

BedrijfsGezondheidsIndex 2007

Oudere werknemers zijn vitaler

Oudere werknemers zijn vitaler en ervaren een betere mentale gezondheid dan hun jongere collega's. Dit komt mede doordat ze een gezondere leefstijl hebben, zo blijkt uit de jaarlijkse BedrijfsGezondheidsIndex (BGI) van LifeGuard BV. Het onderzoek is afgenomen bij 69 bedrijven uit verschillende sectoren onder 8760 werknemers. Jongeren hebben een groter werkvermogen, ervaren een betere fysieke gezondheid en ondervinden op het werk minder hinder van gezondheidsklachten.

De LifeGuard BedrijfsGezondheidsIndex

Het doel van de BGI is om inzicht te krijgen in de gezondheid en de inzetbaarheid (werkvermogen) van de Nederlandse beroepsbevolking. Gezondheid wordt binnen de BGI opgevat als een toestand van geestelijk, lichamelijk en sociaal welbevinden. Naast de gezondheid van medewerkers worden ook belangrijke determinanten van gezondheid en werkvermogen meegenomen. Zoals leefstijl (o.a. bewegen, voeding, alcohol gebruik en tabakgebruik) en werkbeleving (o.a. werkdruk, samenwerking, leermogelijkheden, agressie en fysieke belasting in het werk). De BGI beschouwt het individu en zijn context. Bij de beroepsbevolking maakt de werkomgeving daar vanzelfsprekend een groot deel van uit.

De score van de BGI ligt tussen de 1-10, waarbij 1 zorgwekkend is en 10 uitstekend.

Uitkomst 2007

De gemiddelde BGI voor 2007 komt uit op een 7.2. Dit is iets hoger (maar niet significant) dan in 2006. Toen kwam de BGI uit op een 7.1

Relevantie 2007

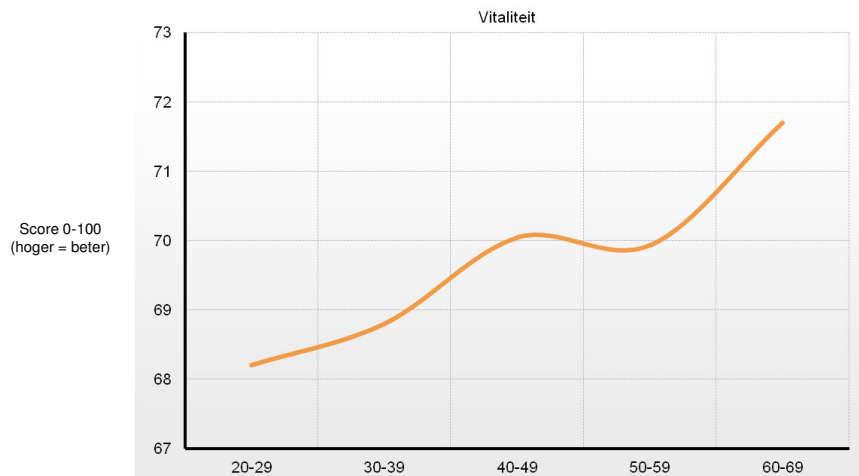
De laatste jaren staat de inzetbaarheid van medewerkers hoog op de politieke agenda. De arbeidsparticipatie in Nederland moet omhoog. Dit advies kreeg het Nederlandse kabinet in 2006 van de Europese Commissie. De aandacht is gericht op ouderen, vrouwen en achtergestelde groepen. Gezien het grote aantal werknemers dat vervroegd het arbeidsproces verlaat, zit de winst vooral in ouderen die langer doorwerken en op steeds hogere leeftijd nog goed werk verrichten.

Elk jaar belicht LifeGuard een actueel thema, dit jaar is gekozen om naar aanleiding van bovenstaande visie op arbeidsparticipatie, speciale aandacht te besteden aan de verschillen in de BGI tussen jongere (>40) en oudere (< 40) werknemers.

Opvallendste resultaten van 2007

Vitaliteit

Oudere werknemers ervaren een betere vitaliteit dan jongeren. De scores zijn beduidend hoger. Zo geeft 81% van de oudere werknemers aan 'voortdurend veel energie te hebben', terwijl dit bij jongeren maar in 70% van de gevallen zo is. Daarnaast geven jongeren (6,4%) ook vaker aan dat ze 'zelden of nooit veel energie hebben'. Bij ouderen is dit slechts in 4,2% het geval.



