

Effecten van een dagprogramma gericht op het verhogen van fysieke activiteit bij ouderen met een verstandelijke beperking

Gepubliceerd: 03-12-2009 Laatste bijgewerkt: 04-05-2024

Doelstelling van dit project is het ontwikkelen van een praktisch toepasbaar evidence based dagprogramma voor het verhogen van lichamelijke activiteit bij ouderen met een lichte of matige verstandelijke beperking ten behoeve van hun lichamelijke en...

Ethische beoordeling	Goedgekeurd WMO
Status	Werving gestart
Type aandoening	Overige aandoening
Onderzoekstype	Interventie onderzoek

Samenvatting

ID

NL-OMON32801

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

GOUD: gezondheidsbevorderend dagprogramma

Aandoening

- Overige aandoening
- Stemmingsstoornissen en -afwijkingen NEG

Synoniemen aandoening

fitheid, gezondheid, lichamelijke activiteit

Aandoening

degeneratieve aandoeningen in spierstelsel, diabetes

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Ipse de Bruggen

Overige ondersteuning: ZonMw, zorgorganisaties

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: Gezondheid, Lichamelijke activiteit, Veroudering, Verstandelijk gehandicapten

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

Deelname aan programma/ activiteiten

duur lichamelijke activiteit

omvang lichamelijke activiteit (aantal stappen)

intensiteit lichamelijke activiteit

Secundaire uitkomstmaten

gemiddelde lichamelijke activiteit per week

lichamelijke gezondheid: bloeddruk, cholesterol, glucose, vetpercentage,

middelomtrek, waist -to-hip- ratio

lichamelijke fitheid: uithoudingsvermogen, balans, kracht, coordinatie,

flexibiliteit

overige uitkomstmaten: adl-vaardigheden, kwaliteit van bestaan, depressieve

gevoelens, functionele achteruitgang

self-efficacy, valangst, attitude en ervaren barrières ten aanzien van

bewegen, sociale steun, pijn bij bewegen

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Het aantal oudere mensen met een verstandelijke beperking stijgt de komende decennia, maar gezond ouder worden is voor deze groep mensen niet vanzelfsprekend. De meeste oudere deelnemers zijn lichamelijk inactief. Dit heeft negatieve gevolgen voor het zelfstandig kunnen uitvoeren van activiteiten in het dagelijks leven en voor de gezondheid van deze populatie en daarmee op hun kwaliteit van bestaan. Dit resulteert ook in een intensievere zorgvraag en een grotere belasting van medewerkers. Er is bij deze populatie nagenoeg geen onderzoek gedaan naar de effectiviteit van programma's gericht op het verhogen van de lichamelijke activiteit en het verbeteren dan wel het in stand houden van lichamelijke fitheid en gezondheid.

Doel van het onderzoek

Doelstelling van dit project is het ontwikkelen van een praktisch toepasbaar evidence based dagprogramma voor het verhogen van lichamelijke activiteit bij ouderen met een lichte of matige verstandelijke beperking ten behoeve van hun lichamelijke en motorische fitheid, gezondheid en welzijn en dit programma evalueren op effectiviteit.

Onderzoeksopzet

randomized controlled trial met een follow up van 12 maanden

Onderzoeksproduct en/of interventie

Het programma bestaat uit drie dagdelen per week en bestaat uit twee onderdelen: 1) communiceren over het lichaam, bewegen en gezondheid 2) het deelnemen aan beweegactiviteiten, zoals ouderengym, wandelen, wii, dansen op muziek, fitness. Het programma wordt gedurende negen maanden drie keer per week aangeboden door medewerkers van de dagbesteding, gesuperviseerd door bewegingsdeskundigen. Per keer duurt het programma ca twee en een half uur. In totaal zullen de deelnemers ca een half uur tot drie kwartier in beweging zijn. De frequentie, duur en intensiteit van de activiteiten worden stap voor stap opgebouwd. Het beweegprogramma wordt afgestemd op de interesses en behoeftes van deelnemers. De activiteiten vinden plaats op het dagcentrum waar ouderen dagbesteding ontvangen of in een gymzaal in de buurt.

