



## SALUD



Hacer deporte hace a los empleados más creativos y productivos.

# El beneficio económico de hacer deporte

**VIDA SANA** Empresas y gobiernos cifran su beneficio.

**Emelia Viaña.** Madrid  
 ¿Sabía que si usted hace deporte contribuye a la recuperación económica? Esta teoría, que se inventó hace 20 años y que se ha discutido en numerosos foros económicos, se llama 'Wellness Economy'. Su fundador es Nerio Alessandri, presidente de Technogym, una empresa de material deportivo, que se ha propuesto hacer entender a la gente algo que se remonta a la antigua Roma: el significado de *mens sana in corpore sano*. Para conseguirlo Alessandri se ha buscado unos aliados, las empresas. En el Foro de Davos planteó una iniciativa, la Workplace Wellness Alliance, en la que más de 150 empresas de todo el mundo han unido sus esfuerzos para difundir el bienestar laboral internacional. "Hemos llegado a acuerdos con ellas para ayudarles a diseñar y desarrollar su gimnasio corporativo, a implantar programas que contribuyan a mejorar el bienestar de todos", afirma Ales-

sandri, que añade que para las compañías "la palabra clave es prevención. Invertir en programas de salud y de prevención para los empleados (instalando áreas donde poder realizar actividad física, un programa para educar en salud, un plan de nutrición saludable...) es invertir en empleados más motivados, creativos y productivos".

Este empresario italiano, cuya marca es líder mundial de su sector y que cuenta con 2.000 empleados, ha hablado también con los políticos. Su intención es convencer a todos los agentes sociales de la necesidad de que la población lleve un saludable estilo de vida para activar la economía. Las estadísticas le dan la razón. Ya hay más muertes en el mundo por cáncer o enferme-

dades cardiovasculares que por accidentes de tráfico. Son enfermedades cuya incidencia aumenta si la dieta no es sana o se hace poco deporte. Lo que ponen de manifiesto los datos es que una disminución del 10% en las enfermedades cardiovasculares corresponde a un aumento del 1% del PIB, y que cada euro invertido por las empresas en el bienestar de sus empleados genera un retorno de 30 euros.

Además, el número de personas con sobrepeso en el mundo ya es superior al de personas con malnutrición, según la OMS. "Es una oportunidad para que los gobiernos reduzcan los costes en servicios de salud, para que las empresas puedan motivar a sus empleados y para que todos los ciudadanos mejoren su salud y estilo de vida. Existen evidencias científicas que demuestran que el ejercicio es un fármaco eficaz para muchas enfermedades crónicas como la diabetes o hipertensión", concluye Alessandri.

**Disminuir un 10% las enfermedades cardiovasculares supone un aumento del 1% del PIB**