

Exploratieve studie om de effecten van de minder zitten interventie op totale zittijd te onderzoeken

Gepubliceerd: 14-03-2016 Laatste bijgewerkt: 20-04-2024

Tijdens de nieuwe minder zitten interventie voorkomt u langer dan 30 minuten onafgebroken zitten en wordt u aangemoedigd om regelmatig uw zitgedrag te onderbreken. Om deze nieuwe leefstijl interventie in onderzoek te gebruiken, willen we eerst weten...

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

Samenvatting

ID

NL-OMON43403

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

Minder zitten, meer bewegen studie

Aandoening

- Levensstijlaangelegenheden

Synoniemen aandoening

inactiviteit, zitgedrag

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Integratieve Fysiologie, Radboudumc

Overige ondersteuning: Ministerie van OC&W

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: inactiviteit, zit-interventie

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

Totale zittijd per dag.

Secundaire uitkomstmaten

Zit-tot-stand bewegingen.

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Inactiviteit heeft roken ingehaald als belangrijkste doodsoorzaak in de Westerse wereld. Daarom wordt bewegen vanuit de overheid en kennisorganen al jarenlang aanbevolen en moeten volwassenen tenminste 150 minuten per week matig intensief bewegen. Echter voldoet minder dan 50% aan deze richtlijnen, waarbij vooral patiënten met (chronische) ziekten moeite hebben om hieraan te voldoen. In dit onderzoek willen we een nieuwe interventie onderzoeken die niet richt op sporten, maar op het te veel zitten. Deze nieuwe behandeling noemen we *minder zitten interventie*.

Doel van het onderzoek

Tijdens de nieuwe minder zitten interventie voorkomt u langer dan 30 minuten onafgebroken zitten en wordt u aangemoedigd om regelmatig uw zitgedrag te onderbreken. Om deze nieuwe leefstijl interventie in onderzoek te gebruiken, willen we eerst weten hoe succesvol deze techniek is. De vraag die we met dit onderzoek willen beantwoorden is *Hoe verandert de zittijd per dag wanneer de minder zitten interventie wordt gebruikt* wanneer deze 4 weken getest wordt. Als een secundair doel onderzoeken we het volhouden aan de therapie op de langere termijn. Zittijd per dag zal daarvoor 4 weken na de interventie nogmaals geanalyseerd worden.

Onderzoekopzet

Interventie pilot studie

Onderzoeksproduct en/of interventie

4 weken minder zitten interventie, toepassen van veel gebruikte en RIVM goedgekeurde interventie.

Inschatting van belasting en risico

Proefpersonen zullen gedurende de dag een stappenteller dragen die lichamelijke activiteiten patronen zal meten. Dit apparaat is in staat om langdurig zitgedrag te registreren, waardoor het de deelnemer een signaal zal sturen om zijn/haar zitgedrag te doorbreken. Daarnaast zal een veelgebruikte activiteiten monitor (Sensewear armband) gedragen worden om het lichamelijke activiteitsniveau te bepalen. Deelnemers zullen 3 keer naar de afdeling fysiologie komen (voor, na de interventie, en 4 weken na de interventie) om het lichamelijke activiteitenpatroon (primaire onderzoeksvraag) te meten. Ook zullen cardiovasculaire risicofactoren (bloeddruk, bloed lipiden profiel, BMI, buik-heup omvang) gemeten worden om te onderzoeken of veranderingen in activiteitenpatroon relateren aan veranderingen in cardiovasculair risico (secundaire vraag). Het risico van deelnemen aan deze interventie is dus verwaarloosbaar, terwijl de interventie mogelijk kan leiden tot gezondheidswinst.

Contactpersonen

Publiek

Selecteer

Philips van Leydenlaan 15
Nijmegen 6525EX
NL

Wetenschappelijk

Selecteer

Philips van Leydenlaan 15
Nijmegen 6525EX
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)

- ouder dan 18 jaar
- In staat om informed consent te geven
- > 40 uur zitten per week

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

- Personen die fysiek niet in staat zijn om lichte inspanning (staan en lopen) te verrichten.

Onderzoeksopzet

Opzet

Type: Interventie onderzoek

Blinding: Open / niet geblindeerd

Controle: Geen controle groep

Doel: Preventie

Deelname

Nederland

Status: Werving gestopt

(Verwachte) startdatum: 25-04-2016

Aantal proefpersonen: 30

Type:

Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO

Datum:

14-03-2016

Soort:

Eerste indiening

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

Geen registraties gevonden.

In overige registers

Register	ID
CCMO	NL55880.091.15

Resultaten

Einddatum onderzoek: 14-07-2016

Totaal aantal deelnemers: 10

Samenvatting resultaten

Trial ended prematurely