



De economische voordelen van regelmatige lichaamsbeweging

Deel 1

Vertaald en bewerkt door

De FitnessOrganisatie vzw

Belgische Beroepsvereniging voor de Fitness—en Wellnessindustrie vzw

INHOUD

Inleiding	5
Bedrijfsfitness	6
Absenteïsme en arbeidsongeschiktheid	8
Productiviteits - en moraalverhoging	11
Positief investeringsrendement / Return-On-Investment (ROI)	13
Verminderde gezondheidskosten en medische vordering	15



Inleiding

Heel wat gezondheidsproblemen kunnen vermeden worden door aangepaste voeding, lichaamsbeweging en door zorg te dragen voor onszelf. Door een gezonde levensstijl te promoten, kunnen we de levenskwaliteit van de bevolking verbeteren en de gezondheidskosten drastisch verlagen.

*(Tommy G. Thompson, Secretary,
U.S. Department of Health and Human Services,
Prevention Makes Common Cents, September 2003)*

Sinds het historisch rapport 'Physical Activity and Health' van de Surgeon General (1996) is het besef blijven stijgen van de essentiële rol welke regelmatig bewegen speelt in behoud en verbetering van de gezondheid, verhoging van de levenskwaliteit en verlagen van het risico op talrijke inactiviteit gerelateerde aandoeningen.

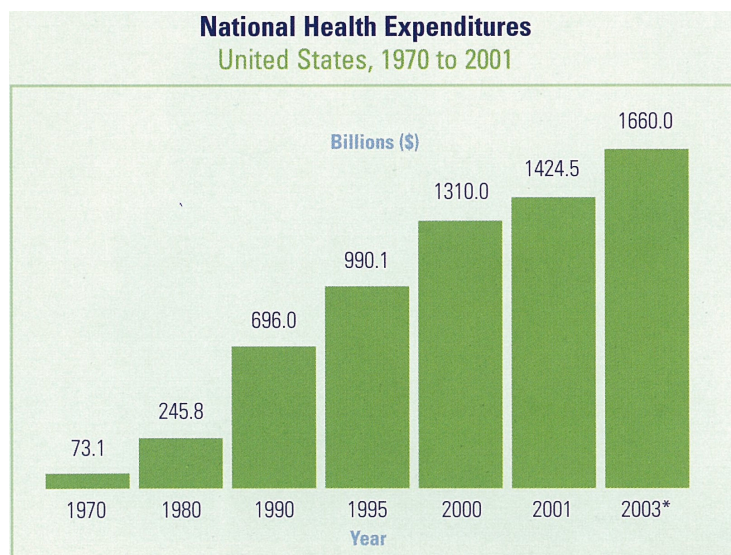
Nochtans nemen de kosten van onze gezondheidszorg alsmaar toe.

Er is steeds meer nood aan preventieve maatregelen. De bedrijfswereld kan hierop inspelen door hun werknemers te helpen om een gezondere levensstijl aan te nemen.

In Europa stijgt het aantal bedrijven die investeren in fitnessfaciliteiten binnen het bedrijf, in fitnessabonnementen en in het aanbieden van educatieve programma's betreffende stoppen met roken, gezonde voeding, ...

Gezondere werknemers zorgen voor lagere gezondheidskosten, zijn productiever en hebben lager absentisme.

Het resultaat is een win/win situatie voor de individuele gezondheid van de mens en voor het bedrijf in het algemeen.



Er werd gerapporteerd dat 80% van de Amerikaanse bedrijven met meer dan 50 werknemers en bijna alle grote bedrijven gezondheidsbevorderende programma's aanbieden.

Riedel JE, Lynch W, Baase C, Hymel P, Peterson KW. The effect of disease prevention and health promotion on workplace productivity: a literature review. American Journal of Health Promotion. 2001

Bron: Health, United States, 2003;

*Prevention Makes Common Cents, September 2003

Bedrijfsfitness

Bedrijfsfitness kan een belangrijke rol spelen in de strijd om de gezondheidskosten te doen dalen. Het initiëren en onderhouden van beweegprogramma's brengt uiteraard de nodige kosten mee, maar de kosten/baten analyse toont aan dat beweegprogramma's economisch voordelig zijn. Bedrijven vinden elke investering goud waard of het nu gaat over het aanbieden van interne fitnessmogelijkheden, gesubsidieerde lidmaatschappen of educatieve cursussen over gezonde voeding en stoppen met roken.

De werknemers van het Bedrijf Procter & Gamble die deelnamen aan de gezondheidsbevorderende programma's bestaande uit screening op hoge risico's en one-on-one counseling, hadden beduidend lagere gezondheids- en ziekenhuiskosten dan de niet deelnemende werknemers.

Goetzel RZ, Jacobson BH, Aldana SG, Vardell K, Yee L. Health care costs of worksite health promotion participants and non-participants. Journal of Occupational & Environmental Medicine. 1988



The city of Mesa, Arizona, stelde aan zijn werknemers een fitness- en lifestyleprogramma en een screening op ziektes ter beschikking. Uit de evaluatie van deze programma's blijkt dat deze werknemers ongeveer 63 € per jaar bespaarden op de totale medisch kosten.

Goetzel RZ, Juday TR, Ozminkowski RJ. What's the ROI? A systematic review of return-on-investment studies of corporate health and productivity management initiatives. AHP's Worksite Health. 1999

Een studie van 1994 beschreef een project van The National Institutes of Health en de stad Birmingham, Alabama. Het project voorzag in medische screening, gewichtsverlies, stressbeheer en programma's om te stoppen met roken.

