



‘De nood om te investeren in gezondheidsbevordering en ziektepreventie is nog nooit zo groot geweest.’

Zou de impact van de coronacrisis op onze maatschappij minder groot zijn mocht de gezondheidstoestand van de gemiddelde Belg beter zijn? Hadden we lockdowns kunnen vermijden mocht ons land een performant preventief gezondheidsbeleid voeren? Zullen we de komende decennia de tol betalen voor het stiefmoederlijk behandelen van gezondheidsbevordering en ziektepreventie?

Als de coronacrisis ons één iets leert, is dat we voluit de kaart moeten trekken van preventie. De tijd dringt. Ons land hinkt achterop. Slechts 2,2% van de gezondheidszorguitgaven vloeit naar preventie. Wordt het geen tijd dat wij, als welvarend land, op zijn minst het Europees gemiddelde halen (3,1%) en idealiter de kroon spannen door dit budget op te trekken naar 5%?

## ► Oprichting van preventieplatform een feit

Al jarenlang zetten wij ons in voor de psychische en fysieke gezondheid van de bevolking en strijden wij tegen de steile opmars van welvaartsziekten en kanker. Als we in alle sectoren en op alle beleidsniveaus een sterk preventief gezondheidsbeleid zouden voeren, dan zouden we jaarlijks tienduizenden overlijdens kunnen voorkomen. COVID-19 stelt het belang van een gezonde leefomgeving en –stijl scherp.

De roep van experts om meer te investeren in gezondheidsbevordering en ziektepreventie valt helaas al jarenlang in dovemansoren. Voldoende redenen om onze krachten te bundelen en een preventieplatform op te starten,

met als doel een constructieve bijdrage te leveren aan een sterk preventief gezondheidsbeleid in ons land.

**Pleiten voor gezonde leefstijl als extra coronabasismaatregel**, dit zowel bij de GEMS als bij alle overheden, vormt ons eerste wapenfeit. Verder roepen wij alle sectoren én alle overheden op om **gezonde leefomgevingen** te creëren die mensen minder blootstellen aan vervuilende stoffen én

**Preventieplatform**



helpen om gezonde keuzes te maken, bijvoorbeeld meer bewegen, niet roken, sneller grijpen naar gezonde voeding, minder alcohol nuttigen, ...

En vragen wij de overheden om versneld werk te maken van een **Interfederaal Preventie-akkoord** met concrete & ambitieuze gezondheidsdoelstellingen.

Last but not least doen we een warme oproep aan alle overheden om hun inspanningen voor **gezonde binnen- en buitenlucht**, gezonde woningen en afdoende ventilatie in gebouwen gevoelig op te drijven.

## ► Het belang van een gezonde leefstijl in de strijd tegen welvaartsziekten en COVID-19

Dat het niet zo goed gaat met onze gezondheid, is een understatement. Gezond leven is geen sinecure in onze huidige maatschappij. Uit studies blijkt dat 1 op de 3 Belgen last heeft van psychische problemen, meer dan 1 op de 3 te weinig beweegt, 1 op de 6 rookt en 1 op de 7 te veel drinkt.

Een ongezonde leefstijl verhoogt het risico op welvaartsziekten, bepaalde vormen van kanker, depressie, dementie, ...

Dit zet ons zorgsysteem zwaar onder druk en kost onze Belgische welvaart tientallen miljarden euro's per jaar.

Als we niet dringend meer inzetten op preventie, dan dreigt de situatie voor zorgprofessionals onhoudbaar te worden en wordt ons zorgsysteem onbetaalbaar.

## ► Een kwetsbare bevolking heeft ons land duizenden vermijdbare doden gekost en ons zorgsysteem op zijn grondvesten doen daveren

Een ongezonde leefstijl is overduidelijk een verzwarende factor bij COVID-19-infectie. Mensen met overgewicht, hart- en vaatproblemen, diabetes type 2 en chronische longziekten belanden sneller op intensieve zorgen en hebben meer kans op ernstige complicaties en overlijden na Sars-Cov-2-besmetting.

Ook rokers en overmatig alcoholgebruikers zijn kwetsbaarder voor COVID-19.

Lichamelijke inactiviteit en overgewicht blijken belangrijke voorspellers te zijn van sterfteverschillen tussen verschillende landen, te wijten aan COVID-19.

De noodzaak om te investeren in gezondheid is nog nooit zo sterk geweest, mede door de dodelijke wisselwerking tussen welvaartsziekten en COVID-19.

## ► De coronacrisis hakt stevig in op onze psychische & fysieke gezondheid

Ook al toont COVID-19 overduidelijk het belang van een gezonde leefstijl aan, toch hebben we voldoende aanwijzingen dat de gezondheidstoestand van de gemiddelde Belg er het voorbije jaar nog verder op achteruit gegaan is.

Psychische problemen (angst, depressie, ...) swingen de pan uit. Niet alleen de psychische gezondheid staat zwaar onder druk.

Ook de fysieke gezondheid kreunt onder de coronacrisis.

Bijna 1 op de 2 Belgen geeft aan in gewicht toegenomen te zijn, 1 op de 3 beweegt minder dan voorheen.

Zorgwekkend is dat vooral kinderen, jongvolwassenen en kwetsbare mensen getroffen worden.

