

COLUMN

VANAF NU, EEN NIEUWE **FOCUS OP LEEFSTIJL!**

Wat is de erfenis van de COVID-19 periode, wat hebben we ervan geleerd? Ik denk dat iedereen het erover eens is dat er nog nooit zoveel over leefstijl en gezondheid is gesproken en geschreven als in de afgelopen anderhalf jaar. Denk aan Ronald Wouters, directeur van NL Actief, Arie Boomsma en de zeven bekende sporters die de regering in mei 2020 in een landelijke advertentie opriepen om werk te maken van een vitale samenleving, een oproep die werd gesteund door elf sportbonden en het NOC*NSF.

Ook sportbestuurder Joop Alberda en professor neuropsychologie Erik Scherder kwamen met de boodschap dat de samenleving ervan doordrongen moet zijn dat bewegen het nieuwe normaal moet zijn. Hiervoor stuurden ze een manifest naar het kabinet, wat o.a. een rijksoverheid nationale multimedia leefstijl campagne tot gevolg had: www.fitopjouwmanner.nl. Het geluid voor een gezonde leefstijl als preventie en voor gezondheidsbevordering kwam echter niet alleen vanuit de sport- en beweeghoek.

De roep om meer aandacht voor leefstijl kwam verrassend genoeg ook sterk uit de zorgsector. Liesbeth van Rossum, internist-endocrinoloog aan het Erasmus MC, vertelde in mei 2020 dat 70 tot 80 procent van de coronapatiënten die op de IC belanden, overgewicht heeft. "En dat is een belangrijke veroorzaker van veel van die

leefstijlziekten. Daarnaast heeft ook de aanwezigheid van vet een negatief effect op het immuunsysteem."

Samen met 1600 zorgprofessionals riep ze het kabinet op om werk te maken van gezonde leefstijl. "Geef preventie een prominentere plek in het zorgstelsel", was de oproep van CFRO Dirk Jan Sloots in het actualiteitenprogramma Eén Vandaag. "Ons stelsel is nu te veel gericht op behandelen, en niet op het voorkomen van ziekte. Dat moet écht anders", zei Sloots.

Een groep van 63 artsen, wetenschappers en zorgbestuurders deden op 12 november 2020 met een 'urgent verzoek tot leefstijlcampagne tijdens COVID-19 pandemie' een oproep aan VWS-bevindspersonen De Jonge, Van Ark en Blokhuis.

De ontwikkelingen in het afgelopen anderhalf jaar kunnen er zomaar toe leiden dat er vanaf nu een nieuwe, krachtige focus komt op het inzetten van leefstijl op gebied van gezondheidsbevordering en preventie. Niet alleen binnen de sport- en fitnesssector, maar ook binnen de zorgsector en de politiek. Een hoogst noodzakelijke ontwikkeling als je het mij vraagt, maar gezien de ontwikkeling van o.a. chronische aandoeningen, overgewicht, obesitas en diabetes en de verwachte groei hierin de komende twintig jaar denk ik dat iedereen dit noodzakelijk acht.



” DE ONTWIKKELINGEN IN HET AFGELOPEN ANDERHALF JAAR KUNNEN ER ZOMAAR TOE LEIDEN DAT ER VANAF NU EEN NIEUWE, KRACHTIGE FOCUS KOMT OP HET INZETTEN VAN LEEFSTIJL OP GEBIED VAN GEZONDHEIDSBEVORDERING EN PREVENTIE “

Onze uitdaging als fitnesssector is onze positie hierin te bepalen en te versterken. Ik denk dat wij hierin een belangrijke schakel zijn. Hoe gaan wij, naast het aanbieden van sport en fitness en in aanvulling op de thema's van preventiecentra (diabetes, NAH, overgewicht/obesitas en reuma), invulling geven aan leefstijl voor gezondheidsbevordering?

Ik ben een leergierig en nieuwsgierig persoon, dus ben benieuwd naar jouw visie en/of ideeën op dit vlak. Wellicht leuk om die met elkaar te delen, mail me gerust op j.vanheel@efaa.nl.

John van Heel
EFAA en Leefstijlclub