

Praticar atividades físicas faz bem e também reduz os gastos em saúde. Uma [pesquisa recente realizada em Portugal](#) concluiu que a inatividade física gera um custo de 980 milhões de euros aos serviços de saúde portugueses. O estudo, conduzido pela Deloitte, apontou que as faltas dos trabalhadores por motivos de doença e o presenteísmo custam à economia do país 1569 milhões de euros por ano.

Os custos gerados por cada trabalhador português afastado são de 336 euros em cuidados de saúde e 806 euros em potencial perdido no aumento do PIB. Ou seja, estas despesas não existiriam se fosse adotado o hábito de praticar atividade física.

No Brasil, [um estudo de 2019](#) constatou que a inatividade física gerou cerca de R\$ 300 milhões de gastos somente com internações no Sistema Único de Saúde (SUS) naquele ano. A pesquisa “Implicações socioeconômicas da inatividade física: panorama nacional e implicações para políticas públicas” foi realizada pela Universidade Federal Fluminense (UFF). E o foco era pessoas com mais de 40 anos de idade.

[Leia aqui na íntegra.](#)

Fonte: Previva, em acessado em 15.09.2022