Werkvermogen

Het werkvermogen van een medewerker geeft de persoonlijke balans aan tussen de capaciteiten van een medewerker, zijn gezondheid en de eisen van het werk. Een laag werkvermogen betekent dat de werknemer problemen heeft om te voldoen aan de fysieke en/of mentale eisen van het werk.

Het werkvermogen is geen directe meting van de productiviteit van een werknemer, maar het geeft wel goed aan of een werknemer een hoog risico heeft op productiviteitsverlies, ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid in de nabije toekomst.

Jongeren beschikken gemiddeld genomen over een groter werkvermogen dan ouderen. Werkvermogen wordt voor een belangrijk deel bepaald door fysieke en mentale gezondheid. Op het werk speelt ook de mogelijkheid om jezelf te kunnen ontplooiën een belangrijke rol. Ouderen scoren op zelfontplooiing beduidend slechter dan hun jongere collega's.

Een klein percentage (3,1%) van de ouderen geeft aan dat ze door ziekte alleen in staat zijn parttime te werken, bij jongeren is dit in slechts 0,9% het geval.

Fysieke gezondheid

Fysieke gezondheid wordt onder meer beïnvloed door geslacht, de mate van lichamelijke inspanning en uithoudingsvermogen. Jongeren hebben een betere fysieke gezondheid dan ouderen en ervaren op het werk minder hinder van gezondheidsklachten. Zo geeft nog geen 4% van de medewerkers onder de 30 aan niet goed (matig of slecht) te kunnen voldoen aan de fysieke eisen die werk aan hen stelt, terwijl dit bij 50-plussers in meer dan 10% het geval is.

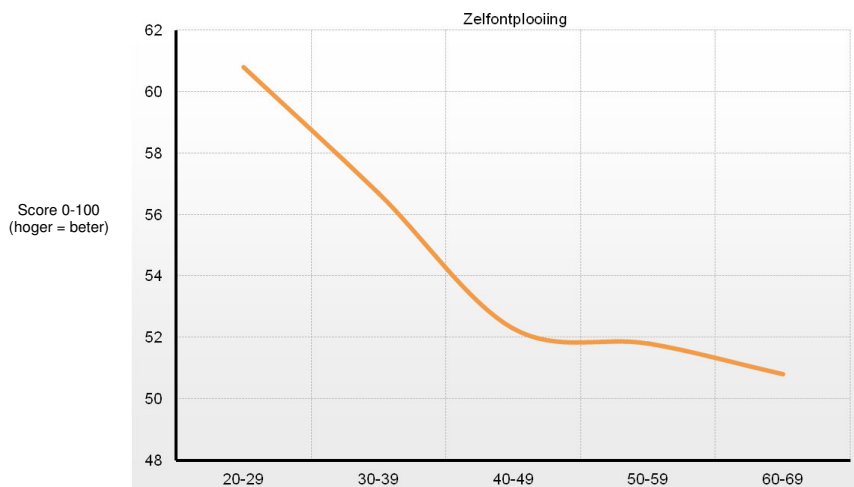
Mentale gezondheid

Oudere werknemers ervaren een betere mentale gezondheid dan de jongere. Verreweg de meeste ouderen (85%) geven aan zich 'meestal of voortdurend' rustig en tevreden te voelen, dit geldt voor 77% van de jongeren. Bovendien voelt 83% van de ouderen zich (wanneer ze terugkijken op de afgelopen vier weken) zelden of nooit somber of neerslachtig, voor de jongste medewerksters (<30) geldt dit maar voor 69%. Het percentage ouderen dat aangeeft 'nooit als gevolg van emotionele problemen minder te hebben bereikt dan ze zouden willen' is gelijk aan het percentage van de jongere werknemers (65%).

Ontplooiingsmogelijkheden op het werk

Zelfontplooiing is van grote invloed op het werkvermogen van medewerkers. De scores op 'ontplooiingsmogelijkheden' geven aan in hoeverre iemand mogelijkheden heeft voor persoonlijke ontwikkeling en groei, voldoende wordt uitgedaagd in het werk en/of in de gelegenheid wordt gesteld gebruik te maken van zijn of haar vaardigheden.

Ouderen scoren lager op ontplooiingsmogelijkheden dan hun jongere collega's. Zo geeft 68% van de jongeren aan vaak nieuwe dingen te leren in het werk (bij ouderen is dat 40%) en op de vraag of 'uw baan u mogelijkheden biedt voor persoonlijke groei en ontwikkeling' beantwoordt ruim 65% van de jongeren 'vaak of altijd'. Bij ouderen ligt dit percentage beduidend lager, rond de 43%.