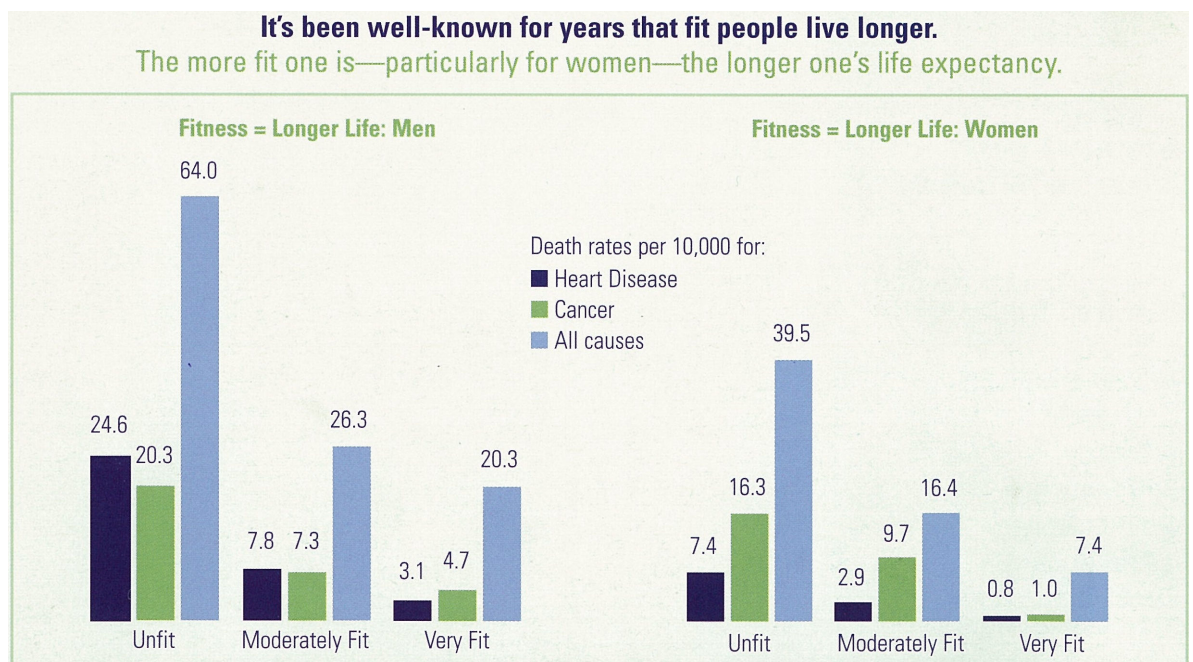
Vijf jaar na de implementatie van het programma was de kostprijs al met 670 € gedaald onder het staatsgemiddelde.

Worksite Wellness: 20-year Cost Benefit Analysis and Report: 1979 - 1998. University of Michigan Health Management Research Center. 1998

The Health Balance Program van Caterpillar heeft de gezondheidsrisico's van de deelnemende werknemers met 14 % doen dalen.

Caterpillar hoopt dat deze daling op gezondheidsrisico's op lange termijn zal leiden tot een besparing van 510 miljoen € in 2015.

US Department of Health and Human Services. Prevention Makes Common Cents. September 2003



Bron:
afgeleid van Blair et al., Physical Fitness and All-cause Mortality. JAMA. November 3, 1989.

Een studie van de werking binnen het bedrijf Omaha Insurance Co. toonde terugbetalingen op alternatieve initiatieven t.a.v. coronaire hartkwalen inclusief verandering van levensstijl (i.p.v. operaties en medicijnen).

In het eerste jaar signaleerden 82 % van de patiënten een daling van coronaire aandoeningen. Het bedrijf vestigde de aandacht op het kostbesparende effect van het programma; een kostprijs van 2500 € per deelnemer tegenover 31.300 € voor een bypass ingreep en 13.100 € voor een angioplasty

Worksite Wellness: 20-year Cost Benefit Analysis and Report: 1979 - 1998. University of Michigan Health Management Research Center. 1998



***Aanbeveling van de
Surgeon General:***

Om het risico op coronaire hartziekten te verminderen is het aangeraden dat men in totaal minstens 30' matige fysieke activiteit uitoefent op de meeste dagen van de week.

Absenteïsme en arbeidsongeschiktheid

Uit een studie van American Sport Data, Inc., bleek dat, gemiddeld, frequente sporters slechts 2,11 dagen per jaar afwezig zijn van het werk, vergeleken met 3,06 dagen voor inactieve personen.

De voordelen van regelmatige fysieke activiteit:

- Vermindert risico op vroegtijdige dood
- Vermindert risico op hart -en vaatziekten
- Vermindert risico op ontwikkeling diabetes
- Vermindert risico op ontwikkeling dikke darm kanker
- Helpt bij het controleren van de bloeddruk
- Vermindert gevoel van depressie en angst
- Helpt bij de ontwikkeling en onderhoud van gezonde beenderen, spieren en gewrichten
- Stress-reductie
- Gewichtscontrole (vermijden van overgewicht)
- Stimuleert positief zelfbeeld
- Bevordert het psychisch welzijn
- Stimuleert het creatief denken
- Meer energie
- Stimuleert een algemene gezonde levensstijl zoals stoppen met roken en gezonde voeding
- Helpt ouderen om sterker te worden en beter te bewegen zonder risico op vallen

Volgens de studie van het onderzoeksbureau van Securex naar ziekteverzuim in België stagneert het algemene ziekteverzuimpercentage van Belgische werknemers in 2008 (5,30 % t.o.v. 5,23 % in 2007). Belgische werknemers waren in 2008 gemiddeld even lang ziek als in 2007. Wel neemt de frequentie van het ziekteverzuim toe sinds 2004. Gemiddeld was een Belgische werknemer in 2008 1,13 keer afwezig wegens ziekte, hetzij een significante stijging van 3,67 % in vergelijking met 2007.

