



Rijksinstituut voor Volksgezondheid  
en Milieu  
*Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport*

# Werkomstandigheden, leefstijl en gezondheid *in de bouw*

Resultaten van een onderzoek



Werknemers in de bouw hebben te maken met zwaar werk, zowel lichamelijk als geestelijk. Denk bijvoorbeeld aan veel tillen en een hoge werkdruk. Ook roken ze vaker, drinken ze vaker alcohol en bewegen ze minder. Zwaar werk en een ongezonde leefstijl kunnen allebei voor een slechte gezondheid zorgen. Om de gezondheid van werknemers in de bouw te verbeteren, moet duidelijk zijn om welke werk- en leefstijlfactoren het precies gaat en welke invloed ze op elkaar hebben. In dit onderzoek zijn we nagegaan wat een ongezonde leefstijl betekent voor de gezondheid van werknemers in de bouw met zwaar werk.

### Het verband tussen zware werkomstandigheden en een ongezonde leefstijl

Het gaat bij dit onderzoek om de 'ervaren gezondheid'. Dit is de manier waarop mensen zelf hun gezondheid en mate van lichamelijke beperkingen ervaren.

Ten opzichte van werknemers zonder lichamelijk zwaar werk, hebben werknemers met lichamelijk zwaar werk:

- minder vaak overgewicht (11%) en obesitas (21%)
- vaker voldoende beweging (9%)
- daarnaast roken zij vaker (26%)
- en drinken zij vaker meer dan 7 glazen alcohol per week (12%)

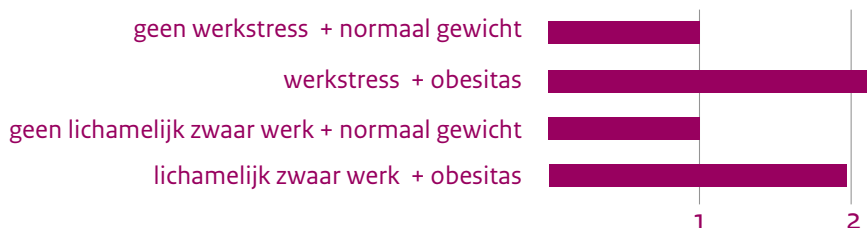
Ten opzichte van werknemers zonder werkstress, hebben werknemers met werkstress:

- vaker obesitas (23%)
- vaker onvoldoende beweging (9%)
- daarnaast roken zij vaker (14%)
- en drinken zij minder vaak meer dan 7 glazen alcohol per week (23%)

### Extra hoge kans op slechte gezondheid voor werknemers met zwaar werk EN obesitas

Medewerkers in de bouw met obesitas en lichamelijk zwaar werk, hebben 2 keer zoveel kans op een slechte gezondheid dan werknemers met een gezond gewicht en een lage lichamelijke werkbelasting. Dit geldt ook voor werknemers met obesitas en hoge werkstress: ook zij hebben 2 keer zoveel kans op een slechte gezondheid dan werknemers die dat niet hebben.

De kans op een slechte gezondheid bij:



### Het verband tussen lichamelijk zwaar werk en leefstijl



#### Medewerkers in de bouw met lichamelijk zwaar werk

(ten opzichte van medewerkers in de bouw zonder lichamelijk zwaar werk):



### Het verband tussen werkstress en leefstijl



#### Medewerkers in de bouw met werkstress

(ten opzichte van medewerkers in de bouw zonder werkstress):



## Ongezonde leefstijl geen directe verklaring voor de slechtere gezondheid van medewerkers met zwaar werk

Medewerkers in de bouw met lichamelijk zwaar werk hebben 65 procent meer kans op een slechtere gezondheid dan collega's zonder lichamelijk zwaar werk. We zagen net al dat de kans op een slechtere gezondheid nog groter is als zij òòk nog te zwaar zijn (zie figuur 2x zoveel kans op een slechte ervaren gezondheid). Verder is onderzocht of de slechtere gezondheid van werknemers met lichamelijk zwaar werk verklaard kan worden door een ongezonde leefstijl. Dat blijkt niet het geval te zijn. De slechtere gezondheid onder werknemers op bouwplaatsen met lichamelijk zwaar werk wordt niet verklaard door roken, alcoholgebruik, overgewicht en weinig bewegen. De gezondheidseffecten komen dus direct door het zware werk en mogelijk door andere factoren, die hier niet zijn onderzocht.

### Integraal beleid nodig: gericht op werkomstandigheden en leefstijl

Deze resultaten laten zien dat het nodig is om zowel de zware lichamelijke werkomstandigheden en werkstress te verlichten, als een gezondere leefstijl te stimuleren. Denk aan adviezen over leefstijl of lichter werk. Maatregelen voor deze factoren kunnen bijdragen aan een betere gezondheid van medewerkers in de bouw, en zo aan een duurzame inzetbaarheid!

### Opzet onderzoek

Het onderzoek is uitgevoerd door het RIVM en het Erasmus MC in samenwerking met kennis- en adviescentrum Volandis. De gegevens van ruim 30.000 medewerkers in de bouw die aan twee of meer PAGO's (Periodiek ArbeidsGezondheidskundig Onderzoek) hebben deelgenomen, zijn geanalyseerd. Gegevens over de werkomstandigheden en leefstijl zijn op hetzelfde moment bepaald, ervaren gezondheid op een moment later, namelijk de PAGO-meting na 2 of 4 jaar.

### Wat is zwaar werk?

Van zware lichamelijke werkomstandigheden is sprake bij ongemakkelijke werkhoudingen òf lichamelijk zware werkzaamheden. Hoge psychosociale werkomstandigheden (werkstress) zijn er wanneer een werknemer zelf weinig mogelijkheden heeft om het werk uit te voeren, in combinatie met een hoge werkdruk.

### Meer weten?

Neem contact op met prof.dr. Karin Proper (karin.proper@rivm.nl)

Dit is een uitgave van:

**Rijksinstituut voor Volksgezondheid  
en Milieu**

Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven  
www.rivm.nl

Maart 2020

Fotografie: Volandis

In opdracht van:  **ZonMw**

In samenwerking met:  **Erasmus MC**  
Universitair Medisch Centrum Rotterdam  
 **volandis**  
bewust werken werkt

*De zorg voor morgen* begint vandaag