Inschatting van belasting en risico

Er zijn vrijwel geen risico's verbonden aan deelname aan het programma. Voordat het interventie-onderzoek van start gaat wordt de arts van de client gevraagd om vast te stellen of de client gezien zijn medische status kan

participeren in het programma of niet.

Elke deelnemer kan op zijn eigen niveau participeren aan de beweegactiviteiten.

Het programma wordt afgestemd op de

de mogelijkheden en beperkingen maar ook de interesse en voorkeuren van de deelnemers.

Het programma wordt langzaam (stapsgewijs) opgebouwd in frequentie en duur van de beweegactiviteiten. Deelnemers worden voorbereid op de beweegactiviteiten door te starten met een fase waarin gecommuniceerd wordt over beweegactiviteiten en verschillende beweegactiviteiten rustig worden uitgeprobeerd.

Het programma wordt uitgevoerd door getrainde medewerkers dagbesteding gesuperviseerd door bewegingsdeskundigen, die veel ervaring hebben in het aanbieden van beweegactiviteiten bij ouderen met een verstandelijke beperking.

De deelnemer zal gedurende het programma worden gestimuleerd om langer en intensiever deel te nemen aan beweegactiviteiten. Dit gebeurt echter stapsgewijs onder deskundige begeleiding en zonder dwang. De deelnemer zal niet worden gevraagd om maximale inspanning te verrichten: de activiteiten worden maximaal met een matige (submaximale) inspanning uitgevoerd. De hartslag van de deelnemer zal tijdens de activiteiten voortdurend worden gemonitord.

Het dagprogramma wordt regelmatig per individu multidisciplinair geëvalueerd.

Zowel in de woonsituatie als in de dagbestedingssituatie zijn de medewerkers op de hoogte van deelname van de deelnemer aan het programma. Indien er sprake is van achteruitgang van de gezondheid van de deelnemer, wordt dit direct gesignaleerd en zal multidisciplinair en in overleg met de deelnemer worden bepaald of het programma moet worden aangepast of dat de deelnemer stopt met het programma.

Contactpersonen

Publiek

Iipse de Bruggen

Spoorlaan 19
2471 PB Zwammerdam
NL

Wetenschappelijk

Iipse de Bruggen

Spoorlaan 19
2471 PB Zwammerdam
NL

Locaties

Landen waar het onderzoek wordt uitgevoerd

Netherlands

Deelname eisen

Leeftijd

Volwassenen (18-64 jaar)

65 jaar en ouder

Belangrijkste voorwaarden om deel te mogen nemen (Inclusiecriteria)

Minimale leeftijd van 50 jaar (peildatum 01-09-2010)

Lichte of matige verstandelijke beperking

Voldoende (sociaal) vaardig om in een groep van ca 10 deelnemers met 1 tot 2 begeleiders te kunnen participeren in de activiteiten

positief medisch advies van arts

informed consent

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

rolstoelafhankelijk

lichamelijk actief (gemiddeld meer dan 7500 stappen per dag)

Onderzoekopzet

Opzet

Fase onderzoek: 2

Type: Interventie onderzoek

Onderzoeksmodel: Parallel

Toewijzing: Gerandomiseerd

Blinding: Open / niet geblindeerd

Doel: Preventie

Deelname

Nederland

Status: Werving gestart

(Verwachte) startdatum: 01-09-2010

Aantal proefpersonen: 160

Type: Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO

Datum: 03-12-2009

Soort: Eerste indiening

Toetsingscommissie: METC Erasmus MC, Universitair Medisch Centrum Rotterdam (Rotterdam)

Registraties

Opgevolgd door onderstaande (mogelijk meer actuele) registratie

Geen registraties gevonden.

Andere (mogelijk minder actuele) registraties in dit register

Geen registraties gevonden.

In overige registers

Register

ID

CCMO

NL29573.078.09