Kortom, de Belgische werknemers waren in 2008 niet langer maar vaker afwezig wegens ziekte.

Het aantal frequente verzuimers nam in 2008 eveneens toe. In 2008 was 11,97 % van de werknemers 3 keer of meer afwezig wegens ziekte, dit is een stijging van 9,6 % in vergelijking met 2007. Deze verhoging duidt op een toename van de verzuimcultuur bij werknemers.

Ook de kost van het ziekteverzuim is in 2008 opnieuw gestegen en bedraagt 10,54 miljard euro.

Presenteïsme is een minder bekend verschijnsel maar het productiviteitsverlies is 7,5 keer zo groot als het verlies dat voortvloeit uit het absentieïsme. Het houdt in dat werknemers wel fysiek aanwezig zijn, maar door diverse oorzaken (ziekte, allergie, depressie, ...) niet optimaal presteren.

De werknemer is aanwezig en daarmee is bijna alles gezegd.

Uit een analyse van de bedrijfskosten in de late jaren 80- begin 90, kwamen in 1994 volgende cijfers ten gevolge van obesitas naar voor:

- 39,3 miljoen dagen werkverzuim
- 62,7 miljoen doktersbezoeken
- 239 miljoen beperkte activiteit per dag

Thompson D, Edelsberg J, Kinsey KL, Oster G. Estimated economic costs of obesity to US businesses. American Journal of Health Promotion. 1988

Obesitas slokt 2 - 6 % van de ziekenzorg op in de ontwikkelde landen. Sommige schattingen geven 7 % aan. De werkelijke kost is ongetwijfeld veel hoger omdat niet alle obesitas - gerelateerde aandoeningen in de berekening worden opgenomen. (WHO, 2003)

T.a.v. de algemene bevolking spenderen obesen 36 % meer aan gezondheidskosten en 77 % meer aan medicatie.

In de staat Michigan, resulteert fysieke inactiviteit in 20 dagen afwezigheid op het werk wat de staat jaarlijks 6,3 biljoen € kost.

Chenoweth D, DeJong G, Sheppard L, Lieber M. Executive Summary: The Economic Cost of Physical Inactivity in Michigan. 2003

Uit een studie die de frequentie van de wekelijkse aërobe training en het ziekteverzuim bij 79.070 volwassenen onderzocht, bleek er een significant verband te bestaan tussen beide.

Absenteïsme komt minder voor bij diegene die 1 maal per week trainen t.o.v. diegene die inactief bleven en bij diegene die 2 maal per week trainen t.o.v. diegene die 1 maal per week trainen.

Jacobson BH, Aldana SG. Relationship between frequency of aerobic activity and illness-related absenteeism in a large employee sample. Journal of Occupational & Environmental Medicine. 2001



Werkgevers die actie willen ondernemen om absenteïsme onder controle te krijgen moeten beseffen dat gezondheidsrisico's en het feit dat werknemers er niet in slagen om deel te nemen aan fitness - en gezondheidsprogramma's geassocieerd worden met hoger absenteïsme.

Aldana SG, Pronk NP. Health promotion programs, modifiable risks, and employee absenteeism. Journal of Occupational & Environmental Medicine. 2001

Studies aan The Progressive Corporation wijzen op een sterke associatie tussen deelname aan hun on-site fitness center en algemene gezondheid resulteert in lagere gezondheidskosten en verminderd absenteïsme.

Worksite Wellness: 20-year Cost Benefit Analysis and Report: 1979 - 1998. University of Michigan Health Management Research Center. 1998

Een recente studie toonde aan dat personen met een hoger body mass index (BMI) meer kans hebben op andere gezondheidsrisico's en frequenter ziekteverzuim.

Burton WN, Chen CY, Schultz AB, Edington DW. The economic costs associated with body mass index in a workplace. Journal of Occupational and Environmental Medicine, September 1998.

Aanbeveling van de Surgeon General

Alle volwassenen moeten minimum 2 maal per week spierversterkende oefeningen uitvoeren om de spier - en botstatus te verbeteren, om hun onafhankelijkheid te bewaren tijdens de dagdagelijkse activiteiten en om het risico op vallen te verminderen.

