

# Exergaming voor mensen met dementie

## Joeke van der Molen-van Santen

i.s.m. dr. F.J.M. Meiland, dr. J.E. Bosmans, dr. O. Blanson-Henkemans, mr. drs. J. Wiersinga, ir. C. Scholten, R. Valk, M. Holstege, S. Van Bommel, prof. dr. R.M. Dröes

**Landelijke Werkgroep Ontmoetingscentra**  
**16 maart 2017**

Quality of Care

EMGO Institute for Health and Care Research



Amsterdam Center on Aging

Onderzoekslijn Zorg en ondersteuning bij dementie  
Prof. dr. R.M. Dröes  
Afd. Psychiatrie VUmc

VU university medical center



VU University Amsterdam



**emGO+**  
Institute for Health and Care Research

# Achtergrond: positieve effecten van beweging

- Conditie, functioneren, gezondheid, welzijn
- Gunstiger beloop bij ziekten
- Toename levensverwachting

(Stiggelbout et al., 1998; Nied et al., 2002; Tak et al., 2013)

En bij mensen met dementie o.a.

- Fitheid, lichamelijk functioneren, ADL
- Cognitief functioneren
- Positief gedrag, gedrag- en stemmingsproblemen
- Minder belasting bij hun naasten

(Heyn et al., 2004; Blankevoort et al., 2010; Dröes et al., 2011; Bareto et al., 2015)



# Redenen voor ouderen om (te) weinig te bewegen

## Belemmeringen voor ouderen om te bewegen:

- Gebrek aan stimulans door naasten
- Onveilig gevoel
- Angst voor blessures of ongevallen
- Gebrek aan passend bewegingsaanbod
- Negatief beeld van het bewegingsaanbod voor ouderen

(LUMC e.a. 2013)



## Aanvullend voor mensen met dementie:

- Gebrek aan initiatief, oriëntatieproblemen
- 70% van thuiswonenden stoppen met activiteiten door gebrek aan zelfvertrouwen
- 40% komt nauwelijks de deur uit

(Nyman, 2011; Alzheimer Nederland, 2013)

# Exergaming veelbelovend

## EXERcises



## GAMING



# Waarom exergaming?

- Herkenbare activiteiten
- Sluit aan bij mogelijkheden, intuïtief te bedienen
- Nieuwsgierigheid, onderdompeling, verbeelding
- Cognitief stimulerend (beelden van omgeving en/of vroeger)
- Veilig
- Samen fietsen of alleen, of toekijken
- Competitie element





# Onderzoek naar exergaming bij dementie

## Pilot onderzoek:

Observeren huidige exergaming praktijken:  
wat werkt wel en niet? En bij wie?

Literatuur- en webonderzoek

mrt 2016 - sept 2019



**Evaluatie onderzoek:** randomised controlled trial naar (kosten)effectiviteit van exergaming in vergelijking met reguliere activiteiten in dagcentra

- 24 dagcentra (= doel, **we zoeken er nu nog 12!!!!**)
- Loting: exergaming of (voorlopig) nog niet
- Aanbod van exergaming o.b.v. het pilotonderzoek

# Onderzoeksvragen

- Heeft exergaming in vergelijking met reguliere activiteiten in dagcentra
  - Positieve effecten op mate van fysieke activiteiten;
  - En op lichamelijk, cognitief, emotioneel en sociaal functioneren; kwaliteit van leven van mensen met dementie en de mantelzorgers?
  - Is exergaming kosten-effectief?
- Hoe waarderen deelnemers de exergaming activiteiten (tevredenheid/plezier) en is dit gerelateerd aan kenmerken van de deelnemer of context?
- Hoe kunnen exergames succesvol worden geïmplementeerd voor mensen met dementie?



# Wat betekent meedoen?

- Fikse korting voor alle deelnemende locaties
- Subsidiemogelijkheden voor aanschaf
- Financiële vergoeding
- Geeft mensen een gevoel van betekenis & persoonlijke aandacht
- Onderzoek bij deelnemers in dagcentra bij aanvang en na 3 en na 6 maanden
- Mantelzorgers interviewen wij telefonisch



Meedoen kan helaas niet altijd als uw dagcentrum al meedoet aan een ander onderzoek, zoals bijv. OC 3.0 (neem bij twijfel aub contact op)



# Wilt u meer weten?



- Neem een folder mee
- Stuur mij een e-mail: [j.vandermolen@vumc.nl](mailto:j.vandermolen@vumc.nl)
- Bel: 020-7884612 of 06-40883215



- Heeft uw locatie al exergaming? Dan kunt u nog steeds meedoen!
- Aanmelden kan tot en met augustus 2017

# Dank voor uw aandacht



Met dank aan:



Meer informatie: [j.vandermolen@vumc.nl](mailto:j.vandermolen@vumc.nl)

## Funding

The research presented is carried out as part of the Marie Curie Initial Training Network (ITN) action, H2020-MSCA-ITN-2015, grant agreement number 676265; ZonMw/Alzheimer Nederland, file number project 70-73305-98-629; and Stichting Dioraphte, project number 16 02 04 03.