

Effect van een multicomponent interventie ter bevordering van lichamelijke activiteit bij volwassenen met een verstandelijke beperking

Gepubliceerd: 19-10-2012 Laatste bijgewerkt: 04-07-2024

Het doel van deze studie is het onderzoeken van de effectiviteit van een multi-component interventie om mensen met een verstandelijke beperking te stimuleren meer te gaan bewegen.

Ethische beoordeling	Goedgekeurd WMO
Status	Werving nog niet gestart
Type aandoening	Psychiatrische en gedragssymptomen NEG
Onderzoekstype	Interventie onderzoek

Samenvatting

ID

NL-OMON56833

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

Bewegingsstimuleringsprogramma voor volwassenen met VB

Aandoening

- Psychiatrische en gedragssymptomen NEG
- Levensstijlaangelegenheden

Synoniemen aandoening

inactiviteit, Sedentaire leefstijl

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Erasmus MC, Universitair Medisch Centrum Rotterdam

Overige ondersteuning: door zorgorganisatie Abrona

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: Gedragsverandering, Gezondheid, Lichamelijke activiteit, Verstandelijke beperking

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

De primaire uitkomstmaat is het verschil in lichamelijke activiteit van volwassenen met een verstandelijke beperking.

Secundaire uitkomstmaten

De secundaire uitkomstmaten wat betreft de volwassenen met een verstandelijke beperking zijn:

- Gezondheid: BMI, heup- en middelomtrek, bloeddruk en kuitomtrek
- Fitheid: knijpkracht, beenkrachtuithoudingsvermogen, balans, comfortabele wandelsnelheid
- Gedragsproblemen
- Functioneren: ADL, IADL, mobiliteit, gezondheidsstatus
- Persoonlijke opvatting over bewegen: fase van gedragsverandering, attitude ten opzichte van bewegen, barrières om te veranderen, valangst, pijn bij bewegen, ervaringen en voorkeuren rondom bewegen.

De secundaire uitkomstmaten wat betreft de persoonlijk begeleiders zijn:

- Attitude ten opzichte van het implementeren van voldoende activiteit in

dagelijkse ondersteuning en zorg

-Fase van gedragsverandering, en barrières om te veranderen

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Mensen met een verstandelijke beperking bewegen erg weinig, en reguliere programma's om meer bewegen te stimuleren zijn vaak niet geschikt voor deze doelgroep, vanwege specifieke eigenschappen van de mensen met een verstandelijke beperking en hun specifieke zorg/ondersteuningssituatie.

Doel van het onderzoek

Het doel van deze studie is het onderzoeken van de effectiviteit van een multi-component interventie om mensen met een verstandelijke beperking te stimuleren meer te gaan bewegen.

Onderzoeksopzet

Quasi-experimental repeated measures design

Onderzoeksproduct en/of interventie

Na een controle periode van 12 weken krijgen alle deelnemers de interventie die ook weer 12 weken duurt. De interventie richt zich op het veranderen van gedrag bij mensen met een verstandelijke beperking (meer bewegen), en bij de persoonlijke begeleiders van deze mensen (voldoende bewegen gaan integreren in de dagelijkse ondersteuning / zorg die zij bieden). De interventie begint met een Quickscan, waarna de begeleiders van die woonlocatie deelnemen aan een educatieve workshop waarin o.a. het nut van bewegen wordt besproken, en de mogelijkheden om te bewegen als je een chronische aandoening hebt. De persoonlijke begeleiders krijgen advies over alle deelnemers van de beweegcoach, die hiervoor de resultaten uit de Quickscan gebruikt en zijn kennis over beweegmogelijkheden. Nadat de individuele doelen voor de 12 weken zijn bepaald blijft de beweegcoach de persoonlijk begeleider coachen gedurende de 12 weken. Ook komt hij twee keer langs voor een demonstratie op locatie van makkelijke groepsactiviteiten. De deelnemers krijgen een shirt en een tas bij de start, en een medaille en een certificaat aan het einde van hun deelname. Het team als geheel kan beweegeuro's sparen voor elke keer dat een deelnemer een Quickscan meedoet, waarmee aan het einde van hun deelname beweegmateriaal aangeschaft kan worden voor de woonlocatie.

Inschatting van belasting en risico

De deelnemers doen vier keer mee aan een Quickscan, verdeeld over een periode van circa 36 weken. De Quickscan bestaat naast een interview over bewegen uit een aantal laag-intensieve, niet-invasieve en pijnloze metingen, op twee submaximale testen na. De veiligheid om deze testen te kunnen uitvoeren wordt vooraf gescreend met een aantal vragen, bij ja of onduidelijkheid gecheckt moeten worden met de betreffende arts. Die kan advies geven over de uitvoering. Bij onduidelijkheid over de veiligheid of een negatief advies worden deze twee testen niet uitgevoerd in de Quickscan. Met deze procedure is het risico op ongevallen door inspanning minimaal.

Tijdens de meting en ook de interventie moet voortdurend het valrisico in de gaten gehouden worden, omdat leefstijlveranderingen soms nieuwe situaties met zich mee brengen.

Verder gaat deze interventie uit van de voorkeuren en mogelijkheden van de deelnemers bij het opstellen van het individuele advies, wat resulteert in een op maat gemaakt, individueel advies. De beweegcoach geeft advies over het veilig opbouwen van lichamelijke activiteit, om blessures en spierpijn te voorkomen.

Deze kleine risico's wegen niet op tegen de voordelen van een actieve leefstijl, en omdat deze interventie ontworpen is voor mensen met een verstandelijke beperking, kan dit niet getest worden in andere populaties.

Contactpersonen

Publiek

Erasmus MC, Universitair Medisch Centrum Rotterdam

Westzeedijk 118
Rotterdam 3016 AH
NL

Wetenschappelijk

Erasmus MC, Universitair Medisch Centrum Rotterdam

Westzeedijk 118
Rotterdam 3016 AH
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)

- 18 jaar en ouder
- Verstandelijke beperking
- Zorg/ondersteuning ontvangen van zorgorganisatie Abrona
- Toestemming met informed consent van deelnemer of wettelijk vertegenwoordiger

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

Ernstige ziekte

Onderzoeksopzet

Opzet

Type: Interventie onderzoek

Blinding: Open / niet geblindeerd

Controle: Geen controle groep

Doel: Preventie

Deelname

Nederland

Status: Werving nog niet gestart

(Verwachte) startdatum: 01-09-2012

Aantal proefpersonen: 200
Type: Verwachte startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO
Datum: 19-10-2012
Soort: Eerste indiening
Toetsingscommissie: METC Erasmus MC, Universitair Medisch Centrum Rotterdam (Rotterdam)

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	NL41410.078.12