

Gezondheid impact van veranderingen in sport- en beweeggedrag tijdens coronacrisis

Inschatting van de effecten op sport en bewegen tijdens en na de corona
crisis

Jelle Schoemaker

Mei, 2020

1. Inleiding	2
Hoe gaan we van het slot?.....	3
Aanpak onderzoek.....	3
2. Gezondheid impact lockdown	4
2.1 Kwaliteit van leven	4
2.2 Zorgkosten.....	5
2.3 Totale gezondheidsimpact lockdown.....	6
3. Gezondheid impact versoepeling	7
4. Conclusie en discussie.....	9
Literatuur	10

Gezondheid impact van veranderingen in sport- en bewegedrag tijdens coronacrisis

Inschatting van de effecten op sport en bewegen tijdens en na de corona crisis

Foto voorkant: [Freepik.com](https://www.freepik.com)

Auteur: Jelle Schoemaker

Sports & Economics Research Centre (SERC)

HAN University of Applied Sciences (HAN)

i: www.sporteconomie.nl

e: Jelle.Schoemaker@han.nl

Het Sports & Economics Research Centre van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen is gespecialiseerd in het doen van economische impactanalyses, beleidsevaluaties en maatschappelijke kosten en baten van sport en bewegen.

1. Inleiding

- ▶ Op 15 maart kondigde de Nederlandse regering een breed scala aan maatregelen aan om de verspreiding van het coronavirus binnen onze landsgrenzen een halt toe te roepen om daarmee haar burgers te beschermen. Deze unieke gebeurtenis heeft flinke gevolgen gehad voor iedereen. Niet in de laatste plaats omdat het ingreep in ons dagelijks functioneren en gedrag. Daarmee lijken ook belangrijke verschuivingen plaats te vinden in het beweegpatroon en de sportparticipatie van Nederlanders.
- ▶ Bewegen is voor ons mensen een evolutionaire noodzaak dat ervoor zorgt dat onze lichamen in goede conditie blijven zodat we een leven kunnen leiden die we wensen. Bovendien verlaagt het de kans op veel chronische ziekten (Warburton & Charlesworth, 2010).
- ▶ Sporten is een bijzondere vorm van bewegen waarbij onderlinge afspraken in de vorm van spelregels en competitie ervoor hebben gezorgd dat vele mensen plezier beleven aan het bewegen op veelal hoge intensiteit (Ainsworth, 1993). Daarmee is sport naast een belangrijk cultureel en sociaal fenomeen, een onmisbaar middel voor een gezonde en vitale samenleving (WHO, 2017).
- ▶ Tijdens de eerste weken van de coronacrisis werd bij iedere persconferentie van de overheid benadrukt dat we zoveel mogelijk thuis moeten blijven. Als mensen thuis blijven, zullen ze veel minder bewegen en sporten. De gevolgen hiervan kunnen heel groot zijn. Volgens hoogleraar Onno van Schayck en bewegingswetenschapper Maartje Willeboordse in de NRC (2020) is stilzitten is bijvoorbeeld funest voor ons afweersysteem. De aantallen en de effectiviteit van de T-cellen in ons lichaam, die bij onze afweer een cruciale rol spelen, nemen toe als men meer beweegt. Zolang er geen vaccin beschikbaar is tegen Covid-19, is deze afweer de enige remedie die we tegen dit virus hebben. Maar ook de goed getrainde ademhalingspijpen zijn op dit moment letterlijk van levensbelang en tot slot komen bij sporten allerlei stoffen vrij (onder andere dopamine) die een positieve invloed hebben op onze gemoedstoestand.
- ▶ De coronacrisis is daarmee een gezondheids crisis met ongekende economische implicaties. Niet alleen voor diegenen die getroffen worden door het virus of voor wie zorg en aandacht nu tijdelijk beperkt mogelijk is, maar ook voor de Nederlander wiens leefstijl beïnvloed wordt. Volgens een onderzoek van de Volkskrant samen met Ipsos (2020) zegt 38 procent van de Nederlanders minder te bewegen of sporten. Van de ondervraagden ervaart 35 procent meer stress, met name jongeren (40 procent). In België vonden onderzoekers in een internetsurvey (zonder representatieve steekproef) dat een kwart van de sporters minder is gaan bewegen (Scheerder et al, 2020).
- ▶ Bij gedrag speelt de leefomgeving een belangrijke rol; de plek waar nu juist veel mensen in vastzitten. In sommige buurten voelen mensen zich niet veilig en kwetsbare mensen zijn om gezondheidsredenen angstig door het virus. Bovendien is tijd een belangrijke barrière; een moeder met thuiszittende kinderen gaat niet gemakkelijk even sporten. Dat blijkt ook uit de resultaten van NOC*NSF (2020). Na de invoering van de corona maatregelen zijn 1,7 miljoen Nederlanders minder gaan sporten. Waar in maart 2019 wekelijks nog 10,4 miljoen Nederlanders aan sport deden, is dat nu gedaald tot 8,7 miljoen. De grootste daling vond plaats bij kinderen. Volgens onderzoek van het Mulier Instituut (2020) doet 42% van de kinderen minder aan sport.
- ▶ Aan de andere kant zijn er mensen die meer zijn gaan sporten sinds de maatregelen van kracht zijn. In Nederland zegt 13 procent vaker te bewegen en te sporten, en 18 procent gezonder te eten (Mulier Instituut, 2020). In België geeft zelfs 58% van de niet-sporters aan dat ze meer zijn gaan bewegen (Scheerder et al, 2020). Mogelijk dat voor deze groepen de vrijgekomen tijd, omgeving of de aandacht voor gezondheid en sterfelijkheid, hen helpt om hun leefstijl aan te passen (SCP, 2020).