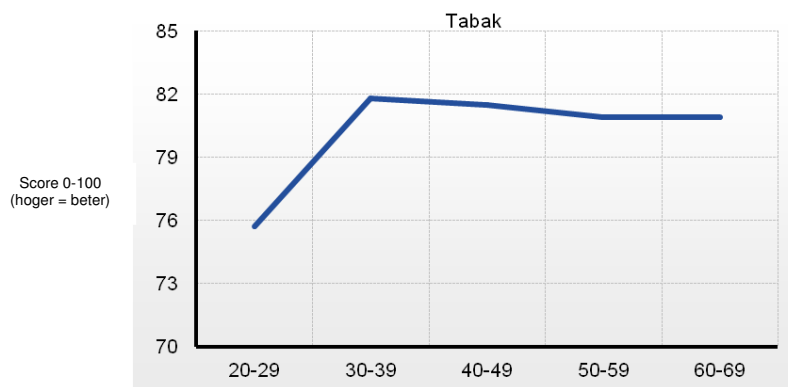


Leefstijl

Er blijken grote verschillen te zijn tussen ouderen en jongeren op de onderdelen bewegen & sport, voeding en alcohol en tabaksgebruik. Oudere werknemers scoren vooral beter op voeding. Jongeren echter geven aan minder alcohol te gebruiken. Voor bewegen geldt dat ouderen vaker aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NGGB) voldoen, maar dat jongeren meer sporten.

Roken

Ten aanzien van roken is vooral opvallend dat er in de 'categorie onder de 30' veel meer gerookt wordt dan in alle andere categorieën. Zo blijkt uit het onderzoek dat meer dan 27% van de werknemers onder de 30 rookt. Terwijl in alle andere leeftijdscategorieën de teller niet boven de 23% oploopt. Nog steeds geldt dat 'te lekker' de belangrijkste reden is om niet te stoppen.



Bewegen

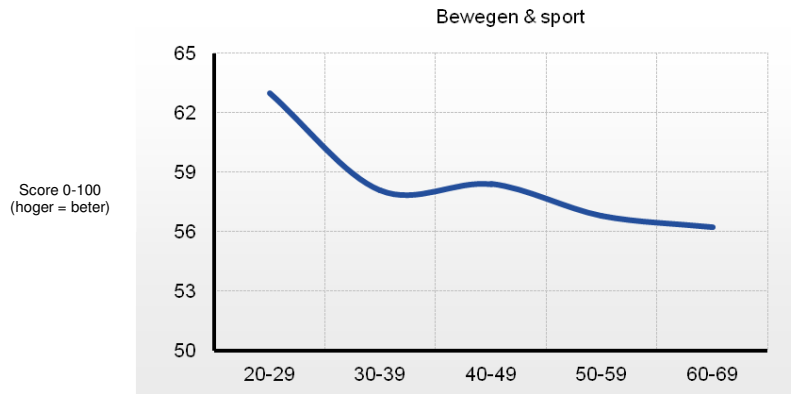
Voor bewegen geldt dat 38% van de deelnemers voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB). Dit is exact hetzelfde als in 2006 en dus nog steeds laag vergeleken met de gehele Nederlandse bevolking. Volgens deze norm zou iedereen elke dag tenminste een half uur lang een matig inspannende activiteit moeten verrichten om zijn of haar gezondheid op peil te houden.

Oudere werknemers voldoen vaker aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (42% tegen 33% van de jongeren). Als gevraagd wordt om aan te geven 'wat men het liefste zou doen als men meer zou gaan bewegen', dan geeft 68% van de jongeren het liefst meer te gaan sporten, bij oudere medewerkers ligt dit percentage rond de 26%. Wandelen is bij oudere werknemers veel populairder dan bij jongeren, zo geeft 21% dit als eerste keuze aan ten opzichte van 4% bij de jongeren.

Net als in voorgaande jaren wil ruim 60% van de medewerkers meer gaan bewegen, waarbij 'niet genoeg tijd' in alle leeftijdscategorieën de belangrijkste reden is om het toch niet te doen.

