

Andy Moose

Head of Health and Wellness, Centre for Health and Healthcare, World Economic Forum / Voditelj za zdravlje i wellness, Centar za zdravlje i zdravstvenu njegu, Svjetski ekonomski forum

Kana Enomoto

Director of Brain Health, McKinsey health Institute / Direktorica za zdravlje mozga, McKinsey Institut za zdravlje

Harris Eyre

Lead and Harry Z. Yan and Weiman Gao Senior Fellow, Neuro-Policy, Baker Institute for Public Policy, Rice University / Lead i Harry Z. Yan i Wiman Gao Viši suradnik za neuro-politiku, Baker Institut za javnu politiku, Sveučilište Rice

Primljeno / Received: 19. 09. 2024.
Prihvaćeno / Accepted: 26. 12. 2024.

BRAIN GAIN: HOW IMPROVING BRAIN HEALTH BENEFITS THE ECONOMY¹

DOBITAK ZA MOZAK: KAKO POBOLJŠANJE ZDRAVLJA MOZGA KORISTI EKONOMIJI²

Poremećaji zdravlja mozga - uključujući mentalne poremećaje upotrebe tvari i neurološke poremećaje - doprinose do 15% globalnog zdravstvenog tereta, izjednačavajući ih s kardiovaskularnim bolestima.

Procjenjuje se da poremećaji mozga globalnu ekonomiju koštaju 5 bilijuna dolara godišnje, a taj iznos se očekuje da će porasti na 16 bilijuna do 2030. godine. Ipak, u većini zemalja ljudi nemaju pristup učinkovitom promicanju zdravlja mozga, uslugama i podršci.

Institut za zdravlje McKinsey procjenjuje da bi se, ako bi se trenutni globalni teret mentalnih poremećaja riješio, moglo oporaviti 130 milijuna kvalitetnih godina života pri čemu bi svaka godina dodala 200.000 dolara ekonomske vrijednosti.

¹ This text is part of Centre for Health and Healthcare, available at:

https://www.weforum.org/agenda/2024/09/brain-gain-how-improving-brain-health-benefits-the-economy/?utm_source=whatsapp_wef&utm_medium=social&utm_campaign=broadcastchannel

² Ovaj članak je dio Centra za zdravlje i zdravstvenu njegu, dostupno na:

https://www.weforum.org/agenda/2024/09/brain-gain-how-improving-brain-health-benefits-the-economy/?utm_source=whatsapp_wef&utm_medium=social&utm_campaign=broadcastchannel

Povećanje važnosti zdravlja mozga kao ekonomskog instrumenta

Pojmovi „kapital mozga“ (ekonomski doprinos pozitivnog zdravlja mozga) i „ekonomija mozga“ (ekonomski sustav čiji rast i stabilnost potiče kolektivna intelektualna snaga koju doprinose zajednice, društva i države) novi su koncepti koji pomažu u snalaženju u svijetu koji se stalno mijenja. Politike i ulaganja koja unaprijeđuju kognitivne funkcije mogu povećati produktivnost, potaknuti kreativnost i ekonomski dinamizam te stvoriti otporniju, prilagodljiviju i angažiraniju populaciju.

Ulaganja u zdravlje mozga trebaju početi rano: više od polovice sinaptičkih veza u mozgu formira se do treće godine života. Rana ulaganja, kao što su stimulativne aktivnosti, odgovarajuća prehrana i pozitivne socijalne interakcije, mogu izgraditi snažnu osnovu za kognitivnu i emocionalnu otpornost. Na primjer, do 75% energije iz hrane koju apsorbira tijelo tijekom tog razdoblja troši mozak.

Prijetnje zdravom razvoju mozga također ugrožavaju ovu osnovu kako dijete raste. Za razliku od drugih kroničnih bolesti, mentalni poremećaji i poremećaji vezani uz upotrebu supstanci nerazmjerno pogađaju mlade, sa 75% mentalnih poremećaja koji se pojavljuju do 24. godine. Domovi, obrazovni sustavi i radna mjesta nude priliku za jačanje ove osnove, kako bi se izgradio i održao kapital mozga tijekom života.

Poticanje pozitivnog zdravlja mozga

Odgajatelji i kreatori politika mogu potaknuti „ekonomiju mozga“ pružanjem pristupa ranim obrazovnim inicijativama i stvaranjem okruženja pogodnih za zdravlje mozga od djetinjstva nadalje. Osnovne vještine pismenosti, kao što su fonetika, vokabular i razumijevanje pročitano, mogu postaviti temelje za učinkovitu komunikaciju i kritičko razmišljanje.

Vještine numeričkog izražavanja, poput brojanja, prepoznavanja brojeva i osnovnih matematičkih operacija, stvaraju osnovu za matematičko zaključivanje i rješavanje problema. Jedno istraživanje s MIT-a pokazalo je da su učenici koji su pohađali javni predškolski odgoj, za razliku od onih koji nisu, imali manju vjerojatnost da budu zatvoreni kao maloljetnici ili suspendirani u srednjoj školi, te su imali veću vjerojatnost da završe školu. Ako se zaštitni čimbenici zdravlja mozga izričito ukorijene od vrtića nadalje, te se dosljedno jačaju kako djeca odrastaju, društva mogu postaviti čvrstu osnovu za pozitivno zdravlje mozga i dugotrajan uspjeh u zdravlju, karijeri,

obiteljskom životu i društvu. Do trenutka kada učenik završi srednju školu, provest će otprilike 14.000 sati u akademskom okruženju - okruženju koje može ili ojačati ili oslabiti kapital mozga.