Hoewel er heel wat aanbevelingen bestaan in verband met lichaamsbeweging, is de boodschap steeds dezelfde. Ieder individu zou op zijn minst 30 minuten per dag aan lichaamsbeweging moeten doen. (Bron: gezondheidsenquête, België, 2004)

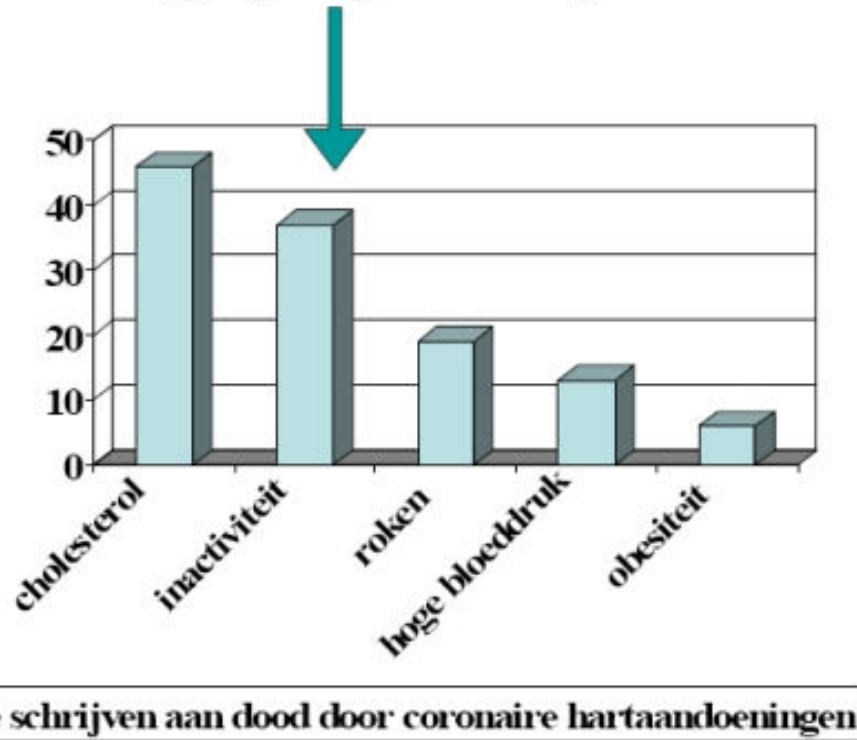
	1997	2001	2004
Percentage van de bevolking van 15 jaar en ouder dat aangeeft ...			
- niet aan lichaamsbeweging doet tijdens de vrije tijd	33 %	34 %	25 %
- minstens 30 minuten per dag aan lichaamsbeweging doet	-	38 %	34 %
- voldoende aan lichaamsbeweging doet om er een gunstig effect van te hebben op de gezondheid	-	44%	43%

Hierbij kunnen we nog vermelden dat het percentage van de bevolking die 30 minuten lichaamsbeweging doet per dag, hoger bij mannen is dan bij vrouwen, en dit vooral bij jongeren tussen 15 en 24 jaar. In het Vlaams Gewest (40%) vinden we het grootst aantal personen dat minstens 30 minuten per dag aan lichaamsbeweging doet. In het Waals Gewest (30%) is dit minder en in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest (22 %) het laagst.

Het is dan ook wel duidelijk dat meer dan de helft van de bevolking onvoldoende aan lichaamsbeweging doet.

Onvoldoende bewegen blijkt een belangrijke bedreiging voor de volksgezondheid.

Inactiviteit = risico op vroegtijdig overlijden



Productiviteits- en moraalverhoging

Hoewel lagere gezondheidskosten niet eenvoudig te meten zijn, kan de productiviteit een belangrijke impact hebben op een organisatie en haar rentabiliteit.

Bedrijfsfitness heeft als doel de moraal in het algemeen te verbeteren, aangezien de werknemers zich beter voelen zowel op als naast de werkvloer. Het leidt tot een energieke, positieve en productieve werkplaats wat het bedrijf versterkt en helpt in de weg naar succes.

Gezonde werknemers werken beter en bieden dan weer voordelen voor het bedrijf/organisatie.

De voordelen van bedrijfsfitness voor de werkgevers zijn een verminderd ziekteverzuim, verhoogde productiviteit en een betere arbeidsmoraal.

Worksite Wellness: 20-year Cost Benefit Analysis and Report: 1979 - 1998. University of Michigan Health Management Research Center. 1998

Bedrijfsfitness biedt heel wat voordelen op vlak van gezondheid: daling van het vetpercentage, verhoging van de aërobe capaciteit, versterking van de spieren, verbeterde flexibiliteit, verbeterde gemoedstoestand en minder medische schadeclaims, met bijhorende dalingen in ziekteverzuim en verhoging van de productiviteit.

Shephard, R.J. Do Work-Site Exercise and Health Programs Work? The Physician and Sportsmedicine. February 1999

In een studie aan de Montana State University Employee Wellness Program, blijkt dat werknemers die regelmatig trainen, hoger scoren op vlak van arbeidstevredenheid (dan zij die niet regelmatig bewegen).

Peterson M, Dunnagan T. Analysis of a worksite health promotion program's impact on job satisfaction. Journal of Occupational and Environmental Medicine. November 1998

De studie 'Project Active' (01/08/1993 - 31/07/1997) is een studie gebaseerd op gedragsstoornissen met de focus op lichaamsbeweging.

