



PREVENTIE EN GEZONDHEIDS- BEVORDERING – HET GROTE HIAAT IN HET COALITIEAKKOORD!

‘Gezondheid is voor iedereen van groot belang’, zo start het hoofdstuk ‘Gezondheid’ in het coalitieakkoord 2021-2025 van de VVD, D66, CDA en ChristenUnie. En dan: ‘Dat realiseren wij ons des te meer door de corona crisis’. Vervolgens start een verklaring dat gezondheid ‘passende en betaalbare zorg’ is. Het lijkt erop alsof bij de VVD, D66, CDA en ChristenUnie niemand de ernst van de huidige gezondheid situatie inziet, onbewust onbekwaam.

kunnen doen om ziektes te voorkomen, kijk alleen al naar de beweeg- en voedingsrichtlijnen van de Gezondheidsraad.

Ja, er is een alinea ‘Preventie, sport en bewegen’. De inhoud bestaat uit zes bullet points. De eerste bullet point is een verklaring dat ‘Het preventieakkoord wordt doorgezet’, waarin als doelstelling is omschreven om overgewicht terug te brengen van 52 procent naar 38 procent in 2040, waarvoor als middel uitsluitend een curatief programma wordt ingezet, de Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI), waaraan alleen mensen met obesitas of mensen met overgewicht en co-morbiditeit aan deel mogen nemen.

Dat is geen preventie, daarmee krijg je overgewicht niet naar beneden, daarmee blijft overge-

Weten ze niks van de wereldwijde overgewicht en obesitas epidemie? Steken ze hun kop in het zand voor de diabetes epidemie? Weet men niet van de inactiviteitspandemie die is uitgeroepen door de WHO? Is er niemand binnen deze partijen die weet heeft van de doorberekeningen van het RIVM op gebied van overgewicht en obesitas in 2040 en wat het voorspelde toekomst-

perspectief voor onze kinderen is? Heeft men ook niet meegekregen dat de meerderheid van mensen op de IC in de afgelopen twee jaar mensen waren met obesitas en dat de zwakke ouderen meer risico lopen?

Het lijkt erop dat deze partijen denken dat gezondheid uitsluitend de zorg is voor zieken. Waar niet over nagedacht wordt, is dat we veel

wicht en obesitas onverminderd toenemen, omdat er niet aan preventie wordt gedaan. Dat heeft het RIVM ook doorgerekend, die hebben al in 2020 gepubliceerd dat de interventie 'preventieakkoord' niet leidt tot een daling van overgewicht en obesitas, maar dat dat gewoon door blijft stijgen naar minimaal 62 procent i.p.v. die beoogde 38 procent in 2040.

Komen deze stukken niet onder de ogen bij de VVD, CDA, D66 en ChristenUnie? Of wordt dit probleem bewust doorgeschoven naar een volgend kabinet en missen we hierin elke vorm van lange termijn visie. Ik heb drie kinderen en als er niet meer ingestoken gaat worden op effectieve preventie, dan weten we nu al dat acht op de tien van hun generatie overgewicht of obesitas zal hebben wanneer ze mijn leeftijd hebben.

Druk neemt toe

We weten vanuit meta onderzoek, vanuit de Gezondheidsraad, vanuit de Europese Unie en vanuit de WHO hoe belangrijk sport, bewegen en spiertraining is. We worden steeds ouder en sarcopenie (het spierverval wat iedereen ondergaat vanaf een leeftijd van 25-30 jaar) gaat in de toekomst dermate gezondheidsproblemen opleveren dat de druk hierdoor op de zorg niet meer te dragen is. Nu al spreekt Rutte over de snel toenemende zorgkosten naar 100 miljard. De voorspelling is dat die voor 2050 nog stijgen naar 200 miljard. Met een toenemende bevolking, explosief toenemend aantal ouderen en een nog steeds toenemend percentage overge-

wicht, obesitas, diabetes (er komen 70.000 diabetespatiënten bij per jaar), met name ernstig en zorgwekkend onder de jeugd, is het toch niet zo moeilijk te bedenken dat we nu alles op alles moeten zetten op effectieve primaire preventie?