## ► De coronacrisis vergroot de gezondheidsongelijkheid

Als klap op de vuurpijl versterkt de coronacrisis de gezondheidsongelijkheid. Maatschappelijk kwetsbare groepen krijgen het zwaar te verduren: stijgende prijzen van groenten & fruit, beperkingen in de publieke ruimte, piekende werkloosheid, ...

Voor mensen met een laag inkomen en beperkte gezondheidsvaardigheden, die in een omgeving wonen waar het allesbehalve evi-

dent is om een gezonde keuze te maken, is gezond leven extra moeilijk.

Er vielen beduidend meer doden bij de armen dan bij de rijken door COVID-19.

Maatregelen om gezondheidsongelijkheid te verkleinen, dringen zich op, gaande van betaalbare prijzen voor gezonde voeding, gezonde publieke ruimte tot toegankelijke geestelijke gezondheidszorg en een kwalitatieve huisvesting.

## ► Een gezonde leefstijl als steunpilaar voor een meer weerbare maatschappij

Experten voorspellen dat we in de toekomst nog met pandemieën geconfronteerd zullen worden. Een gezond leefmilieu en een psychisch & fysiek fittere bevolking maken ons weerbaarder tegen dergelijke bedreigingen en zullen de verdere opmars van welvaartsziekten een halt toeroepen.

Een gezonde leefstijl kan immers 80% van de hart- en vaatziekten en diabetes type 2, en 40% van alle kankers en toekomstige dementie voorkomen.

Als Prof. dr. Geert Meyfroidt, voorzitter van de Belgische Vereniging Intensieve Geneeskunde, verklaart dat een goede preventie meer levens zal redden in absolute aantallen dan de afdelingen intensieve zorg, dan moeten we daar NU naar handelen.

**Experten voorspellen dat we in de toekomst nog met pandemieën geconfronteerd zullen worden.**

## En nu?

### Investeren in preventie is de boodschap.

**Wel, laat ons nu alle registers opentrekken en daadkrachtig investeren in gezondheidsbevordering en ziektepreventie.**

Investeren in preventie loont.

1 euro investeren in preventie levert volgens sommige schattingen minstens 4 euro op.

Interventies die bijdragen aan een gezondere omgeving zijn daarbij het meest doeltreffend.

Bijvoorbeeld: meer groene ruimte, meer beweegfaciliteiten, fiscale maatregelen voor (on)gezonde voeding, striktere regelgeving voor marketing, ...

#### ► Wij zetten preventie op 1. U ook?

Met het preventieplatform richten we ons tot **alle settings** (scholen, bedrijven, lokale gemeenschap, zorg, vrije tijd, gezinnen, ...) en **politici & beleidsmakers**, zowel op lokaal, Vlaams, Brussels, Waals, federaal als op Europees niveau.

Gezondheidsbevordering en ziektepreventie is niet alleen een zaak van het beleidsdomein gezondheid & welzijn maar ook van ruimtelijke ordening, mobiliteit, wonen, onderwijs, werk en sport.

Elk van u heeft een sleutel in handen om de gezondheid van de Belg te bevorderen.

**Beste dames en heren politici, beste zorg-, en gezondheidsprofessionals, u bent aan zet!**

Het preventieplatform staat alvast klaar om u bij te staan en nodigt ook burger-, middenveld- en beroepsorganisaties uit om het platform te vervolgen.



## Leden van het Preventieplatform (\*)

<b>Dr. Wouter Arrazola de Oñate</b>	Medisch directeur VRGT vzw
<b>Hella Van Laer</b>	Voedingswetenschapper en diëtiste
<b>Prof. dr. Guy T'Sjoen</b>	Diensthooft Endocrinologie en stofwisselingsziekten – UZ Gent
<b>Prof. dr. Lieven Annemans</b>	Gewoon hoogleraar Gezondheids- en welzijnseconomie – UGent/VUB
<b>Kurt Annendijck</b>	Beleidsmedewerker Dienst Kennis en Beleid Kom op tegen Kanker vzw
<b>Margot Cloet</b>	Gedelegeerd bestuurder Zorgnet-Icuro vzw
<b>Prof. dr. Hilde Bastiaens</b>	Hoofddocent Huisartsgeneeskunde UAntwerpen
<b>Prof. dr. Benedicte Deforche</b>	Hoogleraar Gezondheidsbevordering UGent
<b>Elke Geraerts</b>	CEO Better Minds at Work
<b>Lieven Janssens</b>	Burgemeester Vorselaar
<b>Michaël Sels</b>	Hoofddiëtist Universitair Ziekenhuis Antwerpen
<b>Guy Tegenbos</b>	Columnist De Standaard
<b>Ben Van Duppen</b>	Schepen district Borgerhout
<b>Prof. dr. Guido Van Hal</b>	Hoogleraar Sociale epidemiologie – UAntwerpen
<b>Jens Aerts</b>	Architect - Stedenbouwkundige gezonde omgeving
In naam van de Vlaamse Logo's:	
<b>Patricia Van Pelt</b>	Stafmedewerker Logo Antwerpen vzw
<b>Diederik Derijcke</b>	Gezondheidspromotor Logo Leieland vzw
<b>Sara Bertels</b>	Coördinator Logo Antwerpen vzw
<b>Werner De Wael</b>	Coördinator Logo Zenneland vzw
<b>Sophie Goetghebuier</b>	Coördinator Logo Dender vzw

\* Dit is de huidige samenstelling van het Preventieplatform.

**Contact:** [info@preventieplatform.org](mailto:info@preventieplatform.org)