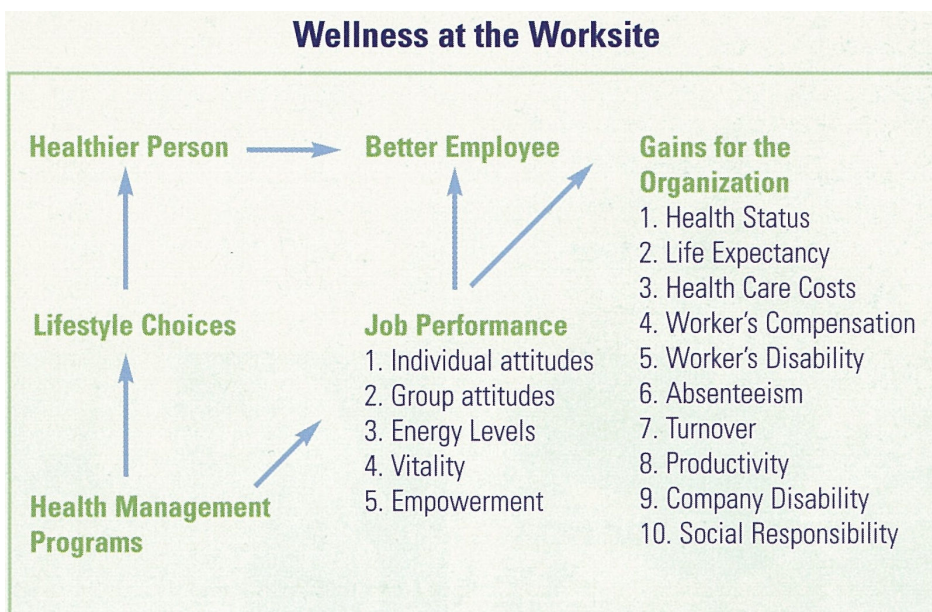
Na 24 maanden werden er gunstige veranderingen in fysieke activiteit, lichaamssamenstelling, bloeddruk en cardiovasculaire fitness vastgesteld.

Dunn AL, Marcus BH, Kampert JB, Garcia ME, Kohl HW 3rd, Blair SN Comparison of lifestyle and structured interventions to increase physical activity and cardiorespiratory fitness: a randomized trial. Journal of American Medicine. January 1999

Gezonde bedrijven voldoen aan de dringende vraag naar nieuwe producten en diensten door het bevorderen van creativiteit en samenwerken.

Ze worden bekwaamer in het onderhouden van klantenrelaties omdat werknemers meer ervaring hebben verkregen in communicatie, vertrouwelijke steun en empathie t.o.v. klanten. Omdat mensen meer voor een bepaalde bedrijfscultuur kiezen in plaats van de afgeleverde producten, zijn de gezonde bedrijven de meest aantrekkelijke arbeidsplaatsen voor 'the best and the brightest'.

Moskowitz DB. The bucks behind the wellness boom. Business & Health. February 1999 11.



Bron: 1981, 1995 D.W. Edington Univ. Of Michigan, Health Management Research Center

Zowel British Columbia Hydro Plant als Toronto Life Assurance Company, haalden betere cijfers dankzij hun gezondheidsbevorderende programma's.

Downey, Angela M. Fit to Work. Business Quarterly. Winter 1996

Een groep werkgevers van Ford Motor, Honeywell, General Mills, PepsiCo, Fidelity Investments, and Morgan Stanley kondigen een campagne aan om hun werknemers met overgewicht aan te moedigen te vermageren en hun gezondheid te verbeteren.

Freudenheim, Milt. Major US Employers Unite to Fight Obesity, Citing \$12 Billion - A - Year Cost. New York Times. June 2003

Meer dan 2/3 van alle volwassenen (68%) zouden het hypothetische voorstel steunen dat fiscale voordelen toekent aan werkgevers die fitnessabonnementen aanbiedt als een werknemersvoordeel.

American Sports Data, Inc. A study of American Attitudes Toward Physical Fitness and Health Clubs. 2002



Positief investeringsrendement / Return-On-Investment (ROI)

Geen enkele investeerder zal het gezegde ontkennen dat men eerst geld moet uitgeven alvorens geld te verdienen. Vanaf de belangrijkste investeringen gemaakt zijn, zal bedrijfsfitness zichzelf terugbetalen op voorwaarde dat dit goed gepromoot en onderhouden wordt, en uiteindelijk concrete besparingen voor het bedrijf realiseren.

Met als doel het absentieïsme te verminderen, werkte General Mills een lifestyle programma uit. Dit programma vereiste van de werknemers om om de 3 maanden een van de drie aangeboden lifestyle-activiteiten te volbrengen.

De evaluatie concludeerde dat General Mills in het tweede jaar al 166,528 € per werknemer had bespaard in werkverzuim gerelateerde kosten met een ROI (return - on - investment) van 3.1 to 1. In het derde jaar zag men zelfs een hogere ROI van 3.9 op 1.

Goetzel RZ, Juday TR, Ozminkowski RJ. What 's the ROI? A systematic review of return-on-investment studies of corporate healt and productivity management initiatives. AWHP's Worksite Health. 1999

In 1996, startte Pacific Bell met de promotie van 'FitWorks' Program, ontwikkeld om risico's in te schatten en te beperken. Het programma bevat informatie, een screening en een bewegingsplan. Na 4 jaar bespaarde Pacific Bell 105,78 € per werknemer per jaar en leverde dit een ROI op van 1.38 op 1.

Goetzel RZ, Juday TR, Ozminkowski RJ. What 's the ROI? A systematic review of return-on-investment studies of corporate healt and productivity management initiatives. AWHP's Worksite Health. 1999

Bij de Pfizer's vestiging te New York, maakte 41 % van de werknemers gebruik van het fitnesscentrum binnen het bedrijf en bestaat er een wachtlijst van 250 personen. In 1998 is de ROI voor alle Pfizer's bedrijfsfitnesscentra's 4.29 op 1.