Hoe gaan we van het slot?

- ▶ Momenteel zoeken we langzaam een weg uit de crisissituatie. Daarbij staat buiten kijf dat de kwetsbaren moeten worden beschermd en de zorg niet overbelast wordt. Binnen deze kaders moeten we een nieuw evenwicht vinden voor wat kan en niet kan. De Raad van Volksgezondheid en Samenleving (2020) schrijft in zijn advies (*Samen)leven is meer dan overleven* dat de aandacht voor wat van waarde is voor een goed en gezond (samen)leven, een prominente plaats moet krijgen. Het virus blijft nog wel een tijdje bij ons maar juist daarom moeten we onze blik verbreden en ruimte creëren om verschillende prioriteiten tegen elkaar af te wegen.
- ▶ In deze fase van de crisis verschuift de vraag naar hoe Nederland moet omgaan met de dreiging van een virus dat – totdat er een vaccin of medicijn gevonden is – altijd weer zijn kop kan opsteken. Chorus & Mouter (2020) schrijven dat bij dit consequentialistisch ethisch perspectief alle mogelijke effecten van overheidsbeleid meegewogen moeten worden. Naast de gezondheidsgevolgen, gaat het daarbij bijvoorbeeld om inkomen, onderwijs en mogelijke gezondheidsverlies. Het kabinet staat daarmee voor duivelse dilemma's waarbij keuzes moeten worden gemaakt tussen verschillende waarden.
- ▶ Met deze rapportage willen we de gezondheid impact van bewegen en sporten voor het voetlicht brengen. Zonder deze benadering kan het zijn dat bijvoorbeeld voetbalclubs en sportscholen vooral gezien worden als potentieel gezondheidsrisico omdat mensen daar over grotere afstanden het virus verspreiden. Uit onderzoek van de Technische Universiteit Eindhoven (2020) bleek dat sporters een wolk aan druppels achterlaten als ze ademen, niezen of hoesten. Anderzijds is de impact van sport en bewegen op de gezondheid, beperkt en moet dit worden afgezet tegen de risico's die we lopen om veel slachtoffers aan het virus te verliezen.

- ▶ De overheid heeft in een vrij vroeg stadium de jeugdsport weer toegang heeft gegeven tot de sportvelden en nieuwe steunmaatregelen heeft toegekend om de sportclubs in nood te ontlasten. Vanaf 11 mei is het bovendien weer voor volwassenen toegestaan om buiten te sporten op 1,5 meter afstand en vanaf 1 september zijn ook binnensporten en evenementen (onder strenge voorwaarden) weer mogelijk. Mochten de versoepelingen weer leiden tot verdere verspreidingen van het virus, dan is het belangrijk om deze op tijd terug te kunnen draaien.

Aanpak onderzoek

- ▶ Dit onderzoek baseert zich op eerder verzamelde data en kengetallen over verschuivingen in het sport- en beweeggedrag. Op basis daarvan worden berekeningen gedaan om de gezondheid impact van de maatregelen en versoepeling daarvan in te kunnen schatten. We zijn ons terdege van bewust dat het een ruwe methode is met veel beperkingen en tekortkomingen. Toch willen we beleidsmakers op deze manier een indicatie geven van de gevolgen van de maatregelen en daarmee een doorkijk geven voor de toekomst wanneer moeilijke besluiten genomen moeten worden.
- ▶ We hebben daarbij gekozen om allereerst de gezondheid impact van de *intelligente lockdown* van 15 maart tot 28 april (eerste 6 weken) te berekenen t.o.v. een situatie waarbij er geen coronavirus zou zijn. De impact op de gezondheid is daarmee positief voor de mensen die meer gingen bewegen, maar negatief voor diegene die minder actief werden. Voor de effecten in de toekomst hebben we de gezondheid impact van de versoepeling van de maatregelen als uitgangspunt gehanteerd. Het mogelijk maken van sportdiensten en publieke ruimte heeft een positief gezondheidseffect voor diegene die weer meer gaan sporten of bewegen. Daarmee hopen we een bijdrage te kunnen leveren aan de besluitvorming en discussie rondom het versoepelen of aanscherpen van de maatregelen rondom sport en bewegen.

2. Gezondheid impact lockdown

Om de gezondheid impact van de eerste zes weken van de maatregelen (*intelligente lockdown*) te bepalen, analyseren we de afgenomen én de toegenomen kwaliteit van leven doordat mensen minder of meer zijn gaan bewegen. Ook kijken we naar de zorgkosten die hier mee samenhangen. Er is niet gekeken naar de veranderingen in levensverwachting omdat daarover nog weinig kengetallen beschikbaar zijn. Ook zijn de kosten voor blessures buiten beschouwing gelaten.

