

Haalbaarheidsstudie: Onderzoek naar het effect van twee gezonde voedingspatronen op lichamelijke en psychische klachten

Gepubliceerd: 30-07-2015 Laatste bijgewerkt: 19-04-2024

Om de toetsen of zo'n toekomstige studie haalbaar is, zou ik eerst 35 gezonde vrijwilligers willen zoeken die gedurende vier weken het paleodieet willen volgen en gedurende vier weken de schijf van vijf. Na beide periodes van vier weken wil ik...

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

Samenvatting

ID

NL-OMON42408

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

Haalbaarheidsstudie voedingspatronen

Aandoening

- Overige aandoening

Synoniemen aandoening

geestelijke gezondheid, lichamelijke en psychische symptomen, somatische klachten

Aandoening

lichamelijke en psychische klachten

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Psychiatrie

Overige ondersteuning: Ministerie van OC&W

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: Angst, Depressie, Somatische klachten, Voeding

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

Haalbaarheid: 1) benodigde tijd voor het werven van 35 deelnemers, 2) mate waarin deelnemers zich aan de handleidingen gehouden hebben, 3) percentage deelnemers dat de studie afmaakt en 4) representativiteit van de steekproef ten opzichte van de normale bevolking.

Secundaire uitkomstmaten

Effectgrootte op lichamelijke en psychische klachten.

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Een *paleolithisch* voedingspatroon, ook wel het paleodieet genoemd, bestaat uit groente, fruit, vlees, vis, eieren en noten. Het is een populair voedingspatroon dat veel interesse wekt onder de bevolking alswel onder diëtisten en andere behandelaars. Een korte zoektocht op internet laat zien dat mensen dit dieet niet (uitsluitend) volgen om af te vallen, maar ook wegens de vermindering van andere klachten. In verschillende studies is aangetoond dat een *paleolithisch* voedingspatroon de glucoseregulatie en het lipidenprofiel verbetert ten opzichte van andere gezonde voedingspatronen, zoals de schijf van vijf, een Mediterraan voedingspatroon en een diabetesdieet (Boers et al., 2014; Johnsson et al., 2009; Masharani et al., 2015; Lindeberg et al., 2007). Tot nu toe is nog niet bekeken wat de mogelijke effecten zijn op lichamelijke en psychische klachten. In de toekomst wil ik mogelijk onderzoek doen naar het effect van zo'n voedingspatroon op lichamelijke en psychische klachten.

Doel van het onderzoek

Om de toetsen of zo'n toekomstige studie haalbaar is, zou ik eerst 35 gezonde vrijwilligers willen zoeken die gedurende vier weken het paleodieet willen volgen en gedurende vier weken de schijf van vijf. Na beide periodes van vier weken wil ik bekijken in hoeverre ze zich aan de handleidingen hebben gehouden, hoe moeilijk ze dat vonden en of ze nog tips hebben ter verbetering van de handleidingen. Daarnaast zou ik, om een indicatie te krijgen van de mogelijke effectgrootte, na de twee perioden van vier weken twee vragenlijsten over lichamelijke en psychische klachten af willen nemen.

Onderzoeksopzet

Beide voedingspatronen, de schijf van vijf en het paleodieet, worden vier weken gevolgd. In twee verschillende studies naar effecten van het paleodieet werd binnen vier weken (respectievelijk twee en drie weken) een significante verbetering aangetoond van de glucoseregulatie, cholesterol en bloeddruk (Boers et al., 2014; Masharani et al. 2015). De hypothese is daarom, dat het paleodieet binnen vier weken ook effect zal hebben op psychische en lichamelijke klachten. We kiezen voor vier weken, en niet voor twee of drie, omdat de vrouwelijke cyclus dan geen effect zal hebben op onze resultaten. Lichamelijke en psychische klachten worden aan het eind van beide periodes gemeten met gevalideerde vragenlijsten.

Onderzoeksproduct en/of interventie

Deelnemers eten gedurende vier weken volgens de Schijf van Vijf en gedurende vier weken volgens het paleodieet.

Inschatting van belasting en risico

Er zijn geen risico's verbonden aan deelname aan dit onderzoek. Het zal de deelnemers extra moeite kosten om de gezonde voedingspatronen te volgen. Met name het paleodieet wijkt af van de norm. Deelnemers ontvangen voor beide voedingspatronen een handleiding met recepten om het ze zo gemakkelijk mogelijk te maken beide voedingspatronen te volgen. Het invullen van de vragenlijsten kost 3x15 minuten en 6x5 minuten.

Contactpersonen

Publiek

Selecteer

Hanzeplein 1

Groningen 9713GZ
NL

Wetenschappelijk

Selecteer

Hanzeplein 1
Groningen 9713GZ
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 jaar of ouder.
Goede beheersing van de Nederlandse taal.
Bereid zijn om beide voedingspatronen te volgen.

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

Een kaliumbeperkt dieet moeten volgen.
Zwangerschap.

Onderzoeksopzet

Opzet

Type:	Interventie onderzoek
Onderzoeksmodel:	Cross-over
Blinding:	Open / niet geblindeerd
Controle:	Geen controle groep
Doel:	Preventie

Deelname

Nederland	
Status:	Werving gestopt
(Verwachte) startdatum:	23-09-2015
Aantal proefpersonen:	35
Type:	Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO	
Datum:	30-07-2015
Soort:	Eerste indiening
Toetsingscommissie:	METC Universitair Medisch Centrum Groningen (Groningen)

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

CCMO

ID

NL53798.042.15