

Ocena korzyści społecznych inwestycji w sport w odniesieniu do ponoszonych kosztów

- streszczenie raportu -

Kluczowe fakty

- 39% Polaków jest aktywnych w czasie wolnym w stopniu zalecanym przez WHO
- 41% gospodarstw domowych wydaje na sport, przeciętnie 1017 zł na rok
- wydatki publiczne na kulturę fizyczną wynoszą 4,6 mld zł, większość z budżetów samorządów
- zwiększenie aktywności fizycznej przyniosłoby wymierne korzyści społeczne; jeśli co druga nieaktywna fizycznie osoba zaczęłaby ćwiczyć to, m.in.:
 - liczba zawałów mogłaby spaść o blisko 11 000,
 - liczba przypadków raka jelita grubego o 2 200 a liczba przypadków raka piersi o 1 500
 - liczba zgonów zmniejszyłaby się o 25 tys.
 - o 440 mln PLN spadłyby koszty systemu opieki zdrowotnej
 - o 6% zmniejszyłaby się liczba absencji pracowniczych, a ich koszt zmalałby o 3 mld zł
- koszty pieniężne jakie można przypisać nieaktywności to około 7 mld zł rocznie

Dlaczego aktywność fizyczna jest ważna?

Regularna aktywność fizyczna jest ważna dla zdrowia. Osoby aktywne żyją dłużej i chorują mniej. Bogata literatura medyczna potwierdza, że regularny wysiłek zwiększa wydolność organizmu oraz zmniejsza zapadalność na wiele chorób. Badania są zgodne, że aktywność fizyczna ma korzystny wpływ na ograniczenie ryzyka chorób układu krążenia, które są główną przyczyną zgonów w Polsce. Dzięki ćwiczeniom można zmniejszyć o około 1/3 ryzyko wystąpienia zawału serca oraz udaru. Ponadto ruch fizyczny znacząco obniża ryzyko zachorowania na cukrzycę typu II – chorobę, która wiąże się z poważnymi powikłaniami, często oznaczającymi kalectwo. Aktywność fizyczna zmniejsza ryzyko zachorowania na niektóre nowotwory: raka jelita grubego, raka piersi oraz raka trzonu macicy. Regularne ćwiczenia zmniejszają też ryzyko osteoporozy. Badania wskazują również, iż aktywność fizyczna może zahamować obniżanie się sprawności umysłowej w wieku starczym.



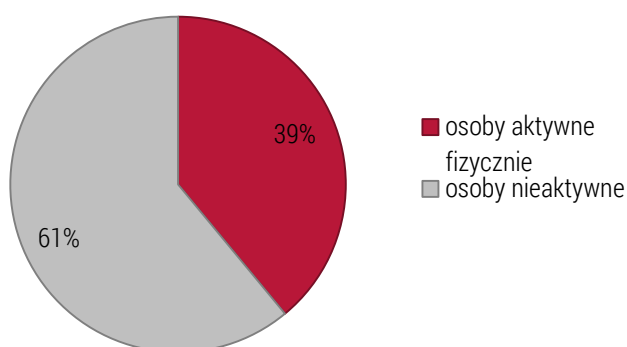
Coraz większa liczba badań z pogranicza ekonomii i nauk społecznych pokazuje, że aktywność fizyczna ma wpływ na inne aspekty życia poza zdrowiem. Osoby za młodu aktywne fizycznie osiągają w kolejnych etapach swojego życia lepsze wyniki w nauce oraz znajdują się w korzystniejszej sytuacji na rynku pracy. Choć pytanie o mechanizm tego wpływu jest ciągle otwarte – możliwy jest wytłumaczenie biologiczne poprzez lepsze dotlenienie organizmu sprzyjające sprawności umysłowej, psychologiczne poprzez budowanie samodyscypliny i umiejętności zarządzania czasem, bądź społeczne przez lepszą socjalizację dzięki uprawianiu sportu – badacze są zgodni, że aktywność fizyczna pozytywnie wpływa na naszą sytuację społeczną.

Co wiemy o aktywności fizycznej Polaków?