2.1 Kwaliteit van leven

- ▶ Er bestaat een brede consensus dat de kwaliteit van leven niet alleen door welvaart (inkomen) wordt bepaald, maar dat bijvoorbeeld gezondheid en tevredenheid minstens zo belangrijk zijn. Sterker nog, veel van de taken die een overheid heeft zijn gericht op het verhogen van deze kwaliteit binnen een maatschappij. Dit brengt uiteraard hoge kosten met zich mee. Het zorgen voor sociale vangnetten, goede infrastructuur, onderwijs en veiligheid kost nu eenmaal geld.
- ▶ De opbrengsten hiervan zijn moeilijk op onze bankrekeningen te vinden. Vaak zijn het juist het ontbreken van kostenposten een reden waarom we via belastinggeld hier allen aan bijdragen.

- ▶ Wanneer het gaat om onze gezondheid is het van belang dat we tegenover de collectieve kosten ook de opbrengsten kunnen zetten. Dit helpt namelijk om te bepalen of we de juiste keuzes maken. Ons geld is immers een keer op, waardoor we gedwongen worden tot een efficiënte besteding. Hiervoor worden de Quality Adjusted Life Years (QALYs) gebruikt. Een extra jaar in goede gezondheid staat gelijk aan één QALY. Evenzo, als de levensduur niet verlengd wordt maar wel de kwaliteit van het resterende leven toeneemt met een kwart gedurende vier jaar, dan is de uitkomst eveneens één QALY.
- ▶ Engels onderzoek (Beale, 2007) liet zien dat wanneer iemand een heel jaar elke week 30 minuten sport of beweegt, dit samenhangt met 0,00022 QALY's. Met andere woorden, de kwaliteit van je resterende leven wordt verhoogd omdat men zich fitter en gezonder voelt. Dit uitgangspunt staat centraal in onze berekening van de gezondheid impact. We gebruiken het om de verschuivingen in het sport en beweeggedrag tijdens de maatregelen en de versoepeling daarvan, op waarde te schatten zoals ook eerder is gedaan in wetenschappelijk onderzoek (Moseley, 2018; Papathanasopoulou, 2016; Schoemaker, 2019).
- ▶ De verschuivingen in het sport en beweeggedrag komen voort uit een onderzoek van Ipsos van 29 april 2020 (Mulier instituut, 2020). Daaruit kwam naar voren dat 38% van de volwassen Nederlanders minder sport en beweegt, terwijl 13% dat meer doet. Maar omdat

Kwaliteit van leven (eerste 6 weken)

	Minder sport & bewegen	Meer sport & bewegen	Nettoresultaat
Aantal Nederlanders	17.300.000	17.300.000	
Verandering sport en beweeggedrag	38%	13%	25%
Aantal Nederlanders verandert van sport en beweeggedrag	6.600.000	2.249.000	4.351.000
Aantal weken maatregelen	6	6	
Kwaliteit van leven uitgedrukt in QALY's	-17.600	6.000	-11.600
Verandering van gezondheid (in euro's)	-€ 880.000.000	€ 300.000.000	-€ 580.000.000

ook bij kinderen 42% minder beweegt, hebben we dit op heel Nederland toegepast. Als we dit door vertalen naar alle Nederlanders komen we netto uit op 4,35 miljoen Nederlanders die minder sporten en bewegen.

- ▶ We weten niet precies hoeveel minder of meer deze mensen zijn gaan bewegen. Uit het onderzoek van Mulier Instituut (2020) is af te leiden dat Nederlanders in een normale lente 3 uur en 15 minuten (195 minuten) per week sporten en bewegen, maar dit nu nog maar 2 uur en 36 minuten (157 minuten) doen. Dit nettoresultaat verschilt dus ongeveer 30 minuten waarbij de Nederlanders die meer sporten ook zijn meegeteld. Als we voor beide groepen aannemen dat het verschil een uur per week is, voor zes weken lang, dan komen we met behulp van het Engelse onderzoek netto op een afname van 11.600 QALYs. In de Werkwijzer voor kosten-batenanalyse in het sociale domein van SEO (2016) wordt geadviseerd om één QALY met € 50.000 te waarderen. Dit zorgt voor een netto gezondheid impact van bijna -€580 miljoen.

