

# SLUŽEBNÍ CESTY OHROŽUJÍ ZDRAVÍ



Nedávná studie vědců z Kolumbijské univerzity v USA prokázala přímou souvislost mezi služebními cestami a některými zdravotními problémy.

V dubnovém čísle odborného časopisu JOEM, který se zabývá dopadem prostředí a zaměstnání na naše zdraví, vyšla studie dvou vědců z prestižní Mailmanovy školy veřejného zdraví na Kolumbijské univerzitě. Catherine A. Richardsová a Andrew G. Rundle pracovali s 13.000 lidmi a své výsledky pečlivě ověřili. Hlavním cílem studie bylo zjistit, zda existuje přímá souvislost mezi služebními cestami a zdravotními problémy cestovatelů. Studie souvislost jednoznačně prokázala a také navrhla možné způsoby, jak zdravotní rizika omezit.

Studie byla zaměřena na lidi, kteří stráví na cestách jednu až dvacet nocí v měsíci. **Ukázalo se, že lidé, kteří tráví na služebních cestách více času, jsou na tom zdravotně hůře.** Například obezita je u pravidelných cestovatelů o 92 % častější. Problém tkví také ve stravovacích návycích. **Mezi časté problémy patří zvýšený cholesterol a krevní tlak, protože služební cesty s sebou nesou nedostatek spánku, nezdravou stravu a vysokou míru stresu.**

Je zajímavé, že i ale velká část zaměstnanců, kteří necestují, má zdravotní problémy. Richardsová a Rundle to vysvětlují jako "efekt zdravého pracovníka" - podnik je na služební cesty neposílá, raději vyšle zdravé zaměstnance.

Jako řešení navrhuje studie zavést školení pro zaměstnance, která by jim pomohla zlepšit stravu, efektivněji zvládat stres a vybírat si lepší hotely vybavené tělocvičnou nebo bazénem. Ve stručnosti, pomoci zaměstnancům ke zlepšení životního stylu na cestách.

Date: 2011-05-09

Article link: <https://www.tourism-review.cz/sluzebni-cesty-zpusobuji-zdravotni-problemy-news2745>