai dati della popolazione generale.

I dati relativi all'abitudine al fumo all'interno della Regione Toscana si collocano perfettamente in linea con i dati nazionali, pertanto la precedente considerazione è valida anche se si effettua un confronto con la popolazione regionale (ARS Toscana agenzia regionale di sanità, 2012).

Per quanto riguarda il consumo di alcol i dati del sistema di sorveglianza Passi 2009-2012 riportano che il 44% della popolazione adulta italiana non consuma bevande alcoliche, il 39% beve in maniera moderata e il 17% consuma alcol in maniera rischiosa per modalità o quantità. Coloro che consumano alcol in maniera rischiosa sono i giovani dai 18 ai 24 anni (Epicentro ISS Passi, 2012).

Il comportamento degli studenti infermieri sembra essere abbastanza in linea con quello nazionale, riguardo all'abitudine all'alcool.

Sia per i maschi sia per le femmine lavoratrici non è stato possibile valutare la significatività statistica delle domande riguardanti l'assunzione di alcolici, a causa dell'elevata percentuale di non risposte. Si nota che le lavoratrici sono più inclini a non rispondere rispetto al campione dei lavoratori (il 40% delle lavoratrici non risponde alla domanda sulla birra e il 34,6% a quella sul vino) e la domanda sulla quale hanno maggiormente taciuto è quella concernente i superalcolici (52,7%). Il numero di non risposte aumenta anche tra i maschi rispetto alla medesima domanda (42,9%).

A bere in maniera rischiosa, e per questo si intende un numero di bevute che supera i 2/3 bicchieri, sono prevalentemente gli adolescenti che utilizzano molto i superalcolici e gli studenti che prediligono però il vino e la birra.

Al fine di reperire dati circa l'assunzione di farmaci antidolorifici e antinfiammatori è stata effettuata una revisione della letteratura attraverso i principali motori di ricerca indicizzati (Pub Med, Cinahl, Food and Drugs Administration, Cochrane) e attraverso il motore di ricerca Google, senza ottenere risultati. E' quindi possibile effettuare delle riflessioni soltanto all'interno del campione analizzato in questa tesi.

Non esiste una sostanziale differenza circa l'assunzione di questi farmaci tra studenti e lavoratori, anche se anche all'interno di queste categorie le femmine risultano essere più propense ad assumere i farmaci. A ogni

modo la maggioranza di studenti e di lavoratori dichiara di non assumerli spesso. La differenza è estremamente eclatante per quanto riguarda invece gli adolescenti. Innanzi tutto, sia per i maschi sia per le femmine, la maggioranza dichiara di assumere spesso farmaci antidolorifici e antinfiammatori; inoltre la percentuale di ragazze che dichiara di assumerli è nettamente superiore rispetto a quella dei maschi. Essendo farmaci di facile reperibilità, spesso possono essere consumati senza che sia il medico a prescriverli e molti di essi possono essere acquistati anche senza ricetta medica. La maggior parte dei lavoratori e degli studenti, infatti, li consuma senza aver richiesto il consiglio del medico curante. La facile reperibilità di questi farmaci può lasciar credere che non siano pericolosi, ma la loro pericolosità risiede nel fatto che possono non venire assunti nei modi e nelle dosi consigliate.

Sia i lavoratori sia gli studenti per la maggior parte sanno che non c'è differenza tra i farmaci di marca e quelli generici e inoltre dichiarano di essere consapevoli degli effetti collaterali dei farmaci che assumono. Tali conoscenze presumibilmente sono dovute alla formazione che questi hanno ricevuto durante il corso di studi e durante l'esperienza lavorativa.

LIMITI DELLO STUDIO

Il limite maggiore dello studio è stato il basso tasso di rispondenza da parte degli infermieri e delle infermiere: ciò può essere imputato al carico di lavoro che giornalmente questa categoria sopporta, e che può togliere tempo per altre attività, anche conoscitive, durante l'orario di lavoro.