2.2 Zorgkosten

- ▶ Sinds de jaren negentig stijgen het zorggebruik en de zorgkosten in Nederland jaarlijks. De verwachtingen voor de komende jaren zijn niet anders. Willen we zorg met z'n allen kunnen blijven betalen, moeten we de kosten van zorg sámen in de hand houden.
- ▶ Uit het onderzoek van de Boer et al (2019) blijkt dat verenigingslidmaatschap in Nederland samenhangt met lagere

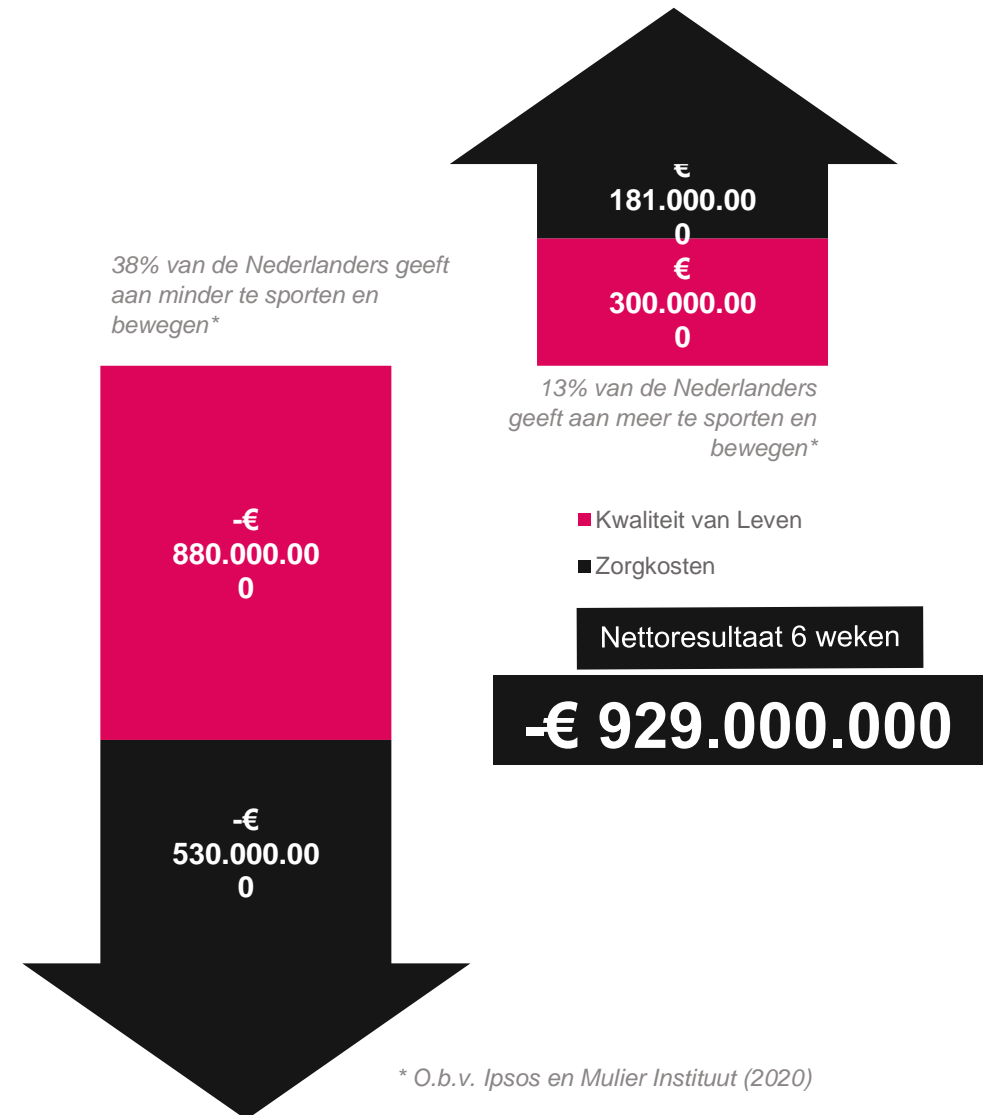
zorgkosten. Als we deze bevindingen ook gelden voor mensen die voldoende sporten en bewegen buiten de verenigingen om, kunnen we een inschatting maken van de effecten van de veranderingen in sport- en beweeggedrag op de zorgkosten. Met elke procentpunt dat Nederlanders aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) gaan voldoen, dalen de kosten met gemiddeld €14,25 per persoon per jaar. Dat is 247 miljoen per jaar voor de hele bevolking.

- ▶ In Nederland voldoet momenteel 49% aan de NNGB (RIVM, 2019). Niet iedereen die meer of minder beweegt zal deze norm beïnvloeden. Het kan immers zijn dat een Nederlander meer is gaan bewegen maar nog onder de norm van 150 minuten per week blijft. Anderzijds kan het zijn dat mensen minder zijn gaan bewegen maar nog altijd boven de norm blijven.
- ▶ Uit het onderzoek van Mulier Instituut (2020) is op te maken dat de groep die meer dan 2 uur beweegt tijdens de maatregelen met 25% is afgenomen. Als dit ook zou gelden voor de groep die meer dan 150 minuten per week beweegt, daalt de NNGB door de verschuivingen in sport- en beweeggedrag dit jaar naar 37%. Daarmee komen we op een afname van -12 procentpunt van de NNGB. De strenge maatregelen golden niet voor een heel jaar maar 6 weken (12% van een heel jaar). Dit maakt dat de zorgkosten in totaal naar verwachting met €349 miljoen zullen toenemen.

