

De Telegraaf

De Telegraaf 27 juni 2016

Fysieke belasting gevaarlijk voor 55+

BYLINE: Van een onzer verslaggevers

SECTIE: BINNENLAND

Stress niet schadelijk

Van een onzer verslaggevers

Amsterdam - Mensen met een zwaar beroep moeten zich na hun vijftigste laten omscholen. Doen ze dat niet, dan lopen ze een verhoogd risico om na hun pensionering minder lang te leven. Dat geldt zeker voor mensen die langdurig bij de brandweer werken.

Dat stelt de onlangs gepromoveerde gezondheidseconoom **Bastian Ravesteijn** van de Erasmus Universiteit. Voor zijn onderzoek gebruikte Ravesteijn data over werk en gezondheid in Nederland en in Duitsland waar mensen tot 29 jaar lang werden geobserveerd. „Op basis hiervan kon ik een lijst met 320 beroepsgroepen opstellen, gerangschikt naar de mate van gezondheidsbelasting. De fysiek zwaarste veel voorkomende beroepen zijn: betonvlechter, metselaar, timmerman en dakdekker. De baan van brandweerman of -vrouw rangschik ik in hetzelfde rijtje qua belasting." „Een algemene verhoging van de AOW-leeftijd is voor de groep met zware beroepen dan ook nadeliger dan voor mensen in lichtere beroepen. Omscholing bij zware beroepen is daarom gewenst." „Ik heb in mijn onderzoek geen bewijs gevonden dat stress schadelijk is. Dat geldt wel voor fysieke belasting na het 45e levensjaar en is boven de 55 jaar zelfs heel gevaarlijk en risicovol. Bovendien kan de emotionele belasting van het werk ook nog van invloed zijn, maar dat heb ik niet kunnen vergelijken", aldus Ravesteijn. Het gezondheidseffect van een jaar fysiek zwaar werk op latere leeftijd is vergelijkbaar met het effect van maar liefst zestien maanden ouder worden. Langer doorwerken in een zwaar beroep betekent dat mensen langer worden blootgesteld aan effecten van werken die de gezondheid schaden, juist wanneer het werk hun het zwaarst valt." „Brandweelieden weten bij de keuze van hun vak dat ze vervroegd met pensioen gaan. Die compensatie is er niet voor niets. Ze leven toe naar vervroegde uittreding en zijn daar fysiek en geestelijk ook aan toe", meent Ravesteijn. Ze hadden misschien niet voor het vak gekozen als de pensioenleeftijd een stuk hoger zou zijn."