

PODRÓŻE SŁUŻBOWE GROŹNE DLA ZDROWIA?



Niedawne badania przeprowadzone przez naukowców z Uniwersytetu Columbia w USA wykazały bezpośredni związek pomiędzy podróżami służbowymi, a problemami zdrowotnymi, jakie one powodują.

W kwietniowym numerze "Journal of Occupational and Environmental Medicine" opublikowano ostatnie badania przeprowadzone przez dwóch naukowców z Instytutu Zdrowia Publicznego na Uniwersytecie Columbia. Catherine A. Richards i Andrew G. Rundle przebadali w sumie grupę 13 tys. osób w celu ustalenia, czy istnieje bezpośredni związek pomiędzy podróżami służbowymi, a problemami zdrowotnymi. Jak się okazuje, wyniki badań jednoznacznie potwierdzają taką zależność, a także sugerują możliwe sposoby ograniczania ryzyka.

Badana grupa składała się z ludzi podróżujących w interesach od 1 do 20 dni w miesiącu. Wyniki badań pokazały, **że im więcej ludzie podróżują w celach biznesowych, tym gorzej to odbija się to na ich zdrowiu.** Na przykład otyłość obserwowano o 92% częściej u osób dużo wyjeżdżających. Problem związany jest z **nieregularnym sposobem odżywiania, stresem i nagminnym brakiem snu.**

Z badań wynika więc, że pracownicy nie wyjeżdżający na różnego rodzaju spotkania i delegacje są zdecydowanie zdrowsi. Richards i Rundle proponują zatem, by w pierwszej kolejności wyjeżdżali ci, którzy cieszą się najlepszym zdrowiem.

Jedynym rozsądnym rozwiązaniem wydaje się być zatem uruchomienie specjalnych programów kształcenia pracowników, które pomogą im lepiej dobrać dietę oraz skuteczniej radzić sobie ze stresem, głównie poprzez higieniczniejszy tryb życia.

Date: 2011-05-09

Article link: <https://www.tourism-review.pl/podroe-biznesowe-mog-by-grone-dla-zdrowia-news2745>