Zorgkosten (eerste 6 weken)			
	Minder sport & bewegen	Meer sport & bewegen	Nettoresultaat
Aantal volwassen Nederlanders	17.300.000	17.300.000	
Afname/toename NNGB voorjaar 2020	-18,6%	6,4%	12,3%
Deel van het jaar dat de maatregelen gelden	12%	12%	
zorgkostenstijging per Nederlander op jaarbasis voor één procentpunt stijging/daling	€ 14,25	€ 14,25	
Verandering van zorgkosten	-€ 530.000.000	€ 181.000.000	-€ 349.000.000

2.3 Totale gezondheid impact lockdown

- ▶ Het verlies aan kwaliteit van leven (-€580 mln.) gecombineerd met toenemende zorgkosten (-€349 mln.) maakt dat de eerste zes weken van de *intelligente lockdown* zo'n €929 mln. verloren is gegaan doordat mensen voornamelijk minder zijn gaan bewegen. Dit is €155 mln. per week dat de maatregelen golden.
- ▶ Cijfers uit Italië laten zien dat er gemiddeld meer dan 10 jaar verloren ging bij elke persoon die overleed aan het COVID-19 virus (Hanlon, 2020). In Amerika is daarbij ook gekeken hoeveel jaren in volledige gezondheid daardoor gemist worden. Daar wordt op basis van data geschat op ongeveer 8 QALY/corona dode (van den Broek-Altenburg & Atherly, 2020) en gaat er dus per geval €400.000 verloren.
- ▶ Deze uitkomst kan gebruikt worden om een break-even punt te bepalen voor de uitwisseling van maatregelen t.b.v. sporten en bewegen. Als elke week €155 mln. aan gezondheid verloren gaat omdat mensen niet bewegen, dan staat dit gelijk aan ongeveer 380 sterfgevallen. In beleidstermen betekent dit dat de versoepeling van maatregelen (o.a. bij sportclubs, fitnessscholen en evenementen maar ook die maatregelen die mensen er nu van weerhoudt om niet te gaan bewegen) niet meer dan 380 sterfgevallen per week mogen opleveren. Wanneer dat wel het geval is, dan zijn we als samenleving in het algemeen erbij gebaat dat de maatregelen weer aangescherpt worden.
- ▶ Deze resultaten gaan gepaard met de nodige onzekerheden die in dit model geschat worden. Bovendien wordt in deze afweging alleen gekeken naar de impact op de gezondheid én niet naar andere belangrijke effecten zoals economische, sociale én morele/ethische impact van de beslissingen.



3. Gezondheid impact versoepeling

De strikte maatregelen waren nodig om verspreiding van het coronavirus een halt toe te roepen en zo de gezondheid van vele Nederlanders te beschermen. Nu de maatregelen een voor een weer worden versoepeld is het interessant om te kijken hoeveel gezondheid impact deze versoepeling op het gebied van sport en bewegen met zich meebrengt. We kunnen niet in de toekomst kijken maar we kunnen wel schattingen doen als mensen weer gebruik mogen maken van sportvoorzieningen.

De eerste versoepeling hield in dat kinderen tot 18 jaar vanaf 28 april weer welkom waren bij buitensportclubs. De kinderen in de leeftijden van 12 tot 18 moeten zich daarbij wel aan de 1,5 meter afstand tot elkaar houden. Volgens NOC*NSF ging het om ongeveer 900.000 kinderen die minder aan sport deden. We schatten op basis van onze eerdere analyse dat deze versoepeling zo'n €32 mln. per week aan gezondheid impact oplevert.

Een groot deel van de verandering van het sport en beweeggedrag vindt plaats buiten de sportvelden om. Om een schatting te krijgen van welk deel sport is en welk deel bewegen, baseren wij ons op het onderzoek van het Mulier Instituut (2020) dat uitzocht waar de meeste mensen hun gedrag hebben aangepast. We vonden dat relatief gezien bijna de helft van de mensen vooral minder beweegt (en niet sporten). Als deze mensen weer meer gaan bewegen dan levert dit naar schatting €104 mln. per week aan gezondheid impact op. Dit zal waarschijnlijk weer gaan gebeuren zodra scholen en opvangorganisaties weer open zijn en mensen weer naar het werk reizen. Omdat dit in het begin nog moeizaam zal zijn, hebben we deze gezondheid impact vanaf 11 mei gestaag laten toenemen in ons model (zie figuur Gezondheid impact versoepelingmaatregelen).

