

2 op 3 medewerkers heeft overgewicht

63% van de medewerkers in ons land kampt met overgewicht. 4 op 10 sport zelden of nooit. Met risico op ergonomische klachten.

Dat blijkt uit data van ruim 100.000 medewerkers die HR-adviseur Attentia analyseerde. 36% van de medewerkers heeft een gezond BMI: tussen 18,5 en 24,9. 40% heeft een BMI tussen 25 en 29,9 en dus overgewicht. 23% lijdt zelfs aan obesitas of zwaarlijvigheid met een BMI van meer dan 30. Ondergewicht, met een BMI van minder dan 18,5, komt zelden voor.



Meer mannen (65%) dan vrouwen (52%) lijden aan overgewicht of obesitas. Overgewicht neemt ook toe met de leeftijd. Is bij medewerkers tot 24 jaar 40% te zwaar, dan stijgt dat bij 55-plussers tot 71%. Overgewicht in combinatie met te weinig beweging werkt ergonomische klachten in de hand.

44% van alle gezondheidsklachten van de onderzochte medewerkers heeft betrekking op het bewegingsapparaat, aldus Jolien Maes, preventieadviseur bij Attentia. "Het gaat dan over pijn of last aan de spieren, gewrichten, pezen of botten die zorgen voor de lichaamshouding en beweging. Voornamelijk in de rug, nek en schouders."

(Wivi)



Check onze beurskalender!

Bezoek onze jobbeurzen.

Ontmoet tientallen werkgevers op één dag, op één locatie, bij jou in de buurt.

Jobat
Go for happy.

job fair Brussels

Brussels Expo

30.11.2023

Schrijf je gratis in
Inscription gratuite



Jobat
Go for happy.

Références
RÉVÉLEZ-VOUS!



Welkom

Jobat
Go for happy.

Mis nooit meer jouw **droomjob!**



Download nu
de Jobat app!

ONTDEK HET OP
Google Play

Download in de
App Store

Jobat
Go for happy.