Oké, in bullet point 2 wordt benoemd dat men sportverenigingen gaat helpen. Daar vindt inderdaad al jaren een achteruitgang van leden plaats en men krijgt de vrijwilligers nog maar moeilijk geregeld. Een probleem wat inderdaad aandacht vraagt, maar is dit dan nu de enige echte preventieve maatregel om Nederland uit de inactiviteit te helpen en te stimuleren actief en gezond ouder te worden?

Op www.volksgezondheidenzorg.info van VWS valt te lezen:

'Het doel van preventie is te zorgen dat mensen gezond blijven door hun gezondheid te bevorderen en te beschermen. Ook heeft preventie tot doel ziekten en complicaties van ziekten te voorkomen of in een zo vroeg mogelijk stadium op te sporen.'

Wat valt hierin op? 'Zorgen dat mensen gezond blijven' en 'Gezondheid te bevorderen'. Waarom zien we geen enkele actie op dit vlak in het coalitieakkoord? Zo zijn er in Nederland meer dan 3000 sportcentra en meer dan 50.000 medewerkers van sportcentra die zich dagelijks inzetten om mensen te helpen om gezonder te leven. Dat gebeurt niet meer alleen met sport en spiertraining, er is ook ondersteuning om dagelijks ac-

tiever te leven, gezonder te eten, beter met stress om te gaan en nog veel meer.

Er vinden ook Fit4Life programma's plaats, Leefstijlclub biedt in samenwerking met diverse sportcentra, fysiotherapeuten, leefstijlcoaches en personal trainers Healthy Ageing programma's aan. Er zijn experts binnen preventiecentra actief om mensen te begeleiden met NAH, overgewicht en obesitas, diabetes, reuma, oncologie. Elke leeftijdsgroep kan in een specifieke groep onder specifieke aandacht begeleid worden. Een beter voorbeeld van primaire preventie kan je niet bedenken.

Preventie programma's

Het enige wat ik nu kan concluderen is, dat 1. De huidige coalitiepartijen, te weinig inzicht hebben in het drama van ziekteontwikkeling wat zich aan het voltrekken is en wat ervoor zorgt dat onze kinderen voor problemen komen te staan die zij misschien niet meer op kunnen lossen. 2. Er is geen visie op primaire preventie. Oplossingen die aangedragen worden zijn curatieve ingrepen en er wordt geen gebruik gemaakt van inzichten en kennis die worden aangereikt door WHO en de Gezondheidsraad. 3. Er wordt geen gebruikgemaakt van een sector die begaan is met gezondheidsbevordering en preventie: de fitnessbranche.

Mijn idee over preventie: investeer in preventieve gezondheidsprogramma's die uitgedragen worden in de wijk, in het dorp en in de stad, vanuit sport- en preventiecentra. De expertise is er, nu naast de GLI ook een PLI presenteren, een Preventieve Leefstijl Interventie. Er zijn al fantastische initiatieven op dit vlak, ondersteun die en laat sportcentra als uithangbord dienen voor de WHO, de Gezondheidsraad, Kenniscentrum Sport en Bewegen en het Voedingscentrum. Gebruik de kracht en energie van deze unieke leefstijl en preventiebranche en laat ons samen snel gaan bouwen aan een gezondere toekomst, want met het huidige coalitieakkoord ziet dat er somber uit.



JOHN VAN HEEL

EFAA/Leefstijlclub Healthy Ageing, LifeCoach, docent leefstijlcoach opleiding en auteur van de boeken: Bewegen als medicijn, hoe doe je dat? en Voeding als medicijn, hoe doe je dat? Te bestellen op www.hoedoejedat.nu