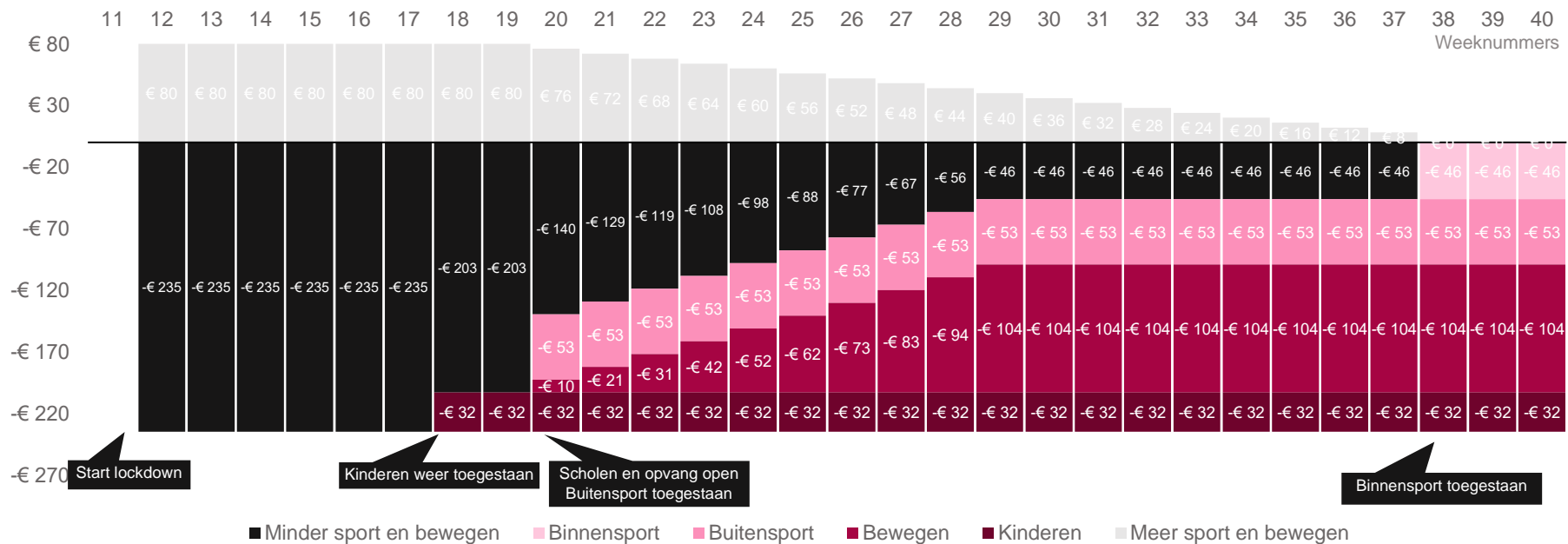
Gezondheid impact versoepeling			
	Minder sporters verdeling	Aantallen minder sporters	Gezondheid impact (mln.)
Kinderen	14%	900.000	-32
Bewegen	44%	2.920.000	-104
Fietsen/wandelen naar werk	23%	1.500.000	-53
Lunchwandelen	9%	610.000	-22
Fietsen in vrije tijd	12%	820.000	-29
Buitensport	23%	1.490.000	-53
Fitness buiten	1%	50.000	-2
Hardlopen	3%	170.000	-6
Wielrennen	0%	30.000	-1
Sportvereniging (buiten)	3%	230.000	-8
Zwembaden	15%	980.000	-35
Andere sporten (buiten)	1%	40.000	-1
Binnensport	20%	1.290.000	-46
Fitness (binnen)	11%	730.000	-26
Fitness in groep (binnen)	6%	360.000	-13
Sportvereniging (binnen)	1%	90.000	-3
Andere sporten (binnen)	2%	110.000	-4
Totaal	100%	6.600.000	-235

Vanaf 11 mei werd het ook weer toegestaan voor volwassenen om bij hun sportclub buiten aan de slag te gaan. Ook voor zwembaden werd het weer mogelijk om mensen te ontvangen. We schatten in dat dit gaat om 1,5 mln. sporters die weer terecht kunnen en ongeveer €53 miljoen per week realiseren.

Het bezoeken van binnensporten, evenementen en sportscholen is pas vanaf 1 september toegestaan. We schatten in op basis van de resultaten van het Mulier Instituut dat het gaat om 1,3 miljoen mensen die gezamenlijk €46 miljoen realiseren wanneer ze weer mogen sporten.

De totale gezondheid impact van de versoepeling is groter dan het nettoresultaat van de strikte maatregelen in de eerste zes weken. Dit omdat de 13% die aangeeft meer te zijn gaan bewegen tijdens de *intelligente lockdown*. Het is te hopen dat ze dit blijven doen omdat ze er plezier uithalen, hun leven nu anders is ingericht waardoor ze tijd overhouden of het belang van een gezond leven nu meer prioriteit geven. Maar omdat de werkdruk weer toeneemt, hebben we in ons model deze gezondheid impact gelijkmatig afgebouwd.