US Departement of Health and Human Services. Prevention Makes Common Cents. September 2003

Motorola investeert jaarlijks 4,4 miljoen € in allerlei Wellness initiatieven om de gezondheid van zijn werknemers, familieleden en gepensioneerden op lange termijn te bevorderen. Voor elke 0,5 € dat Motorola investeert, bespaart het bedrijf ongeveer 2,5 €.

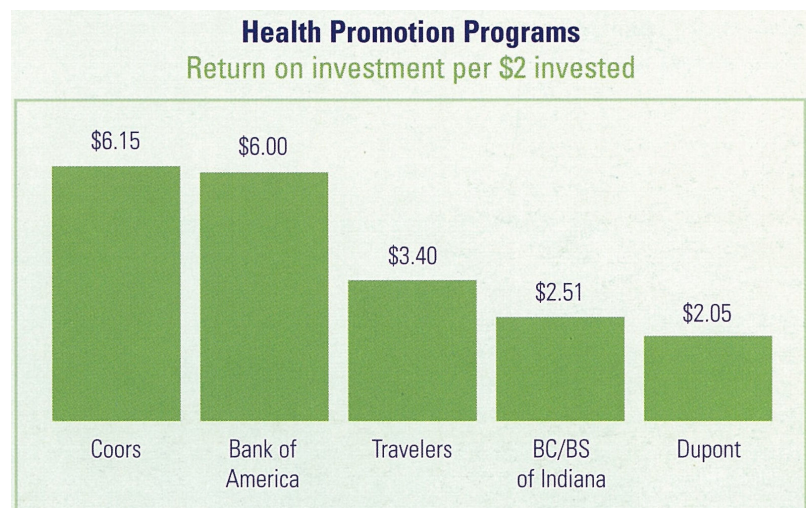
US Departement of Health and Human Services. Prevention Makes Common Cents. September 2003

Een analyse van het 'Fitworks Health Program' in het Pacific Bell bedrijf, toonde aan dat elke euro over de jaren heen een besparing opleverde van 1,61 € naar 2,2 € wat resulteert in een jaarlijkse besparing van meer dan 3,68 miljoen € .

Moskowitz DB. The bucks behind the wellness boom. Business & Health. February 1999

Deelnemers van bedrijfsfitness in Steelcase, Inc., hadden 55% minder medisch kosten dan werknemers die niet deelnamen.

Barrier, Michael. How Exercise Can Pay Off. Nation's Business. February 1997



Bron: Pelletier K.R. Adapted from a review and analysis of the health and cost-effective outcome studies of comprehensive health promotion and disease prevention programs at the worksite; 1991-1993 update. Am F Health Promot. 1993; 8(1): 50-62

De algemene gezondheidskosten daalden ongeveer met 10 % over een periode van 5 jaar bij Pti-
ney Bowes sinds zij in 1994 startte met het aanbieden van wellness programma's.

Silverman, Edward R. Fit To Be Tried. Human Resource Executive. May 4, 1999



Verminderde gezondheidskosten en medische vordering

Het meest voor de hand liggende voordeel van bedrijfsfitness is een vermindering van de totale kosten van gezondheidszorg door een daling van het aantal medische vorderingen binnen het bedrijf.

De Amerikaanse Surgeon General meldt dat 75% van alle ziekten kan worden toegeschreven aan levensstijl gerelateerde oorzaken, en dat 53% van de bevolking inactief is. Hoe meer een bedrijf kan helpen voorkomen dat zijn werknemers ziek worden, hoe meer hij jaarlijks zijn eigen gezondheidskosten kan beheeren.

De meest voorkomende aandoeningen worden voorgesteld in de volgende tabel gebaseerd op gezondheidsenquête, België 2004

<i>Percentage van de bevolking met specifieke (zelfgerapporteerde) chronische ziekten in de afgelopen 12 maanden - Top 5 van de meest voorkomende aandoeningen, Gezondheidsenquête, België, 2004</i>	
<i>Mannen (alle leeftijden)</i>	<i>Vrouwen (alle leeftijden)</i>
<i>allergie 12 %</i>	<i>allergie 15 %</i>
<i>hoge bloeddruk 11 %</i>	<i>hoge bloeddruk 14 %</i>
<i>ernstige rugaandoeningen 10 %</i>	<i>gewrichtsslijtage 13 %</i>
<i>gewrichtsslijtage 8 %</i>	<i>migraine 11 %</i>
<i>chronische bronchitis of ander 5 % chronisch longlijden</i>	<i>ernstige rugaandoeningen 11 %</i>

In de gezondheidsenquête werd ook nagegaan welke aanbevelingen de arts gaf aan personen met een hoge bloeddruk of een te hoog cholesterolgehalte in hun bloed.

- Voor hoge bloeddruk is dit in de eerste plaats de inname van geneesmiddelen (79 %); andere maatregelen zoals verminderen van zoutgebruik, gewicht verliezen, meer aan lichaamsbeweging doen, worden veel minder aanbevolen (20 tot 30 %).*
- Voor een teveel aan cholesterol in het bloed wordt in de eerste plaats een dieetplan opge maakt (62 %) maar ook het gebruik van geneesmiddelen (49 %) is een regelmatige aanbeveling; andere maatregelen zoals meer aan lichaamsbeweging doen worden minder aanbevolen (25 %).*

Als gevolg kunnen we stellen dat de uitgaven voor gezondheid blijven stijgen. De meeste gezondheidskosten zijn aangewend voor ziektes die preventief vermeden kunnen worden door voldoende lichaamsbeweging.