Tra i professionisti il consumo di alcol effettivo è difficile da valutare a causa dell'elevata percentuale di non risposta alle relative domande. Le spiegazioni a questo fenomeno potrebbero essere due: la prima è che il campione abbia evitato di compilare la tabella in tutte le sue parti omettendo le risposte relative alle bevande non consumate; la seconda invece è che le non risposte nascondano una parte di campione che beve, ma che non vuole dichiararlo. Sarebbe quindi necessaria un'indagine più mirata e approfondita.

CONCLUSIONI

Dall'analisi dei risultati, è possibile evidenziare la presenza di un fabbisogno formativo a livello delle tre categorie di popolazione analizzate. Gli studenti infermieri e gli adolescenti sono le categorie che presentano una maggiore necessità di informazione, poiché risultano essere quelli che hanno uno stile di vita più a rischio.

La motivazione che sta alla base della conduzione di stili di vita non salutari da parte degli adolescenti, è da presupporre che sia legata alla giovane età ma anche alle scarse conoscenze che essi possiedono circa la salute e i corretti stili di vita.

Durante il corso di Laurea in Infermieristica, queste tematiche vengono affrontate ma questo non evita che gli studenti continuino a praticare stili di vita potenzialmente rischiosi, anzi, paradossalmente questi sembrano peggiorare. Probabilmente è proprio il tenore di vita stressante tipico del Corso di Laurea in Infermieristica che sembra essere molto impegnativo, ad indurre ad adottare alcuni comportamenti errati. Infatti gli studenti sembrano essere più propensi ad assumere comportamenti a rischio anche rispetto alla popolazione nazionale riferita alla medesima fascia d'età.

Anche i professionisti non risultano privi di comportamenti dannosi per la salute, nonostante svolgano un lavoro che li rende consapevoli dei rischi che vi sono legati. In questo caso il mantenimento di determinate abitudini rischiose potrebbe essere legato sia al tipo di lavoro estremamente stressante, sia alla difficoltà in età adulta a cambiare le proprie abitudini anche se sbagliate. Tutto ciò può rendere indubbiamente difficile l'educazione rivolta a questa categoria.

Promuovere interventi educativi di salute sui giovani adolescenti è necessario ma può essere altrettanto complicato, perché questa fascia d'età è particolarmente delicata. Il sentimento di ribellione e la scarsa presenza di coscienza tipica di questo periodo della vita, con molta probabilità diminuiscono l'impatto di qualsiasi azione educativa.

Gli studenti universitari sembrano quindi essere il punto cardine sul quale agire per educare alla conduzione di stili di vita salutari. Durante il percorso di studi viene insegnato agli studenti il prendersi cura delle altre persone, ma in primo luogo dovrebbe essere insegnato il prendersi cura di sé stessi.

L'infermiere è da ritenersi un professionista perfettamente in grado di compiere interventi educativi sulla salute, come si evince dal profilo e dal codice deontologico, pertanto dovrebbe essere inserito all'interno di più contesti, a partire dalle scuole e dalle università, per esplicare tale funzione, dal momento che è consapevole dei benefici derivanti da un corretto stile di vita ed è quindi in grado di promuovere interventi di educazione sanitaria che abbiano un impatto propositivo e positivo sui destinatari dell'azione formativa.

