

POZWÓLCIE ĆWICZYĆ!

Warsaw Enterprise Institute stoi na stanowisku, że nie istnieje dobre uzasadnienie dalszego wstrzymywania działalności obiektów sportowo-rekreacyjnych. Przy zachowaniu reżimu sanitarnego nie występuje tam zwiększone ryzyko zakażenia koronawirusem, a zaniedbanie aktywności fizycznej prowadzi do istotnego pogorszenia się stanu zdrowia publicznego. Szeroko rozumiana branża sportowa (siłownie, baseny, stoki narciarskie) jest istotną gałęzią polskiej gospodarki, a zaproponowana w Tarczy Antykryzysowej 6.0 pomoc nie uchroni jej przed bankructwami w przypadku wydłużonego lockdownu. W związku z tym Warsaw Enterprise Institute postuluje jak najszybsze otwarcie siłowni, klubów fitness, czy pływalni przy zachowaniu zaostrzonego reżimu sanitarnego.*

Czy restrykcje poszły za daleko?

Pandemia wymusza na rządzących działania, co do których wcześniej nie istniały żadne instrukcje. Skoro wróg nie jest poznany, trzeba przedsięwziąć restrykcyjne środki ostrożności. Co do zasady to rozsądne podejście. Ale **dzisiejszy stan wiedzy na temat koronawirusa, jego zjadliwości i zaraźliwości, jest znacznie większy niż w marcu 2020 r., gdy wprowadzano na świecie pierwsze lockdowny. Pozwala on na ocenę, gdzie przyjęte restrykcje poszły za daleko, a gdzie powinny być zaostrzone jeszcze bardziej.** Jak się okazuje, ogólnopojęta branża fitness należy do tej pierwszej grupy, a mimo to minister zdrowia Adam Niedzielski sceptycznie wyraża się o jej szybkim odmrażaniu. W pierwszej kolejności mają zostać otwarte placówki handlowe, czy szkoły, a siłownie „są na końcu listy”. To stanowisko niezrozumiałe i będzie miało poważne koszty społeczno-gospodarczo-zdrowotne.

Marginalna ilość zakażeń na obiektach fitness

Po pierwsze, nie istnieją dobre dane naukowe, które potwierdzałyby tezę, że kluby fitness sprzyjają wzrostowi zakażeń koronawirusem. Minister Niedzielski powołuje się co prawda na pracę opublikowaną 10 listopada 2020 r. w „Nature”¹, która do miejsc ryzyka epidemiologicznego obok restauracji zalicza właśnie kluby fitness. Minister nie wspomina jednak, że – jak sami autorzy wspomnianej pracy zauważają – daje ona praktyczne wytyczne służące opracowaniu zasad ich ponownego otwierania. Pozwala np. wyliczyć maksymalną dopuszczalną liczbę osób w danym obiekcie. Należy też zauważyć, że praca z „Nature” opiera się na matematycznym wymodelowaniu szansy zarażenia się w danych miejscach, a nie na badaniach empirycznych, które pokazywałyby, do ilu zakażeń tam doszło faktycznie. Tymczasem **istnieją liczne badania empiryczne wskazujące, że w obiektach fitness dochodzi do marginalnej wręcz liczby zakażeń.** Np. w norweskim badaniu opublikowanym 17 listopada 2020 r. na portalu medrxiv.com² przeanalizowano skutki otwarcia klubów fitness w Oslo, które miało miejsce 22 maja 2020 r. przy zachowaniu zaostrzonego reżimu sanitarnego. Badaniem objęto próbkę 3764 osób, z czego 1896 przypisano do grupy trenujących. Po 14 dniach przeprowadzono testy na obecność wirusa. Zaledwie jedna osoba z grupy ćwiczących okazała się zakażona Covidem, ale – jak się okazało w wyniku wywiadu sanitarnego – do zakażenia doszło w miejscu pracy, a nie na siłowni. Po 21 dniach zaś 11 osób w grupie ćwiczącej i 27 osób w grupie niećwiczącej otrzymało pozytywny wynik w teście na przeciwciała. Naukowcy doszli do wniosku, że „zapewniając dobrą higienę i dystans społeczny, w miejscach treningu nie dochodziło do zwiększonej transmisji wirusa.” Podobne wyniki osiągnęli naukowcy badający zakażenia w klubach fitness w Oregonie³, czy autorzy przekrojowego badania, biorącego pod uwagę 14 państw Europy, w tym Polski⁴. **Niewielką liczbę faktycznych zakażeń na siłowniach można tłumaczyć m.in. tym, że w treningu niejako w budowany jest bezpiecznik epidemiczny polegający na tym, że gdy ktoś źle się czuje (ma gorączkę, czy kasła), na ów trening nie idzie. Z prostej przyczyny: nie ma nań siły. Inaczej ma się sytuacja w miejscu pracy, gdzie presja na obecność jest tak duża, że pozwala ignorować objawy**

1 <https://www.nature.com/articles/s41586-020-2923-3>

2 <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.06.24.20138768v3>

3 <https://www.ihrsa.org/improve-your-club/industry-news/university-research-gyms-are-low-risk-for-covid-transmission/#>