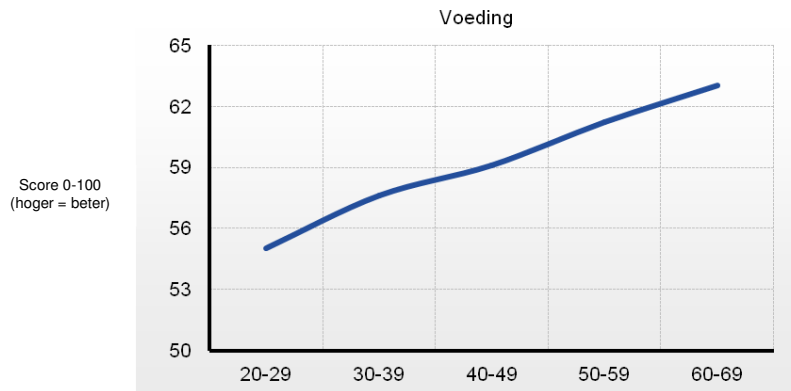
Fitnorm

Wat betref sporten scoren jongeren hoger dan ouderen. Zo voldoet bijna 30% van de jongeren onder de 30 aan de Fitnorm (3 x per week 20 minuten aaneengesloten sporten), terwijl bij werknemers boven de 40 dit percentage 24% is. Het grote verschil op sporten is de reden dat jongeren op categorie 'bewegen en sport' als geheel hoger scoren dan ouderen.



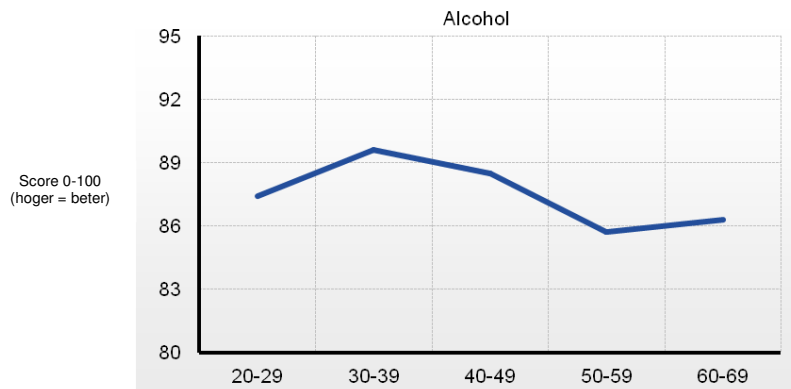
Voeding

Van alle leefstijlfactoren is het verschil tussen jong en oud nergens zo groot als op voeding. Hier scoren ouderen veel beter op dan jongeren. Zo blijken ze vaker te ontbijten, meer vezelrijk en minder vet voedsel te eten en vaker voor producten met een laag vet- of cholesterolgehalte te kiezen.



Alcohol

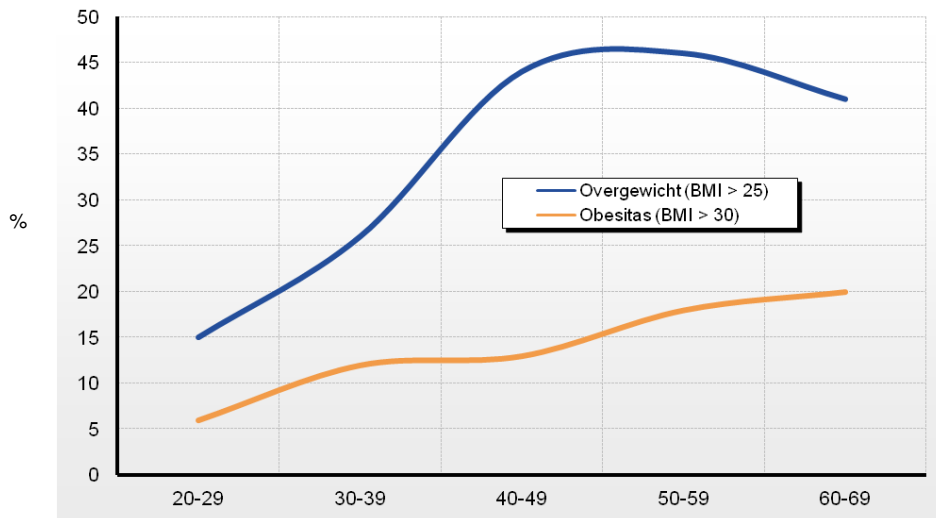
77% van de jongeren gebruikt alcohol tegen 81% van de ouderen. Ruim 55% van de ouderen geeft aan meer dan 7 glazen alcohol per week te drinken, bij jongeren is dit 46%. Het meest wordt er gedronken in de categorie 51-60. Daar geeft 60% van de medewerkers aan meer dan 7 glazen te drinken en 16% dat ze meer dan 15 glazen per week drinken.



