

Het doorbreken van de gewoonte: een exploratieve studie over de neurale correlaten van mindful eten

Gepubliceerd: 13-06-2013 Laatste bijgewerkt: 15-05-2024

Het doel van het onderzoek is om de neurocognitieve mechanismen te onthullen waar de mindful eten training op inwerkt. Daarnaast stelt de 1-jarige follow-up ons in staat om de mindful eten training te vergelijken met educatieve...

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

Samenvatting

ID

NL-OMON38507

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

Mindful eten

Aandoening

- Overige aandoening

Synoniemen aandoening

ongecontroleerd eten, overeten

Aandoening

does not involve patient population, but healthy individuals who would like to change their eating pattern

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Radboud Universiteit Nijmegen

Overige ondersteuning: NWO: Veni

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: frontostriatale verwerking, gewoontes, mindfulness, overeten

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

We zullen de verschillen in zowel prestatie (nl. foutenpercentages en reactietijden), als hersenactiviteit en -connectiviteit (mbv fMRI) in prefrontale cortex controle (nl. aandachtsbias voor voedselgerelateerde woorden en negatief geladen woorden), en striatum (nl. voedsel en geld beloningssignaal responsen) meten voor en na de training, afhankelijk van type training.

Secundaire uitkomstmaten

We zullen ook gewicht en heup-taille verhouding metingen en vragenlijstgegevens verkrijgen op ieder bezoek aan het lab (incl de 1-jarige follow-up) om de effecten van de training op gewicht, eetgedrag en algemene beloningsgevoeligheid te kunnen bepalen.

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Obesitas heeft epidemiologische proporties bereikt wereldwijd en draagt in zeer grote mate bij aan de wereldwijde last van chronische ziekte en handicaps. Calorierijke, smakelijke voeding is niet alleen een bron van voedingsstoffen, maar ook een sterke beloning. Voedingssignalen in de omgeving kunnen een habituele reactie triggeren om te eten, zelfs als we helemaal geen honger hebben. Habitueel eten ("op de autopiloot") is vervolgens ongevoelig voor interne signalen van verzadiging tijdens het nuttigen. De kwetsbaarheid om te

overeten zou veroorzaakt kunnen worden door een hyperactief signaal-gestuurd dopamine belonings- of habituele systeem in het striatum, of door een geattenueerde rol van de prefrontale cortex in doelbewuste controle in tegenstelling tot habitueel gedrag.

Een methode die in toenemende mate populair is om de gewoonte van overeten tegen te gaan, is mindfulness training, gericht op het bevorderen van het besef van interne en externe signalen. Preliminair studies suggereren dat mindfulness effectief is in het reduceren van habituele voedselinname, maar het is nog onduidelijk hoe: verlaagt het de striatale belonings signaal responsen of versterkt het controle in de prefrontale cortex?

Doel van het onderzoek

Het doel van het onderzoek is om de neurocognitieve mechanismen te onthullen waar de mindful eten training op inwerkt. Daarnaast stelt de 1-jarige follow-up ons in staat om de mindful eten training te vergelijken met educatieve voedingsgezondheidsmethoden in termen van het voorkomen van gewichtstoename.

Onderzoeksopzet

Deelnemers zullen pseudo-willekeurig toegewezen aan de gedragsinterventie of aan de actieve controle interventie, en ze zullen zowel voor als na de interventie getest worden (observationeel mbv fMRI).

Onderzoeksproduct en/of interventie

Deelnemers zullen ofwel een mindful eten training volgen of een educatieve kooktraining (actieve controle). Beide trainingen bestaan uit 8 wekelijkse, 2.5 uur durende groepsessies, dagelijks 45 minuten huiswerk en een stilte- of balansdag, respectievelijk.

Inschatting van belasting en risico

Deelnemers worden niet blootgesteld aan enig risico bij deelname aan dit onderzoek. Deelnemers komen in totaal 4x naar het Donders Instituut: 1x voor een intake (1.5u, geen fMRI), 2x voor een testdag (voor en na de interventie; elk 4u, waarvan 1u in de MR scanner), en 1x voor de 1-jaar follow-up (1u, geen fMRI). Daarnaast neemt de interventie de nodige tijd in beslag (zie onder het kopje "Interventie" hierboven).

Contactpersonen

Publiek

Radboud Universiteit Nijmegen

Kapittelweg 29
Nijmegen 6525 EN
NL

Wetenschappelijk

Radboud Universiteit Nijmegen

Kapittelweg 29
Nijmegen 6525 EN
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)

- Leeftijd: 18 - 55 jaar oud
- BMI: 19 - 35
- Rechtshandig
- Gemotiveerd om het eetpatroon te willen veranderen, i.e. bereid zijn om de benodigde tijdsinvestering te doen voor de trainingprogramma's

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

- MRI contraindicaties
- (Geschiedenis van) klinisch relevante ziektes
- (Geschiedenis van) relevante neurologische of psychiatrische stoornissen
- Regelmatig gebruik van drugs en psychotrope medicatie
- Ervaring met MBSR of MBCT cursus
- Voedselallergie voor een van de ingrediënten in de voedselbeloningen

Onderzoeksopzet

Opzet

Type:	Interventie onderzoek
Onderzoeksmodel:	Parallel
Toewijzing:	Gerandomiseerd
Blinding:	Open / niet geblindeerd
Controle:	Geneesmiddel
Doel:	Algemeen wetenschappelijk

Deelname

Nederland	
Status:	Werving gestart
(Verwachte) startdatum:	10-10-2013
Aantal proefpersonen:	80
Type:	Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO	
Datum:	13-06-2013
Soort:	Eerste indiening
Toetsingscommissie:	CMO regio Arnhem-Nijmegen (Nijmegen)
Goedgekeurd WMO	
Datum:	24-04-2014
Soort:	Amendement
Toetsingscommissie:	CMO regio Arnhem-Nijmegen (Nijmegen)

Goedgekeurd WMO	
Datum:	28-10-2014
Soort:	Amendement
Toetsingscommissie:	CMO regio Arnhem-Nijmegen (Nijmegen)
Goedgekeurd WMO	
Datum:	12-02-2015
Soort:	Amendement
Toetsingscommissie:	CMO regio Arnhem-Nijmegen (Nijmegen)

Registraties

Opgevolgd door onderstaande (mogelijk meer actuele) registratie

Geen registraties gevonden.

Andere (mogelijk minder actuele) registraties in dit register

ID: 19913

Bron: NTR

Titel:

In overige registers

Register	ID
CCMO	NL43884.091.13
OMON	NL-OMON19913
OMON	NL-OMON23364