4 <https://www.clubindustry.com/fitness-studies/gyms-pose-low-covid-19-transmission-risk-per-european-study>

chorobowe. Ktoś mógłby argumentować, że nawet te marginalne przypadki zakażeń, do jakich dochodzi w klubach fitness, przekładają się na kolejne zakażenia w populacji, gdyż osoby ćwiczące przynoszą je np. do swoich domostw. Zauważyć jednak należy, że osoby ćwiczące w trakcie epidemii to ludzie młodzi, single, bądź mieszkające zazwyczaj w gospodarstwach dwuosobowych – zarówno więc oni, jak i osoby z ich otoczenia należą do grupy niskiego ryzyka. **W przypadku basenów sytuacja jest podobna, jak w przypadku klubów fitness, co podsumowuje na swojej stronie WHO⁵:** „Dobrze utrzymana, chlorowana pływalnia jest bezpieczna. Doradza się jednak unikanie zatłoczonych przestrzeni, w tym basenów i utrzymywanie metrowego dystansu od ludzi kichających bądź kasających.”

Konsekwencje zdrowotne zamknięcia branży

Po drugie, regularny trening poprawia zarówno zdrowie fizyczne, jak i psychiczne ćwiczącej populacji. Ograniczenie aktywności fizycznej w czasie pandemii będzie miało negatywne długofalowe skutki, których koszty mogą znacznie przewyższyć zyski z marginalnej redukcji zakażeń wynikającej z zamrożenia branży fitness. Badania wskazują⁶, że brak aktywności fizycznej to jedna z ważnych przyczyn większości chorób przewlekłych, w tym nowotworów, a „ciało natychmiast źle adaptuje się do niewystarczającej aktywności fizycznej i, jeśli ten stan się wydłuża, ma to efekt w postaci istotnego spadku oczekiwanej liczby lat życia i jego jakości”. Jak wylicza Joanna Leśniowska z Akademii Leona Koźmińskiego, „całkowite koszty (bezpośrednie i pośrednie) przewlekłych chorób niezakaźnych w Polsce wynoszą 87,7 mld zł⁷”. Szacuje się, że w normalnych, niepandemicznych czasach koszty zdrowotne nieaktywności fizycznej Polaków to co najmniej ok. 900 mln zł rocznie, a w wyniku pandemicznego ograniczenia aktywności fizycznej wzrosną jeszcze bardziej. Należy też pamiętać, że korzystanie z obiektów rekreacyjno-sportowych ma wymiar terapeutyczny, redukuje stres, poprawia samopoczucie, pomaga (niektórym) łagodzić skutki depresji, a także ogranicza w grupach ćwiczących spożycie alkoholu i innych szkodliwych używek. To wszystko jednak ma miejsce, gdy mowa o regularnym treningu, który to pandemia wielu osobom uniemożliwia. Niebranie pod uwagę kosztów zdrowotnych zamknięcia obiektów sportowych, a branie pod uwagę wyłącznie zysku epidemiologicznego jest w świetle powyższego rażąca niekonsekwencją. **W odpowiedzi na tę uwagę pojawia się często argument, że „można ćwiczyć w domu”, albo „na dworze”.** To prawda. Jednak ma on tyle samo sensu, co stwierdzenie, że „można zamówić mąkę w sieci www i upiec samemu chleb” jako argument za zamykaniem piekarni. Przyczyną bowiem tego, że ludzie korzystają z klubów fitness, nie jest ich fanaberia, a m.in.:

- 1) Dostęp do profesjonalnego sprzętu, którego zakup do domu byłby zbyt kosztowny, bądź na który w domu nie ma miejsca.
- 2) Możliwość odbycia treningu pod okiem trenera, co zapewnia bezpieczeństwo treningu oraz jego większą efektywność.
- 3) Poczucie wspólnoty (bądź współzawodnictwa) z innymi, które zwiększa motywację do treningu.

Ostatnia kwestia jest szczególnie istotna – zalewie niewielki promil ludzi potrafi samodzielnie zmotywować się do regularnego wysiłku fizycznego. Łudzenie się, że ludzie masowo, płynnie i w sposób równie korzystny dla ich zdrowia przestawią się w warunkach lockdownu na trening domowy, albo na świeżym powietrzu jest pozbawione jakichkolwiek realistycznych podstaw psychologicznych. To tzw. pobożne życzenie. Ponadto trening na świeżym powietrzu w dużych miastach nie jest wcale tak zdrowy – występuje w nich bowiem smog.