Światowa Organizacja Zdrowia (World Health Organization, WHO) zaleca, aby osoby dorosłe (18-64 lata) w ciągu tygodnia podejmowały wysiłki fizyczne, których wydatek energetyczny to co najmniej 600 MET-minut. MET jest to tzw. równoważnik metaboliczny, który służy jako miara intensywności wysiłku fizycznego. Aby osiągnąć wartość 600 MET-minut należy uprawiać sport o umiarkowanej intensywności (np. jazda na rowerze w normalnym tempie) przez co najmniej 150 minut, lub wysiłki o wysokiej intensywności (np. szybki bieg) przez co najmniej 75 minut w ciągu tygodnia.

Gdy rekomendacje WHO przyłoży się do aktywności Polaków w czasie wolnym, okazuje się, że poziom aktywności fizycznej w naszym społeczeństwie jest niski. Zgodnie z wynikami Badania Aktywności Fizycznej Polaków, przeprowadzonego na zlecenie Ministerstwa Sportu i Turystyki w 2016 roku, jedynie 39% Polaków było aktywnych fizycznie w czasie wolnym w stopniu zalecanym przez Światową Organizację Zdrowia, czyli osiągnęło tygodniowy równoważnik metaboliczny na poziomie 600 MET-min. 50% polskiego społeczeństwa nie podejmowało żadnej aktywności fizycznej w czasie wolnym.

Odsetek osób aktywnych fizycznie w Polsce



Dane wskazują, że osoby młode są znacznie częściej aktywne niż osoby starsze. Wraz z wiekiem poziom aktywności maleje, staje się ona mniej częsta a jej intensywność zmniejsza się. W grupie wieku 15-24 lat odsetek osób aktywnych fizycznie wynosi 63%, a w grupie 55-64 lat – 29%. Oprócz wieku kolejnym czynnikiem istotnie różnicującym poziom aktywności fizycznej jest wykształcenie. Obserwujemy, że odsetek aktywnych fizycznie w grupie osób z wykształceniem wyższym jest zdecydowanie wyższy niż w całej populacji i wynosi 53%. Płeć nie różnicuje wskaźników aktywności. Odsetek osób aktywnych fizycznie zgodnie z rekomendacjami Światowej Organizacji Zdrowia jest taki sam wśród kobiet i mężczyzn.

Nierówności pod względem podejmowania aktywności fizycznej mają przełożenie na zróżnicowanie wydatków prywatnych na sport. Jedynie 41% gospodarstw domowych w Polsce przeznaczają ze swojego budżetu pieniądze na zakupy lub opłaty związane ze sportem. Przeciętna wysokość tych wydatków to 1017 zł rocznie w przeliczeniu na jedno gospodarstwo, które ponosi taki wydatek. Ponad połowę wydatków prywatnych stanowią wydatki na udział w zajęciach sportowych. Wydatki publiczne na sport wynoszą 4,6 mld zł (dane za 2015 rok), z tego większość stanowią wydatki jednostek samorządu terytorialnego (ponad 90%).

Jakie korzyści może osiągnąć społeczeństwo dzięki większej aktywności fizycznej?

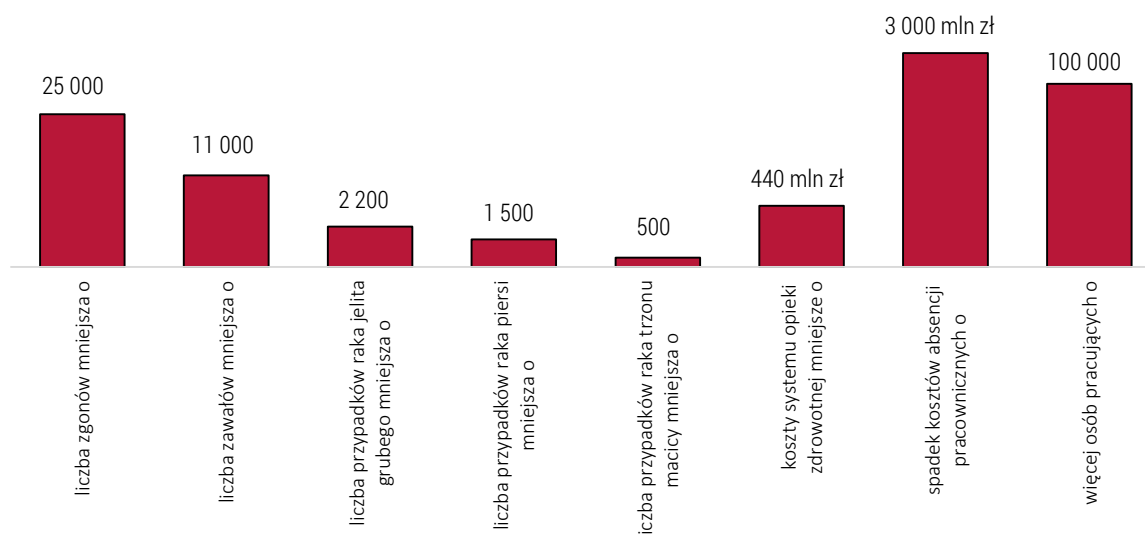
Wykorzystując aplikację, która została przygotowana przez Instytut Badań Strukturalnych, można oszacować wpływ zwiększenia aktywności fizycznej w populacji na zdrowie publiczne oraz rynek pracy. Rozważmy sytuację polegającą na aktywizacji połowy Polaków do tej pory nieaktywnych fizycznie. Oznacza to, że odsetek osób aktywnych fizycznie zwiększyłby się do poziomu 70%, czyli tyle ile raportują najbardziej aktywne fizycznie kraje europejskie. Jak taka poprawa poziomu aktywności fizycznej wpłynęłaby na polskie społeczeństwo?