Volgens het Nationaal instituut der statistieken uitgaven en inkomsten (huishoudbudgetonderzoek 2006) heeft een Belg een gemiddelde uitgave van 658,42 € per persoon en per jaar aan gezondheid (farmaceutische producten 193,74 €, therapeutische materialen en apparaten 76,53 €, erelonen aan artsen en paramedici 317,41 € en ziekenhuizen 70,74 €).

Deze uitgave is in vergelijking met 1987 - '88 bijna verdubbeld.

Psychotrope medicatie is in de laatste decennia geëvolueerd tot een van de meest voorgeschreven en meest geconsumeerde geneeskundige behandeling in onze Westerse maatschappij.

In een onderzoek werden 5689 volwassenen gevolgd over een periode van 18 maanden om te bepalen of er een relatie bestaat tussen gewijzigde risicofactoren, zoals beweging en gezondheidskosten.

Onderzoekers vonden bij de deelnemers welke nog nooit gerookt hadden met een BMI van 25 en 3 maal per week aan lichaamsbeweging deden, de jaarlijkse gezondheidskosten 49 % lager lag dan bij de inactieve rokers met een BMI hoger dan 27,5.

Pronk NP, Goodman MJ, O'Connor PJ, Martinson BC. Relationship between modifiable health risks and short-term health care charges. JAMA. December 15, 1999.

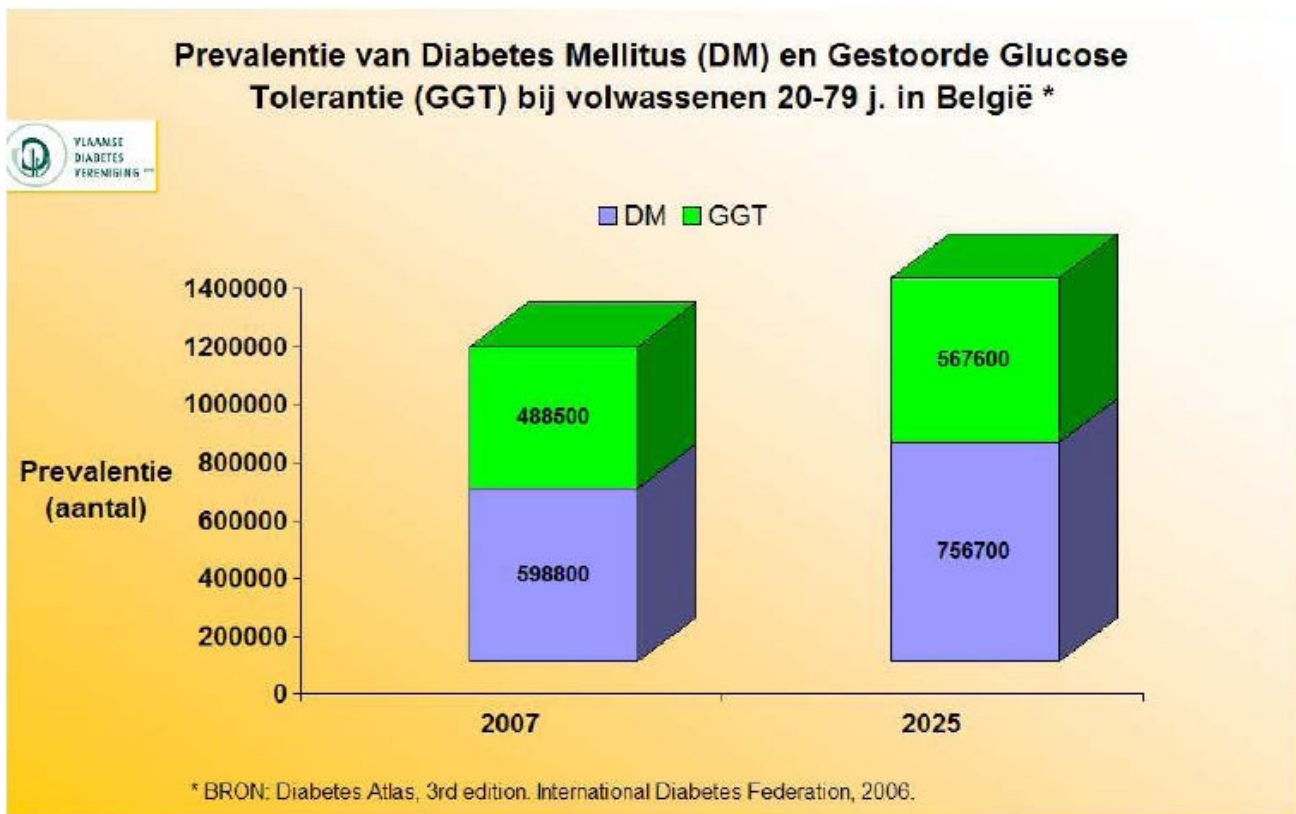
Onderzoeken aan de Brigham Young University hebben vastgesteld dat fitness wordt geassocieerd met verminderde gezondheidskosten.

Aldana SG. Financial impact of health promotion programs: a comprehensive review of the literature. American Journal of Health Promotion. 2001

Bevindingen uit een studie van 'gezondheidskosten bij diabetici' blijkt dat deze kosten met succes kunnen verminderd worden door beweging in combinatie met aangepast dieet.