Nieunikniona fala bankructw

Po trzecie, branża sportowo-rekreacyjna to obecnie prężna gałąź polskiej gospodarki, a rozwiązania zaproponowane w tarczy antykryzysowej nie są w stanie uchronić jej przed falą bankructw w wypadku przedłużającego się lockdownu. Samą tylko wartość rynku klubów fitness szacuje się na ok. 96 mld dolarów globalnie⁸, w Polsce na ok. 1 mld dolarów⁹ (Dane za 2019 r.). Do tego doliczyć należy przychody z działalności m.in. stoków

5 <https://www.who.int/southeastasia/outbreaks-and-emergencies/novel-coronavirus-2019/fact-or-fiction>

6 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4241367/>

7 Dane za 2014 r.

https://ssl-kolegia.sgh.waw.pl/pl/KZiF/czasopisma/zeszyty_naukowe_studia_i_prace_kzif/Documents/167_05_Le-sniowska.pdf

8 [Health & Fitness Clubs - Statistics & Facts | Statista](#)

9 [Po pandemii rynek fitness czeka reorganizacja | Deloitte](#)

narciarskich, ścianek wspinaczkowych, czy pływalni. Dla porównania i wycucia skali roczne przychody wszystkich klubów polskiej Ekstraklasy to zaledwie ok. 15 proc. tej kwoty¹⁰, mniejsze też będą dochody budżetu państwa z tytułu wprowadzonego właśnie podatku cukrowego¹¹. Trudno więc o branżę sportowo-rekreacyjnej mówić jako o branży o niewielkim znaczeniu. **Przed pandemią działało w Polsce ok. 3,5 tys. klubów fitness, zatrudniających w sumie ok. 50 tys. pracowników, z których usług korzystało ponad 4 mln ćwiczących.** Nie można także zapomnieć o pracownikach zatrudnionych w usługach powiązanych takich, jak sprzątanie, czy sprzedaż suplementów – spadek aktywności fizycznej dotyka także ich. Pomoc rządowa dla branż zamrożonych obejmuje m.in. odroczenie płatności zaliczek PIT, zwolnienie ze składek ZUS, świadczenia postojowe, czy dotację w wysokości 5 tys. zł – wszystko to pod warunkiem wykazania odpowiedniego spadku przychodu. O ile instrumenty te mogą pomóc w tymczasowym utrzymaniu zatrudnienia, to w żadnym razie nie wystarczą na pokrycie kosztów stałych, które stanowią główne koszty obiektów sportowych. **Przykładowo w dużych miastach kluby fitness mieszczące się w galeriach handlowych płacą średnio ok. 85 tys. zł miesięcznie za czynsz i opłatę eksploatacyjną oraz ok. 20 tys. za dzierżawę sprzętu – wynagrodzenia pracowników to z kolei koszt ok. 40-50 tys. zł miesięcznie.** Jeśli branża sportowa będzie skazana na wydłużenie lockdownu, należy spodziewać się fali bankructw, a w efekcie zwolnień. Osoby zwolnione będą rozważać przekwalifikowanie się, a to oznacza, że po pandemii ze względu na deficyt rąk do pracy branży trudniej będzie wrócić na ścieżkę wcześniejszego rozwoju. Do tego wszystkiego pośrednie koszty poniosą także firmy z branżą niezwiązaną. Firmy będą notować wyższą absencję pracowniczą, którą regularny wysiłek ogranicza. W zwykłych czasach koszty absencji pracowniczej wynikające z nieaktywności fizycznej to ok. 7 mld zł rocznie. Warto też nadmienić, że osłabiona branża fitness, obecnie należąca do polskiego kapitału, może zostać częściowo wykupiona przez inwestorów zagranicznych – co do zasady nie jest to złe, ale gdy odbywa się w wyniku naturalnych procesów rynkowych, a nie sztucznie wykreowanej przez rząd sytuacji.

Gorączkowe próby
wybrnięcia
z kryzysu

Jako Warsaw Enterprise Institute postulujemy odmrożenie brany rekreacyjno-sportowej z zachowaniem zaostrzonych rygorów sanitarnych przedstawionych na początku tego artykułu. Fakt, że inne kraje także wprowadzają lockdown w żadnym razie nie oznacza, że są to działania usprawiedliwione, skuteczne i racjonalne – są raczej objawem gorączkowego, choć bezmyślnego wybrnięcia z kryzysu wywołanego przede wszystkim indolencją instytucji państwa takich, jak ochrona zdrowia. To państwo wzięło na siebie to zadanie i to państwo na tym froncie poległo. Zmuszanie przypadkowo wybranych podmiotów do ponoszenia kosztów tej porażki jest błędem, którego konsekwencje będziemy jeszcze długo odczuwać.

*Proponowany reżim sanitarny po ponownym otwarciu klubów fitness:

- 12 m² na jednego ćwiczącego w strefach czerwonych, 7 m² w strefach żółtych, a w strefach zielonych zmiana na 4 m²/1 os.,
- dystans społeczny: 2 metry odległości,
- obowiązkowe maseczki w trakcie pobytu w lokalu,
- zwiększona częstotliwość serwisu sprząającego,
- częstsza wymiana powietrza,
- zwiększona liczba stacji z płynami do dezynfekcji rąk i sprzętu sportowego,
- obowiązek dezynfekcji sprzętu sportowego przez klientów po każdorazowym jego użyciu.

10 Ponad 572 mln zł przychodów klubów Ekstraklasy w 2019 - PKO BP Ekstraklasa - Strona oficjalna

11 Opłata cukrowa może pomóc w zmianie nawyków żywieniowych - Rzecz o Zdrowiu - rp.pl