

Samenwerking verzekeraars, huisartsen en fitnesscentra nog moeizaam

Bewegen is het medicijn

Fitnesscentra zouden zich veel meer kunnen ontwikkelen als gezondheidsexperts, als een plek waar mensen terecht kunnen voor preventieve bewegingsactiviteiten. Om dit te bewerkstelligen is meer samenwerking nodig tussen gemeenten, zorgverleners, zorgverzekeraars en fitnesscentra. Waarom verloopt dit proces nog zo moeizaam, terwijl alle partijen het nut en de noodzaak erkennen van preventie?

TEKST PIEN KOOME

We leven ongezond en worden steeds zwaarder. Een zorgelijke ontwikkeling die al lang niet meer uitsluitend van toepassing is op Amerikanen, maar de afgelopen jaren ook in ons land steeds meer zichtbaar wordt. Vier op de tien mensen sporten niet of te weinig, wat leidt tot een toename van ziekteverzuim en torenhoge zorgkosten. Recent deed de Rabobank in de thema-update Fitness & Zorg een oproep tot meer preventie en gezond gedrag. Hiervoor is onder andere meer samenwerking nodig tussen huisarts, diëtist, fysiotherapeut, zorgverzekeraar, fitnesscentrum en sportclub, stelt de bank in haar publicatie. Maar zijn alle betrokken partijen wel klaar voor deze systeem- en gedragswijziging? Beleidsmakers, eerstelijnszorg en verzekeraars zien fitnesscentra nog te vaak als commerciële instellingen waar zonder visie wordt getraind door spierbundels in glimmende outfits. Anderzijds zijn fitnessondernemers zelf vaak meer bezig met onderlinge concurrentie dan met een uitgebalanceerd beleid op het gebied van gezondheid en preventie. Wat gebeurt er al op het gebied van samenwerking en wat kan beter? Betrokkenen over de rol van fitness bij het bevorderen van de kwaliteit van

leven en het terugdringen van zorgkosten door preventie.

Geert van der Heijden is als sectormanager Gezondheidszorg bij Rabobank Nederland intensief betrokken bij de discussie over preventie in de zorg. Hij stelt dat zonder een brede aanpak de zorg in ons land op korte termijn onbetaalbaar wordt.

“Om hoogwaardige, toegankelijke en betaalbare zorg in de toekomst veilig te stellen, is een systeem- en gedragsverandering een vereiste. Op dit moment wordt zorg verleend naar aanleiding van ziekte of verzuim, terwijl preventie van ziekte juist uitgangspunt zou moeten zijn. Een gezonde levensstijl is hierbij doorslaggevend. Voorkomen is immers beter dan genezen. Belangrijk knelpunt is dat zorg en fitness nog te veel twee werelden zijn die weliswaar hetzelfde nastreven, maar daarbij vaak volkomen individueel te werk gaan. Preventie heeft alleen effect bij een breed draagvlak. Het is een complex en tijdrovend traject om samenwerking tussen alle betrokken sectoren te initiëren en vervolgens te onderhouden. Anderzijds worden ook al successen geboekt. Als de discussie

levend blijft en partijen er van doordrongen zijn dat ze elkaar door samenwerking kunnen versterken, ontstaat vanzelf ruimte voor uitwerking en verdieping.

Kruisbestuiving biedt kansen

Een kruisbestuiving tussen fitnesscentra en sportverenigingen biedt bijvoorbeeld veel kansen, stelt Van der Heijden. “Door alerter in te spelen op behoeften van mensen en de lokale sportvereniging niet te zien als concurrent, zou de fitnessbranche zelf ook actief kunnen bijdragen aan een serieuzer imago. Een atletiekvereniging kan voor krachttraining prima in de sportschool terecht; omgekeerd is atletiek als aanvulling op buitenactiviteiten die vanuit een fitnessprogramma worden aangeboden. Een mindset over de rol van fitnesscentra is niet alleen noodzaak bij verzekeraars en zorgsector. Ook de branche zelf moet actief op zoek gaan naar samenwerkingsverbanden en zich binnen de gezondheidsbranche veel meer presenteren als expertisecentrum voor een gezonde leefstijl.”

Kim Rainger is beleidsmedewerker bij Fit!vak. De brancheorganisatie voor erkende sport- en bewegingscentra zet zich op allerlei vlakken in om fitness te promoten en de kwaliteit te bewaken van fitnesscentra in ons land.