Gezondheid impact versoepeling maatregelen



4. Conclusie en discussie

- ▶ Dit onderzoek laat zien dat de maatregelen rondom de verspreiding van het coronavirus ook grote gevolgen heeft gehad op het sport en beweeggedrag. Voor de eerste zes weken is daarmee ruim €1.410 miljoen verloren gegaan doordat de kwaliteit van leven achteruitging en de zorgkosten toenamen. Omdat er ook mensen meer gingen bewegen en sporten werd ook ruim €481 miljoen gerealiseerd. Netto is het resultaat daarom -€929 miljoen, of €155 miljoen per week.
- ▶ Deze resultaten hangen sterk samen met het percentage mensen dat meer of minder is gaan bewegen. Deze komt voort uit het onderzoek van Ipsos (2020) en is overgenomen door het Mulier Instituut (2020) in hun publicatie. Het RIVM (2020) vond in hun meting in mei dat zelfs 53% van de Nederlanders (veel) minder bewegen, het percentage dat meer is gaan bewegen hangt ook in dit onderzoek rond de 13%. Daarmee denken we dat onze resultaten goed in de buurt komen van de werkelijkheid en mogelijk nog een onderschatting zijn. Verder hangt de gezondheid impact af van de mate waarin we inschatten dat mensen meer of minder bewegen. In beide gevallen hebben we 60 minuten per week aangehouden. Het is goed mogelijk dat dit gemiddeld in werkelijkheid meer is. Daarentegen zal veel meer/minder sporten relatief gezien beperkt effect hebben op de verbetering van gezondheid.
- ▶ De versoepeling van maatregelen (o.a. bij sportclubs, fitnessscholen, evenementen en andere maatregelen die mensen er nu van weerhoudt om niet te gaan bewegen) mogen, volgens ons onderzoek niet meer dan 380 sterfgevallen per week veroorzaken. Voor sporten geldt ongeveer de helft aangezien er ook veel wordt bewogen. Wanneer dat wel het geval is, dan zijn we als samenleving erbij gebaat dat de maatregelen weer aangescherpt worden omdat dan de gezondheid impact van de overledenen die van de sporters overstijgt.
- ▶ Deze prognose is een grove indicatie die gevoelig is voor de kosten die wel en niet meegenomen worden. Wij denken dat het een goede referentie is voor de sport- en beweegsector, zodat doordrongen wordt dat de impact van sport en bewegen op onze gezondheid (en zorg) groot is, maar dat deze ook eindig is. Bovendien hangt de

verspreiding sterk af van de manier waarop wij onszelf gaan gedragen rondom de sportvelden. De genoemde 380 sterfgevallen per week zijn natuurlijk erg veel. Dat komt omdat de waarde van sport en bewegen voor heel Nederland redelijk omvangrijk is. Aan de andere kant zijn 380 sterfgevallen per week ook erg weinig. Met een netwerk van ruim 10 miljoen sporters, meer dan 24.000 verenigingen, veel persoonlijk contact, veel verplaatsing door heel Nederland bij wedstrijden en grotere verspreidingsrisico's, is het ook een fijnmazig netwerk dat gemakkelijk het virus kan doorgeven. Bovendien dient dit afgezet te worden tegenover een situatie waarin er geen maatregelen zouden worden genomen. Volgens het RIVM zouden hierdoor 24.000 mensen (4.000 mensen per week) op de IC terecht komen.

- ▶ Bij de resultaten over de versoepeling van de maatregelen hangt sterk af van wie wanneer weer gaat sporten (of juist stopt met sporten). Wij gaan ervan uit dat ieder (geleidelijk) weer terugvalt in zijn oude patroon, maar dat hoeft natuurlijk niet. Deze crisis heeft ons gedrag duidelijk beïnvloed en biedt daarmee zowel een kans als een bedreiging om onze levensstijl duurzaam te beïnvloeden. Nederland heeft een hoge sportparticipatie dat mogelijk in gevaar komt wanneer mensen niet terug durven naar de velden. Anderzijds is in de geschiedenis van gezondheidscampagnes gericht op sport, zo'n grote groep ineens gaan sporten. Wanneer deze groep geholpen wordt om dit te blijven doen, kan de coronacrisis ook resulteren in een positieve gezondheidswaarde op de lange termijn. Voor sportorganisaties ligt hier een duidelijke opdracht; begeleid de voormalig actieven weer terug naar hun oude patroon en behoud de mensen die tijdens de maatregelen hun levensstijl hebben omgegooid om meer te bewegen en sporten.