Overgewicht & afvallen

Oudere medewerkers zijn zwaarder. Ligt het percentage van medewerkers met overgewicht in de jongste categorie (<30) nog onder de 22%, bij medewerkers boven de 60 is ruim 61% te zwaar.

Het percentage mensen dat wil afvallen was het afgelopen jaar iets lager dan vorig jaar, namelijk 54%. Werknemers tussen de 30 en de 60 geven het vaakst aan te willen afvallen (55%). Bij werknemers boven de 60 daalt het percentage naar 49%.



Lichamelijke fitheid

Over het algemeen geldt dat de lichamelijke fitheid van jongere medewerkers beter is dan die van hun oudere collega's. Ze zijn sterker, leniger, hebben een lagere bloeddruk, minder overgewicht en hebben een beter uithoudingsvermogen.

Voor zowel jongere als oudere medewerkers geldt dat (gecorrigeerd voor leeftijd) ongeveer 20 tot 25% van de medewerkers een goede tot uitstekende lichamelijke conditie. Tegelijkertijd heeft ook bijna een kwart van alle medewerkers (gecorrigeerd voor leeftijd) een dusdanig slechte lichamelijke conditie dat ze daardoor mogelijk minder goed kunnen presteren op de werkvloer.

Hoewel lichamelijke fitness wel degelijk invloed heeft op de vitaliteit, gezondheid en werkvermogen is deze invloed vooral significant bij ouderen in beroepen 'waar fysieke arbeid voor vereist is'. Het is dan ook bij deze beroepen dat de verschillen meer impact hebben op de prestaties op de werkvloer'.

Tot slot

We kunnen met het huidige onderzoek maximaal 25% van het verschil in de scores op vitaliteit verklaren, waarbij fysieke gezondheid de sterkste voorspeller is. De hogere vitaliteit van ouderen kan mogelijk veroorzaakt worden doordat vooral 'gezonde' ouderen langer blijven werken. Boven de 60 jaar werden de scores nog hoger. Heeft er een natuurlijke selectie plaatsgevonden?

Voor de werknemers tussen de 40-50 zou de positievere score te maken kunnen hebben met het feit dat de positie hen beter past en ze meer ervaring hebben. Bij jongeren is het vaak nog zoeken en afwachten, zij hebben nog niet de ervaring en hun ideale positie verworven en ervaren ook iets meer stress en hectiek. Voor de middencategorie geldt wellicht dat zij meerdere sociale rollen te vervullen hebben en daardoor slechter herstellen of meer stress ervaren.

Aanbevelingen

Hoewel het bevorderen van gezondheid om een lange termijn benadering vraagt, en er op korte termijn slechts beperkte verbeteringen in gezondheid en daarmee samenhangend werkvermogen kunnen worden gerealiseerd, wordt aanbevolen om te investeren in het bevorderen van ontplooiingsmogelijkheden voor ouderen. Daarnaast wordt aanbevolen om gerichte activiteiten te initiëren om medewerkers te stimuleren om meer te gaan sporten.

Monitoren

Het investeren in een goede gezondheid zal op de lange termijn zijn vruchten afwerpen. Daarom wordt aanbevolen om de effecten van gezondheidsprogramma's op de gezondheid en het werkvermogen van medewerkers te blijven monitoren in de komende jaren.

LifeGuard publiceert jaarlijks de BGI en enkele opvallende resultaten van het voorgaande jaar. Zij hoopt op die manier een trend te signaleren die gekoppeld kan worden aan gemaakte inspanningen in de bedrijfsgezondheidszorg. LifeGuard werkt onder andere voor overheden, bouwbedrijven, telecombedrijven, schoonmaakbedrijven, callcenters, banken, verzekeraars, distributiecentra, ziekenhuizen, stomerijen en ICT-bedrijven. De onderzoeksgegevens die LifeGuard gebruikt voor het berekenen van de BGI representeren een goede afspiegeling van de Nederlandse beroepsbevolking.

Voor informatie kunt u contact opnemen met:

Mikkel Hofstee, algemeen directeur LifeGuard (mikkelhofstee@lifeguard.nl) 06 29048887)

Folef Bredt, directeur R&D LifeGuard (folefbredt@lifeguard.nl) 06 53846307)