



TIJD VOOR EEN MINISTER VAN LEEFSTIJL

Vanaf het begin van de coronacrisis was duidelijk dat het risico bij mensen met een gezonde leefstijl veel lager was. Over zin en onzin van maatregelen en versoepelingen bestaat veel discussie, maar over het belang van leefstijlinterventies wordt niet gedebatteerd. Iedereen is het er over eens, maar men doet er niks mee. Wanneer ze niet werden genegeerd moeten de professionals binnen dit domein het stellen met sympathie in plaats van steun. Vermoedelijk omdat er rond de onderhandelingstafels ook niemand voor hen opkomt.

Niemand kent de materie ten gronde en populisme wint het van gezondheid gericht realisme. Hoog tijd dat we een minister krijgen die samen met zijn kabinet deze belangen kent en verdedigt. Hij of zij zal op zijn minst de steun krijgen van één miljoen fitness-beoefenaars.

Wanneer we alle Belgische ministers en staats-secretarissen samen in één lijnbus willen steken zullen ze héél ongemakkelijk zitten. Vragen om een extra minister lijkt dus wel extra koren op de kafaiaanse molen. Volksgezondheid be-

hoort rechtstreeks of niet rechtstreeks tot het domein van negen ministers binnen de verschillende regeringen. De noodzaak aan een minister van leefstijl dringt zich echter op omdat de promotie van leefstijlaanpassingen bij al deze kabinetten niet prioritair wordt behandeld.

Gezondheidszorg is en blijft een beetje ziek

Voor onze grootouders was het simpel. Werken betekende sowieso bewegen. Ook 'ont'spanning' zorgde voor 'in'spanning'. De wereld kwam nog niet digitaal richting uw inactieve asociale zetel. Amusement en recreatie ging je zoeken bij

vrienden en familie. Werd men ziek, dan ging men naar de dokter. Die schreef indien nodig een pilletje voor of een kleine ingreep zorgde voor soelaas. De grootste problemen werden veroorzaakt door infectieziekten en ongevallen. Onze huidige model van gezondheidszorg is rond deze problematiek opgebouwd.

Mutualiteiten proberen zich wel via naamsverandering en verplicht investeren in preventie anders te profileren, maar in essentie verandert er niet veel. Onze gezondheidszorg is in hoofdzaak gericht op ziekte niet op gezondheid. Op genezen en niet op preventie. De maatschappelijke ontwikkelingen duwen ons steeds meer in de inactiviteit en daaraan gerelateerde aandoeningen zorgen voor talrijke chronische ziektes. Deze resulteren niet enkel in hoogoplopende kosten voor de gezondheidszorg, maar blijken lucratief voor het hele zorgsysteem: ziek zijn loont.

Corona heeft dit nog meer in de verf gezet. De huidige pandemie is vooral een miljarden business voor de farmaceutische sector. Nochtans blijkt gezonde leefstijl toch wel het beter vaccin te zijn. In ieder geval het meest duurzame. Waar men aanvankelijk hoopte dat vaccins ook zouden beschermen tegen besmettingen blijken ze nu enkel bescherming te bieden tegen symptomatische infecties. En dan nog beperkt in de

tijd. Ook viroloog Steven Van Gucht bevestigde dit. Hij stelde zelfs dat men nooit had verwacht dat vaccins besmettingen zouden tegenhouden.

Van bij het begin van de crisis was het duidelijk dat bij mensen met een gezonde leefstijl coronabesmettingen minder ernstig waren. Infecties bleven bij hen dikwijls onopgemerkt, dus asymptomatisch. Aangezien de experts nu zeggen dat niet besmettingen tegen gaan, maar symptomatische besmettingen 'het' hoofddoel is van de vaccins kunnen we alleen maar concluderen dat leefstijlaanpassingen het meest effectief en duurzaam zijn.

Investeren in leefstijlveranderingen zal vermoedelijk veel minder kosten dan de miljarden investering in vaccinatie. We willen ons zeker niet profileren als anti-vaxxer en de vaccinatiestrategie in vraag stellen. Voor velen zorgt dit voor een snelle en makkelijke 'tijdelijke' oplossing. We gaan wel kritisch blijven over de noodzaak van vaccinatie bij jongeren en fitte mensen, waar symptomatische besmettingen sowieso veel minder zijn. Wat we vooral willen benadrukken is het gebrek aan aandacht en investering in preventie via de promotie van gezonde leefstijl. Niet alleen in de strijd tegen corona.

John van Heel benadrukte he in zijn open brief aan de Nederlandse minister van volksgezondheid, welzijn en sport. Covid-19 wordt het meest bevochten maar we kennen nog drie andere pandemieën. Niet overdraagbaar, maar wel veel erger qua ziektebelasting. Veel dodelijker dan Covid-19 zijn de voorspelbare sluipmoordenaars overge-

wicht/obesitas, diabetes en inactiviteit. De WHO bevestigt dit en deze drie pandemieën zorgden als onderliggende aandoeningen voor de grootste problemen en oversterfte in de ziekenhuizen tijdens corona.

We hebben meer dan ooit nood aan interventies gezonde leefstijl met een visie op lange termijn. Om deze strijd effectief en met een open vizier aan te gaan hebben we een kabinet en een minister nodig die daarop de focus legt en de abstractie kan maken van de bestaande beleidsdoelstellingen welzijn, volksgezondheid en ook sport.

Van sport los

Fitness was tijdens corona, voor de validatie van protocollen, maatregelen en versoepelingen afhankelijk van het kabinet sport en de sportadministratie. We begrijpen dat men op zoek ging naar vereenvoudiging door clusterforming, maar de praktijk heeft getoond dat men daar niet in is geslaagd. Niet alleen was de logica binnen het kluwen van maatregelen en versoepelingen dikwijls zoek. Fitness professionals, welke van de begeleiding en promotie van gezonde leefstijl hun core business hebben gemaakt, bleven jammerlijk in de kou staan. Integendeel ze werden ten onrechte dikwijls genegeerd en zelfs strenger beoordeeld dan de georganiseerde sport. Iemand hiervoor als schuldige aanwijzen heeft geen zin en zou niet correct zijn. Fitness is binnen de georganiseerde sport steeds met veel argwaan bekeken. Decretaal heeft het daar geen plaats meer en misschien wel terecht. Bij fitnessbeoefenaars staat behoud en verbetering van de gezond-

heid centraal. Men neemt zelf de verantwoordelijkheid voor zijn of haar functioneren en wordt hiervoor begeleid door professionals. Niettegenstaande de sportsector ook steeds meer het belang van breedtesport benadrukt en het belang van regelmatig bewegen voorop stelt blijft in de georganiseerde sport prestatie, competitie en topsport de drijvende factor. Beter dan een onmogelijke strijd te blijven voeren zullen we meer bereiken door fitness los van sport te zien. Onderbrengen bij een minister van leefstijl i.p.v. sport.

Wanneer één miljoen Belgische fitnessbeoefenaars gezamenlijk, onder impuls van al onze professionals, hun stem laten horen, kan dit tegen de volgende verkiezingen misschien een item worden. Onze burgers en onze sector kunnen er alleen beter van worden. Iemand binnen de regering die voor gezonde leefstijl opkomt, er budgetten voor vrijmaakt en promotie maakt. Een beweging opzetten welke mensen letterlijk in beweging krijgt en houdt.

Hou je fit!



ERIC VANDENABEELE

Fitness.be - eric@fitness.be

FITNESS.BE
WELLNESS & HEALTH