Literatuur

- ▶ Ainsworth, B.E.; Haskell, W.L.; Leon, A.S.; Jacobs, D.R.; Montoye, H.J.; Sallis, J.F.; Paffenbarger, R.S. Compendium of physical activities: Classification of energy costs of human physical activities. *Med. Sci. Sports Exerc.* 1993, 25, 71–80, doi:10.1249/00005768-199301000-00011.
- ▶ Beale, S.J.; Bending, M.W.; Trueman, P. An. Economic Analysis of Environmental Interventions that Promote Physical Activity; PDG Report: Nice, France, 2007.
- ▶ Candari, C.J.; Cylus, J.; Nolte, E. Assessing the Economic Costs of Unhealthy Diets and Low Physical Activity: An Evidence Review and Proposed Framework; WHO Regional Office for Europe: Copenhagen, Denmark, 2017.
- ▶ Caspar Chorus & Niek Mouter (2020). Nederlanders maken een brede afweging bij afbouw coronamaatregelen. Opgevraagd via <https://esb.nu/esb/20059795/nederlanders-maken-een-brede-afweging-bij-afbouw-coronamaatregelen>
- ▶ De Boer, W.; Dekker, L.; Koning, R.; Navis, G. & Mierau, J. (2019) How are lifestyle factors associated with socioeconomic differences in health care costs? Evidence from full population data in the Netherlands. *Preventive Medicine*.
- ▶ Drummond, M., Brixner, D., Gold, M., Kind, P., McGuire, A., Nord, E., & Consensus Development Group. Toward a consensus on the QALY. *Value Health* 2009, 12, S31–S35.
- ▶ Hanlon P, Chadwick F, Shah A *et al.* COVID-19 – exploring the implications of long-term condition type and extent of multimorbidity on years of life lost: a modelling study *Wellcome Open Res* 2020, 5:75
- ▶ Moseley, D.; Connolly, T.; Sing, L.; Watts, K. Developing an indicator for the physical health benefits of recreation in woodlands. *Ecosyst. Serv.* 2018, 31, 420–432, doi:10.1016/j.ecoser.2017.12.008.
- ▶ Mulier Instituut (2020). Sport en bewegen in tijden van covid-19. Opgevraagd via <https://www.mulierinstituut.nl/publicaties/25401/sport-en-bewegen-in-tijden-van-covid-19/>
- ▶ NOC*NSF (2020). Onderzoeksresultaten van de Sportdeelname index 2019-2020 door Ipsos. Opgevraagd via <http://www.nocnsf.nl/>
- ▶ Nord, E. Cost-Value Anal. Health Care: Mak. Sense Out Qalys; Cambridge University Press: Cambridge, England, 1999.
- ▶ NRC (2020) Bewegen is net zo belangrijk als binnenblijven. Opgevraagd via <https://www.nrc.nl/nieuws/2020/04/08/bewegen-is-net-zo-belangrijk-als-binnenblijven-a3996257>
- ▶ Papathanasopoulou, E.; White, M.P.; Hattam, C.; Lannin, A.; Harvey, A.; Spencer, A. Valuing the health benefits of physical activities in the marine environment and their importance for marine spatial planning. *Mar. Policy* 2016, 63, 144–152, doi:10.1016/j.marpol.2015.10.009.
- ▶ Raad van Volksgezondheid en Samenleving (2020) (Samen)leven is meer dan overleven. Opgevraagd via <https://www.raadvv.nl/documenten/publicaties/2020/05/03/goed-samen-leven-in-tijden-van-corona>
- ▶ Raad voor de Volksgezondheid en Zorg. Zinnige en Duurzame Zorg; RVZ: Zoetermeer, The Netherlands, 2006.
- ▶ RIVM (2019). Het aandeel van de Nederlandse bevolking van 4 jaar en ouder dat één keer per week of vaker sport. Opgevraagd via <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kernindicatoren/sportdeelname-wekelijks>
- ▶ RIVM (2020). Onderzoek gedragsmaatregelen en welbevinden. Opgevraagd via <https://www.rivm.nl/onderzoek/gedrag/onderzoek-gedragsmaatregelen-en-welbevinden>
- ▶ RIVM. Sportparticipation in the Netherlands. Available online: www.sportenbewegenincijfers.nl (accessed on 5 December 2019).
- ▶ Scheerder, J.; Willem, A.; Bosscher de, V.; Thibaut, E.; Ricour, M. Sporten in tijden van crisis. Profiel van de corona-sporter. Opgevraagd via https://kics.sport.vlaanderen/wetenschappelijkonderzoek/Documents/200411_onderzoek_Coronasporter.pdf
- ▶ Schoemaker, J.; van Genderen, S.; de Boer, W. (2019). Increased Physical Activity in Preparation for a Women-Only Mass Participation Sport Event: A Framework for Estimating the Health Impact.
- ▶ SCP (2020). Eerste doordenking maatschappelijke gevolgen corona maatregelen. Opgevraagd via <https://www.scp.nl/publicaties/publicaties/2020/05/07/maatschappelijke-gevolgen-coronamaatregelen>
- ▶ SEO (2016) Werkwijzer voor kosten-batenanalyse in het sociale domein. Stichting Economisch Onderzoek: Amsterdam.
- ▶ van den Broek-Altenburg & Atherly, (2020). Revisiting the Economic Cost of Flattening the Curve. Opgevraagd via <https://theincidentaleconomist.com/wordpress/revisiting-the-economic-cost-of-flattening-the-curve/>
- ▶ TU Eindhoven (2020). 'Houd flinke afstand bij het joggen want hoestdruppels blijven achter in lucht'. Opgevraagd via https://www.limburger.nl/cnt/dmf20200408_00155553/houd-flinke-afstand-bij-het-joggen-want-hoestdruppels-blijven-achter-in-lucht
- ▶ Volkskrant (2020). Lockdown leidt tot meer stress en ongezondere leefstijl. Opgevraagd via <http://www.volkskrant.nl/nieuws-achtergrond/lockdown-leidt-tot-meer-stress-en-ongezondere-leefstijl-b4800e04/>

- ▶ Warburton, D.E.R.; Charlesworth, S.; Ivey, A.; Nettlefold, L.; Bredin, S.S.D. A systematic review of the evidence for Canada's Physical Activity Guidelines for Adults. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.* 2010, 7, 39, doi:10.1186/1479-5868-7-39.
- ▶ World Health Organization. WHO Global Recommendations on Physical Activity for Health; World Health Organization: Geneva, Switzerland, 2011.