Po pierwsze, znaczący byłby spadek kosztów związanych z absencją pracowniczą. Według symulacji spadek przeciętnej liczby absencji pracowniczych wyniósłby 6%. To zaś oznaczałoby oszczędności na poziomie około 3 mld zł rocznie. Skutkiem aktywizacji byłby także wzrost liczby osób pracujących o około 100 tys., co stanowiłoby procentowy wzrost o prawie 0,7%. Wyraźnej poprawie uległyby również wskaźniki zdrowotne. Liczba osób otyłych i z nadwagą zmniejszyłaby się o 1,1%, co oznacza, że osób otyłych byłoby mniej o 64 tys., a z nadwagą o 190 tys. Silnej poprawie uległyby wskaźniki związane z chorobami układu krążenia. Spodziewana redukcja hospitalizacji w związku z chorobami układu krążenia wyniosłaby około 14%. Jeżeli tę liczbę porówna się do liczby zawałów w Polsce, otrzymujemy, że roczna liczba zawałów w Polsce mogłaby spaść o blisko 11 000. Znacząco zmniejszyłaby się również liczba hospitalizacji z powodu nowotworów: o 13% w przypadku raka jelita grubego, oraz o 9% w przypadku raka piersi i raka trzonu macicy. Przełożenie liczby hospitalizacji na



roczną liczbę nowotworów oznaczałoby spadek nowych przypadków nowotworów o 2 200 w przypadku raka jelita grubego, 1 500 w przypadku raka piersi, oraz 500 w przypadku raka trzonu macicy. Ponadto rezultaty symulacji wskazują także na silne zmniejszenie liczby hospitalizacji z powodu cukrzycy – aż o 14%.

Spodziewane korzyści z większej aktywności fizycznej



Mniejsza liczba nowotworów a także ograniczenie liczby chorób układu krążenia – będących główną przyczyną zgonów w Polsce – miałyby istotne przełożenie na zmniejszenie wskaźnika umieralności o 6%. Takie obniżenie wskaźnika umieralności oznaczałoby, że liczba zgonów byłaby aż 25 tys. niższa. Mniejsza zachorowalność na nowotwory, cukrzycę i choroby układu krążenia to również mniejsze wydatki w ramach publicznego systemu opieki zdrowotnej. W sytuacji, gdy udałoby się skutecznie zachęcić do ćwiczeń lub uprawiania sportu połowę osób obecnie nieaktywnych fizycznie, oszczędności służby zdrowia wyniosłyby około 440 mln zł rocznie. To mniej więcej tyle co roczne wydatki budżetu średniej wielkości miasta w Polsce, na przykład Koszalina.

Ponadto w raporcie przedstawiono symulację „scenariusza maksimum”, w którym założono hipotetyczną sytuację, że wszystkie osoby do tej pory nieaktywne fizycznie podejmują jakiś rodzaj aktywności. Wyniki tej symulacji mogą być interpretowane jako oszacowanie kosztów społecznych związanych z nieaktywnością fizyczną. Wskazują one, że roczny koszt absencji pracowniczych z powodu niepodejmowania aktywności fizycznej to około 6 mld zł, zaś koszt dla systemu służby zdrowia to prawie 900 mln zł. Oznacza to, że łączne koszty pieniężne nieaktywności fizycznej to nawet 7 mld zł rocznie.

