

Vital@Work. Een onderzoek naar de ontwikkeling en evaluatie van een leefstijlinterventie ter stimulering van de vitaliteit van oudere werknemers.

Gepubliceerd: 24-04-2009 Laatste bijgewerkt: 06-05-2024

Het doel van het voorgestelde project is tweeledig: (1) het ontwikkelen van een leefstijlinterventie voor oudere werknemers (45+ jaar), en (2) het evalueren van de ontwikkelde leefstijlinterventie op leefstijlgedrag, vitaliteit, bevologenheid en...

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

Samenvatting

ID

NL-OMON33648

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

Vital@Work

Aandoening

- Overige aandoening

Synoniemen aandoening

Fitheid, uithoudingsvermogen

Aandoening

Vitaliteit

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Vrije Universiteit Medisch Centrum

Overige ondersteuning: Stichting Instituut Gak (SIG)

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: Gerandomiseerd gecontroleerd onderzoek, Leefstijl, oudere werknemers, Vitaliteit

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

- de verschillende leefstijlgedragingen (BRAVO): Bewegen, Roken, Alcohol,

Voeding, en Ontspanning

- Vitaliteit.

Secundaire uitkomstmaten

- bevoegenheid

- productiviteit

- kosten-effectiviteit van de leefstijlinterventie.

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Vanwege de demografische verschuivingen hebben bedrijven in toenemende mate te maken met een ouder personeelsbestand. Voor werkgevers is het van belang om oudere werknemers vitaal te houden, zodat ze gezond en gemotiveerd langer inzetbaar zijn. Een gezonde leefstijl kan hieraan bijdragen.

Leefstijl omvat diverse gedragingen, die tegenwoordig worden samengevat met de term BRAVO (Bewegen, Roken, Alcohol, Voeding en Ontspanning). Een gezonde leefstijl heeft gunstige effecten op het risico voor het ontstaan van diverse chronische ziekten alsmede op bepaalde werkgerelateerde uitkomstmaten (bijvoorbeeld een reductie van het ziekteverzuim). Een bedrijfsgezondheidsbeleid dat zich richt op het stimuleren van een gezonde leefstijl is dan ook, mede in het kader van de vergrijzing, van toenemend belang.

Op basis van een uitgebreide literatuurstudie naar de effectiviteit van primair preventieve leefstijlinterventies die toepasbaar zijn in de bedrijfsgezondheidszorg bleek dat dergelijke interventies daadwerkelijk leiden tot een verbeterde leefstijl, als wel een gunstig effect hebben op een aantal gezondheidsgelateerde uitkomstmaten. Echter, vanwege een gebrek aan studies kon er geen conclusie getrokken worden over het effect van deze interventies op werkgerelateerde uitkomstmaten. Een andere relevante uitkomstmaat, die eveneens ontbrak in de studies naar het effect van BRAVO interventies, is vitaliteit. Deze uitkomstmaat is juist in het kader van de vergrijzing van belang voor zowel de werknemer als de organisatie. Verondersteld wordt dat een gezonde leefstijl een positief effect heeft op de vitaliteit.

Doel van het onderzoek

Het doel van het voorgestelde project is tweeledig: (1) het ontwikkelen van een leefstijlinterventie voor oudere werknemers (45+ jaar), en (2) het evalueren van de ontwikkelde leefstijlinterventie op leefstijlgedrag, vitaliteit, bevoegheid en productiviteit van oudere werknemers.

Onderzoeksopzet

De leefstijlinterventie zal geëvalueerd worden in een gerandomiseerd, gecontroleerd onderzoek (RCT) onder oudere werknemers (45 jaar en ouder) van het VUmc Amsterdam en het LUMc in Leiden. Het effect van de interventie zal 6 en 12 maanden na de start van de leefstijlinterventie onderzocht worden.

Onderzoeksproduct en/of interventie

De interventie zal gericht zijn op: 1) het stimuleren van meer bewegen in vrije tijd Dit zal gedaan worden door het aanbieden van een beweegprogramma gericht op het stimuleren van zowel mentale vitaliteit (dit zal gedaan worden door het aanbieden van ontspanningsoefeningen) als fysieke vitaliteit (dit zal gedaan worden door het aanbieden van conditieoefeningen). Naast het aanbieden van een beweegprogramma zullen de werknemers 3 keer gedurende het half jaar worden uitgenodigd voor een coaching gesprek met de Personal Vitality coach. Deze coachingsgesprekken zullen gericht zijn op 1) goal setting ten behoeve van meer bewegen en het eten van meer fruit 2) feedback op gestelde doelen en 3) strategieën aanleren om moeilijk situaties die actie tot gewenst gedrag in gevaar kan brengen. 2) het stimuleren van het eten van meer fruit Dit zal gedaan worden door het aanbieden van 'werkfruit' op de afdelingen die zijn ingedeeld in de interventiegroep.

Inschatting van belasting en risico

nvt.

Contactpersonen

Publiek

Vrije Universiteit Medisch Centrum

van der boechorststraat 7
1081 BT Amsterdam
NL

Wetenschappelijk

Vrije Universiteit Medisch Centrum

van der boechorststraat 7
1081 BT Amsterdam
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)

- 45 jaar en ouder
- Beschikbaarheid tot eind van de follow-up periode (12 maanden)
- Minstens 20 uur per week werkzaam zijn bij VUmc Amsterdam of LUMc Leiden
- Informed Consent tekenen

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

- Niet in staat zijn tot fysieke activiteit
- Geen goede beheersing van de Nederlandse taal (zowel spreken als schrijven)

Onderzoeksopzet

Opzet

Type:	Interventie onderzoek
Onderzoeksmodel:	Parallel
Toewijzing:	Gerandomiseerd
Blinding:	Enkelblind

Doel: Preventie

Deelname

Nederland	
Status:	Werving gestopt
(Verwachte) startdatum:	28-04-2009
Aantal proefpersonen:	450
Type:	Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO	
Datum:	24-04-2009
Soort:	Eerste indiening
Toetsingscommissie:	METC Amsterdam UMC

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	NL26244.029.08