“De afgelopen tien jaar is de fitnessbranche in hoog tempo geprofessionaliseerd. Maar toch kleeft er nog altijd een commercieel imago aan de sportschool. Beleidsmakers, verzekeraars en zorgsector zien fitnessinstructeurs vaak niet als gezondheidsexperts; ook bestaat er nog veel onwetendheid over de specialistische kennis die veel centra in huis hebben. Imagooverandering kost tijd. De fitnessbranche doet er goed aan om hierin zelf ook een actievere rol te spelen.



Laat maar zien hoeveel kennis en ervaring je in huis hebt en welke toegevoegde waarde je kan bieden. Ga met belangrijke spelers in het preventieveld om de tafel en toon je meerwaarde. Ook belangrijk: laat zien dat je hart hebt voor bewegen en dat het voor een fitnesscentrum niet uitsluitend gaat om het verdienmodel. Investeren in je leden en in hun gezondheid.”

Preventiecentra en Fitness 2.0

Door Fit!vak is vanwege de behoefte aan specialisatie recent een keurmerk ontwikkeld waarmee fitnesscentra zich kunnen onderscheiden als Fit!vak Preventiecentra. “Inmiddels zijn 75 centra als zodanig gecertificeerd. Deze vestigingen bieden specifieke sportprogramma’s voor mensen met diabetes, obesitas en niet aangeboren hersenletsel. Meer samenwerking met de medische sector en de verzekeringsbranche juicht Fit!vak toe. Bij fitnesscentra werken mensen met specialistische kennis die op een verantwoorde manier bij kunnen dragen aan een gezonde samenleving. Als we met z’n allen een omslag in denken maken, kan er veel bereikt worden. Zoiets begint al bij jonge kinderen die bij een sportvereniging willen. Ook met deze clubs zouden fitnesscentra

intensiever moeten gaan samenwerken. Om dit te stimuleren heeft Fit!vak het concept Fitness 2.0 ontwikkeld, waarbij mensen met één abonnement zowel individueel kunnen sporten als in teamverband bij een vereniging.”

Richard Lancee is als manager Corporate Communicatie bij Menzis betrokken bij de vele initiatieven van de zorgverzekeraar om (jonge) mensen te stimuleren om te gaan sporten. Om een gezonde leefstijl te promoten biedt Menzis haar leden onder andere Menzis Samen Gezond; FNV Menzis is als zorgcollectief eveneens zeer actief op het gebied van preventie.

“Als zorgverzekeraar willen we een actieve rol spelen bij preventie, omdat dit aantoonbaar effect heeft op de gezondheid van leden. Op de lange termijn besparen we dan ook met elkaar op zorgkosten. Het is een gemiste kans van zorgverzekeraars om preventie niet te stimuleren. Menzis zet zich in om activiteiten te promoten waar grote groepen mensen aan deelnemen; daarnaast doen we veel om jonge kinderen in achterstandswijken in beweging te krijgen. Voor deze groep is een abonnement op een sportclub of fitnesscentrum vaak te duur. Het afgelopen

jaar hebben we activiteiten gesponsord waar circa 70.000 kinderen bij betrokken waren. Ook het puntensysteem waarbij mensen beloofd worden als ze stoppen met roken of meer bewegen, is een succes.”

Gratis Healthcheck

FNV Menzis biedt leden een gratis healthcheck om een algemene indicatie te kunnen geven over iemands gezondheidstoestand. Lancee: “Mensen worden onderzocht aan de hand van een vragenlijst. Er zijn meerdere vormen, waarbij onder andere onderzoek wordt gedaan naar biometrie: lengte, gewicht, bloeddruk en uitgebreidere versies waarbij bijvoorbeeld ook de longfunctie wordt bekeken. Het onafhankelijke kennis- en keuringscentrum Meditel voert de healthcheck uit. Daarnaast biedt FNV Menzis ook korting bij sportscholen. In de toekomst blijft gezondheid, bewegen en preventie bij ons hoog op de agenda staan, omdat wij er van overtuigd zijn dat het stimuleren van sport een belangrijke bijdrage kan leveren in het terugdringen van de zorgkosten. Het begint vaak klein, maar elke stap is er één in de goede richting.” ■