BIBLIOGRAFIA

- Andrea MS., Walter V., Elena B., Alfea F., Piersante S., (2001). A comparison of smoking habits, beliefs and attitudes among Tuscan student nurses in 1992 and 1999. *European Journal of Epidemiology* 17(5):417-21.
- Agenzia Regionale di Sanità (ARS) Toscana, 2012. Data accesso 13 settembre 2013, da <http://www.ars.toscana.it/aree-dintervento/determinanti-di-salute/fumo/dati-e-statistiche/1089-epidemiologia-del-consumo-di-tabacco-febbraio-2012.html>
- Agenzia Regionale di Sanità (ARS) Toscana; 2012. Data accesso 13 settembre 2013, da <https://www.ars.toscana.it/it/pubblicazioni/collana-documenti-ars/pubblicazioni-2011/180-comportamenti-a-rischio-e-stili-di-vita-dei-giovani-toscani-i-risultati-delle-indagini-edit-2005->
- Biraghi E., Tortorano AM., (2010). Tobacco smoking habits among nursing students and the influence of family and peer smoking behaviour. *Journal of Advanced Nursing* Jan;66(1):33-9.
- Blake H., Harrison C. (2013). Health behaviours and attitudes towards being role models. *British Journal of Nursing*. January; 24-Feb 13;22(2):86-94.
- Blake H., Malik S., Mo PK., Pisano C., (2011). 'Do as say, but not as I do': are next generation nurses role models for health? *Perspect Public Health*. September; 131(5):231-9.
- Epicercentro ISS Passi, 2012. Data di accesso 20 settembre 2013, da <http://www.epicercentro.iss.it/passi/dati/alcol.asp>
- Fernandez D., Martin V., Molina AJ., De Luis JM., (2010). Smoking habits of students of nursing: a questionnaire survey (2004-2006). *Nurse Education Today*. July; 30(5):480-4.
- HBSC Italia report 2010. Data accesso 13 settembre 2013, da www.hbsc.unito.it
- Hope A., Kelleher CC., O'Connor M., (1998). Lifestyle practices and the health promoting environment of hospital nurses. *Journal of Advanced Nursing* August; 28(2):438-47.
- Il personale del sistema sanitario italiano, 2010. Data accesso 5 settembre 2013, da http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_1816_allegato.pdf
- Istat, 2013. Data accesso 10 settembre 2013, da http://dati.istat.it/Index.aspx?DataSetCode=DCCV_A_BTFUMO
- López-Maldonado MC, Luis MA, Gherardi-Donato EC., (2011). Licit drugs consumption among nursing students at a private university in Bogotá, Colombia. *Revista Latino-Americana de Enfermagem* June; 19 Spec No:707-13.
- Malik S., Blake H., Batt M., (2011). How healthy are our nurses? New and registered nurses compared. *British Journal of Nursing*. April 28-May 12;20(8):489-96.
- Misevi I., Strumylait L., Pajarskien B., Zalnieraitien K., (2013). What are the predictors of self-assessed health in Lithuanian health professionals? *Medicina (Kaunas)* 49(1):23-8.
- Öztürk C., Bekta M., Yilmaz E., Salman F, ahin T., Imek M., Göke G., (2011). Smoking status of Turkish nursing students and factors affecting their behavior. *Asian Pacific journal of cancer prevention*.

2011;12(7):1687-92.

Pappas NA., Alamanos Y., Dimoliatis ID., (2005). Self-rated health, work characteristics and health related behaviours among nurses in Greece: a cross sectional study. *BMC Nurs.* December 20;4:8.

Schluter PJ., Turner C., Benefer C., (2012). Long working hours and alcohol risk among Australian and New Zealand nurses and midwives: a cross-sectional study. *International Journal of Nursing Studies.* June; 49(6):701-9

Suzuki K., Ohida T., Yokoyama E., Kaneita Y., Takemura S., (2005). Smoking among Japanese nursing students: nationwide survey. *Journal of Advanced Nursing.*

February; 49(3):268-75.

Vargas D., Bittencourt MN., (2013). Alcohol and alcoholism: attitudes of nursing students. *Revista Brasileira de Enfermagem* January-February; 66(1):84-9.

Vitzthum K., Koch F., Groneberg DA., Kusma B., Mache S., Marx P., Hartmann T., Pankow W., (2013). Smoking behaviour and attitudes among German nursing students. *Nurse Education in Practice - Journal* September; 13(5):407-412.

Watson H., Whyte R., Schartau E., Jamieson E., (2006). Survey of student nurses and midwives: smoking and alcohol use. *British Journal of Nursing.* December 14-2007 January 10;15(22):1212-6.

