

Het effect van realtime feedback op hardlooptechniek door geïndstrumenteerde inlegzolen op hardloopblessures en loopprestaties: een gerandomiseerd gecontroleerd onderzoek

Gepubliceerd: 03-06-2020 Laatste bijgewerkt: 15-05-2024

Doel: Het primaire doel van deze studie is om realtime feedback te onderzoeken over de hardlooptechniek van een telefoon die is aangesloten op drukgevoelige inlegzolen en effectief is bij het verminderen van hardloopblessures. Een tweede doel is om...

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

Samenvatting

ID

NL-OMON49135

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

De effecten van realtime feedback op hardloopblessures en prestaties

Aandoening

- Overige aandoening

Synoniemen aandoening

Hardloopblessures, pijn door hardlopen

Aandoening

Sportblessures

Betreft onderzoek met
Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Universiteit Maastricht

Overige ondersteuning: ARION, Eindhoven, Eurostarts subsidie

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: Hardloopblessures, Loopscholing, Realtime feedback, Trainingsbelasting

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

Belangrijkste studieparameters / eindpunten: 1) hardloopgerelateerde blessures

Secundaire uitkomstmaten

2) motivatie en 3) hardloopprestaties

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Rationale: een slechte looptechniek wordt als een belangrijke risicofactor voor hardloopgerelateerde blessures beschouwd. Wearables bieden een veelbelovende methode om te kwantificeren en bieden realtime feedback over de hardlooptechniek buiten het laboratorium. Deze feedback kan op zijn beurt het letselpercentage verlagen en de prestaties verbeteren. Er is echter weinig onderzoek gedaan naar de effectiviteit van realtime feedback in het veld over hardloopblessures en hardloopprestaties.

Doel van het onderzoek

Doel: Het primaire doel van deze studie is om realtime feedback te onderzoeken over de hardlooptechniek van een telefoon die is aangesloten op drukgevoelige inlegzolen en effectief is bij het verminderen van hardloopblessures. Een tweede doel is om te onderzoeken of realtime feedback ook effectiever is bij het verbeteren van hardloopprestaties en motivatie.

Onderzoeksopzet

Onderzoeksopzet: gerandomiseerde gecontroleerde studie

Onderzoeksproduct en/of interventie

Real-time feedback op de hardlooptechniek

Inschatting van belasting en risico

Aard en omvang van de last en risico's in verband met participatie, voordelen en groepsgebondenheid: de procedures zijn niet-invasief en vereisen slechts weinig tijdsinvesteringen. Het onderzoek zal de deelnemers rechtstreeks ten goede komen, door mogelijk minder blessures, en prestaties en motivatie in de interventiegroep te verhogen, en indirect ook de deelnemers ten goede te komen door onze kennis over risicofactoren van hardloophblessures te vergroten.

Contactpersonen

Publiek

Universiteit Maastricht

Universiteitssingel 50
Maastricht 6229ER
NL

Wetenschappelijk

Universiteit Maastricht

Universiteitssingel 50
Maastricht 6229ER
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)

Inclusiecriteria waren: 1) zelf beoordeelde beginnende / recreatieve hardloper die minimaal twee keer per week liep met een minimale totale afstand van 10 km per week en maximaal 45 km per week op het moment van opname, 2) leeftijd tussen 18-65 jaar, 3) vaardig in de Engelse taal, en 4) interesse in training om een afstand tussen 10 km en een halve marathon te kunnen lopen.

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

Uitsluitingscriteria waren 1) geen e-mailadres of toegang tot internet, 2) smartphone die niet geschikt was voor realtime feedback (bijv. Oudere besturingssystemen), 3) meer dan 3 uur per week deelnemen aan andere sporten, 4) major of licht letsel aan de onderste ledematen in de afgelopen zes of drie maanden, 6) contra-indicaties voor zware lichamelijke activiteit, zoals zwangerschap of zwanger zijn geweest in de afgelopen zes maanden, ongemak tijdens het hardlopen en cardiovasculaire, metabolische of pulmonale nadelige gezondheidsproblemen (bijv. beroerte, hartziekte, pijn op de borst, diabetes, COPD), 7) BMI van > 27,5 en 8) meer dan een keer per week deelnemen aan trailrunning.

Onderzoeksopzet

Opzet

Type:	Interventie onderzoek
Onderzoeksmodel:	Parallel
Toewijzing:	Gerandomiseerd
Blinding:	Dubbelblind
Controle:	Actieve controle groep

Doel: Preventie

Deelname

Nederland
Status: Werving gestopt
(Verwachte) startdatum: 31-05-2020
Aantal proefpersonen: 208
Type: Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO
Datum: 03-06-2020
Soort: Eerste indiening
Toetsingscommissie: METC academisch ziekenhuis Maastricht/Universiteit Maastricht, METC azM/UM (Maastricht)

Registraties

Opgevolgd door onderstaande (mogelijk meer actuele) registratie

Geen registraties gevonden.

Andere (mogelijk minder actuele) registraties in dit register

ID: 28506
Bron: Nationaal Trial Register
Titel:

In overige registers

Register	ID
CCMO	NL72989.068.20
Ander register	NL8472
OMON	NL-OMON28506