Guo JJ, Gibson JT, Gropper DM, Oswald SL, Barker KN. Empiric investigation on direct costs of illness and health care utilization of Medicaid patients with diabetes mellitus. American Journal of Managing Care. October 1998

In de wereld zijn er 246 miljoen diabetespatiënten (type I en II). In België spreekt men van 7,9 % diabetespatiënten van de totale volwassen bevolking .



Elk jaar stijgt het aantal diabetes-patiënten nl. + 2070 type I en + 23.500 type II. In 2025 zou 10 % van de Belgische bevolking aan diabetes lijden.

Een vier jaar durende impactstudie van de Johnson & Johnson Health & Wellness Program, met de nadruk op gezondheidsbevordering en ziektepreventie, stelde een vermindering van medische uitgaven vast van ongeveer 165 € per werknemer per jaar. De studie vond ook dat de meest ingrijpende kostenbesparing werd gezien drie en vier jaren na de implementatie van dit programma.

Goetzel RZ, Ozminkowski RJ, Bruno JA, Rutter KR, Isaac F, Wang S. The longterm impact of Johnson & Johnson's Health & Wellness Program on employee health risks. Journal of Occupational and Environmental Medicine. 2002

Door zijn bedrijfsfitness, voedingsinformatie en computeropvolging van het gebruik, was Tenneco in staat om 391 € per werknemer per jaar te besparen dankzij een daling van werkverzuim en gezondheidskosten.

Goetzel RZ, Juday TR, Ozminkowski RJ. What's the ROI? A systematic review of return-on-investment studies of corporate health and productivity management initiatives. AWHP's Worksite Health. 1999

Indien slechts één van de 20 inactieve volwassenen van The State of Michigan fysiek actief zou worden en blijven, dan zou de staat ongeveer 422 miljoen € besparen voor de volgende vier jaar.

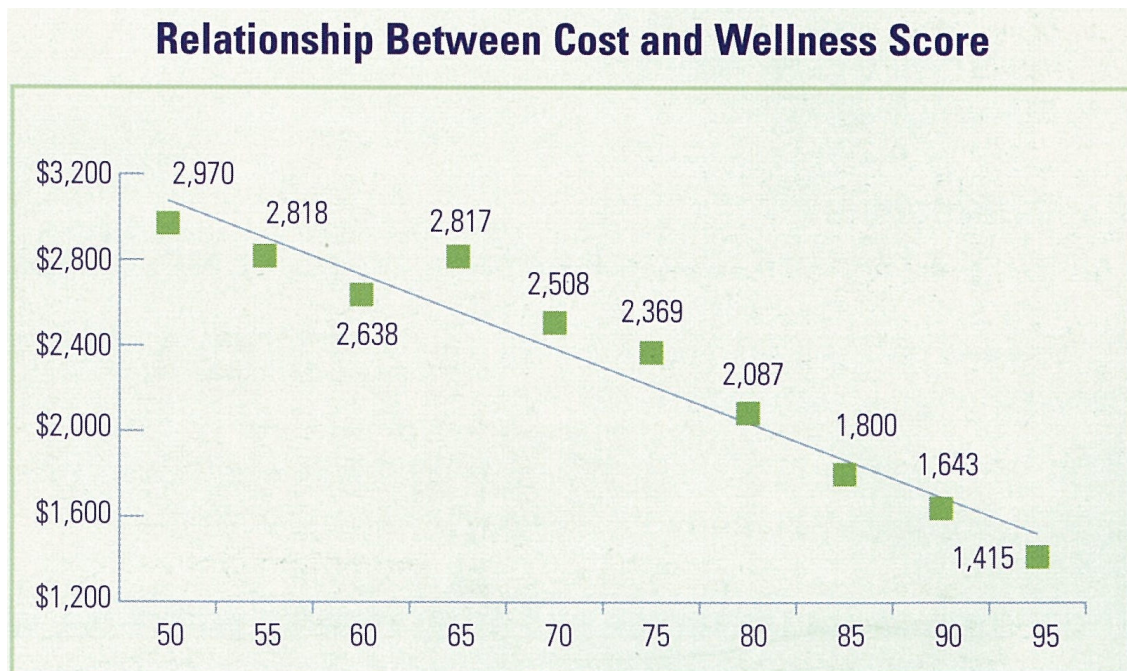
Chenoweth D, Dejong G, Sheppard L, Lieber M. Executive Summary: The Economic Cost of Physical Inactivity in Michigan. 2003

Een overzicht van Canada & North American Life stelde vast dat programma's om fitness en lifestylegewoontes aan te passen, inclusief een office gym, informatie over lifestyle, een nieuwsbrief, periodieke lezingen, ... 42 € per geworven deelnemer per jaar bespaarde.

Goetzel RZ, Juday TR, Ozminkowski RJ. What's the ROI? A systematic review of return-on-investment studies of corporate health and productivity management initiatives. AWHP's Worksite Health. 1999

Bevindingen aan de University of Michigan Health Management Research Center tonen het verband aan tussen een stijgend wellnessniveau (gezondheidsrisico-gerelateerd) en een dalende gezondheidskost. (zie onderstaande grafiek)

Worksite Wellness: 20 - year Cost Benefit Analysis and Report: 1979 - 1998. University of Michigan Health Management Research Center. 1998





FITNESS.BE

WELLNESS & HEALTH

De FitnessOrganisatie vzw
Belgische Beroepsvereniging
voor de Fitness–en Wellnessindustrie vzw
Groenstraat 240
9041 OOSTAKKER
Tel: 09 232 50 36
Fax: 09 232 50 37
Email: info@fitness.be