Inovativni programi poput „Inicijative za zdravlje mozga“ i škola za zdravlje mozga osnažuju učitelje, učenike od vrtića do završetka škole, obitelji i zajednice da promoviraju stilove života zdrave za mozak, rješavaju čimbenike rizika za bolesti mozga te optimiziraju razvoj i funkciju mozga. Ovi naponi ključni su u podršci jedinstvenim izazovima s kojima se suočavaju mladi i adolescenti, kako u školi tako i kod kuće, te u izgradnji čvrstog temelja za njihovo zdravlje mozga i budućnost.

Roditelji i skrbnici mogu ojačati "kapital mozga" u kućnom okruženju poticanjem pozitivnih socijalno-emocionalnih vještina. Istraživanja pokazuju da obiteljska podrška i stimulativno kućno okruženje pridonose uspjehu u ranom djetinjstvu, što vodi do boljih socijalnih vještina, kontrole impulsa i boljih obrazovnih rezultata.

Oko 64% odraslih u SAD-u izvijestilo je da su doživjeli barem jedan oblik nepovoljnih iskustava u djetinjstvu (ACE) prije 18. godine života. Gotovo jedan od šest odraslih (17,3%) izvijestio je da je doživio četiri ili više različitih vrsta ACE-a. Kronični stres uzrokovan povećanim brojem ACE-a može utjecati na razvoj dječjeg mozga, potencijalno dugoročno ometajući sposobnosti koncentracije, donošenja odluka i učenja.

Međutim, znanost pokazuje da s odgovarajućom podrškom djeca mogu razviti pozitivne vještine suočavanja s izazovima i emocionalnu otpornost, što ih može zaštititi od posljedica traume. Programi poput Sesame Workshopovog "Izgradnja otpornosti kod djece i obitelji", Child Mind Instituteovog "Zdravi umovi, uspješna djeca", Cincinnati Children's Hospital i Medical Center, te McKinsey Health Instituteovog programa "Snažna i otporna mladež" osnažuju odrasle koji brinu o djeci vještinama potrebnim za pružanje podrške na način koji uzima u obzir traumu i potiče zdravlje mozga.

Poslodavci mogu promicati "kapital mozga" podržavanjem zdravlja mozga svojih zaposlenika, omogućujući im da rade na najvišoj razini. Analitičko razmišljanje ključni je pokazatelj pojedinaca sa zdravim mozgom, a ujedno je i jedna od najtraženijih vještina kod poslodavaca.

Današnji radnik na prvoj liniji mogao bi sutra postati izvršni direktor, što je razlog zašto je potrebno ulagati u njihovo zdravlje mozga. Također je ključno da roditelji razmišljaju o tome kako pripremiti svoju djecu da se suoče s izazovima budućeg tržišta rada.

Svjetski ekonomski forum surađuje s više od 50 globalnih organizacija iz javnog i privatnog sektora kako bi utvrdili izazove i najbolje prakse za poboljšanje holističkog zdravlja zaposlenika. Temelji se na pretpostavci da, ako poslodavci proaktivno ulažu u zdravlje i dobrobit svojih zaposlenika, postoji potencijal za povećanje globalnog BDP-a za do 12%.

Inicijativa se dodatno fokusira na okvire i mjerenja za unapređenje i procjenu holističkih zdravstvenih intervencija na radnim mjestima, pomažući organizacijama da izgrade poslovni slučaj za takva ulaganja.

Ovaj pokret dobiva na zamahu, što dokazuje okupljanje globalnih dionika u cilju promicanja tranzicije prema "ekonomiji mozga", uključujući i nadolazeće "Dane mozga" na 79. Znanstvenom samitu Opće skupštine Ujedinjenih naroda.

Tri koraka za promicanje zdravlja mozga

Život u današnjem svijetu zahtijeva otpornost, posebno suočeni s rastućim individualnim i društvenim krizama poput klimatskih promjena i problema mentalnog zdravlja. Strategije za suočavanje s tim izazovima uključuju:

1. Stvaranje društva koje daje prioritet zdravlju mozga, ulaže u njega i prihvaća neurodiverzitet.
2. Promicanje zdravih navika za mozak od malih nogu i njihovo jačanje kroz cijeli život.
3. Osiguravanje pristupa učinkovitim programima za prevenciju, liječenje i oporavak od poremećaja mozga.

Svaki globalni lider i svaki pojedinac ima ulogu u promicanju "kapitala mozga" i poticanju kontinuiranog rasta globalne "ekonomije mozga". Postavljanjem temelja za bolje zdravlje mozga, svi možemo krenuti prema prosperitetnoj budućnosti.

***Zahvale:** Erica Coe, globalna voditeljica McKinsey Instituta za zdravlje, i Shekhar Saxena, viši savjetnik McKinsey Instituta za zdravlje, značajno su doprinijeli ovom članku.*

Sa engleskog jezika prevele i prilagodile:

Aleksandra Hohnjec, mag.oec. i mr.sc. Jadranka Dorešić, dipl.oec.
Udruga Elektronički i računalni klub (ERK), Ivanić-Grad, Hrvatska
fluence999@gmail.com; jadranka.doresic@gmail.com;

19. rujna 2024.