

Regiotour Amsterdam “Veerkrachtig ouder worden”, 29 mei 2018

## Bevorderen van plezierige fysieke activiteiten en kwaliteit van leven bij dementie: onderzoek naar de (kosten)effectiviteit van exergaming

**Joeke van der Molen-van Santen**, Marije Holstege, Olivier Blanson Henkemans, Annemieke van Straten, Marian Schoone, Judith Bosmans, Ronald Valk, Carla Scholten, Joris Wieringa, Marjolein Smit, Sjef van Bommel, Rose-Marie Dröes, Franka Meiland



**Sjef van Bommel**





- Achtergrond
- Wat is exergaming?
- Ons onderzoek:
  - Onderzoeksvragen
  - 1e resultaten: literatuuronderzoek
  - RCT
  - Waarom interactief fietsen?
- Meer informatie/ meedoen





**Positieve** effecten van bewegen, o.a. voor cognitief en lichamelijk functioneren, gedrag en stemming, en belasting voor naasten.

**Hoe is dit voor mensen met dementie?**



**Belemmeringen** om te bewegen, o.a. onveilig gevoel, oriëntatieproblemen, geen passend aanbod of negatief beeld hiervan

–70% van thuiswonenden stoppen met activiteiten door gebrek aan zelfvertrouwen

–40% komt nauwelijks de deur uit



# EXERCISES GAMING



## 1. Pilot onderzoek:

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

Literatuur- en webonderzoek

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

- 24 dagcentra (= doel, **we zoeken er nu nog 3!!!**)
- Loting: exergaming of (voorlopig) nog niet
- Aanbod van exergaming o.b.v. het pilotonderzoek

mrt 2016 - sept 2019



- 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 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?



# 1. Pilot onderzoek: 1e resultaten

## Systematic literature review \*

- Slechts 3 gecontroleerde effect-studies: wat effecten op fysiek, cognitief en emotioneel functioneren

- Andere niet-gecontroleerde studies:

- Mensen met dementie kunnen exergamen en ervaren positieve effecten m.b.t. fitheid, dagelijks functioneren, algemene gezondheid en welzijn.
- Exergaming plezierige en relatief veilige manier om te bewegen door de combinatie van fysieke en cognitieve prikkels.

- Meer gecontroleerd onderzoek = nodig



\*Van Santen, J., Dröes, R.M., Holstege, M., Blanson Henkemans, O., Van Rijn, A., de Vries, R., Van Straten, A., Meiland, F. (2018) Effects of Exergaming in People with Dementia: Results of a Systematic Literature Review. Journal of Alzheimer's Disease 63 (2018) 741–760. DOI 10.3233/JAD-170667.



## 2. RCT: waarom interactief fietsen?



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





# 2. Evaluatie onderzoek: RCT

- Data-collectie feb 2017 t/m feb 2019
- Mensen met dementie op dagcentrum/dagbesteding & mantelzorgers
- Interviews bij aanvang, na 3 en na 6 maanden:
  - met deelnemers op locatie
  - mantelzorgers telefonisch
- Primaire uitkomstmaat: lichamelijk functioneren
- Secundaire uitkomstmaten: cognitief, emotioneel & sociaal functioneren, kwaliteit van leven, tevredenheid en motivatie, kosteneffectiviteit



## 2. Evaluatie onderzoek: RCT

Redenen waarom mensen **wel/niet** meedoen:

- Geeft mensen een gevoel van betekenis & persoonlijke aandacht
- Mantelzorgers vaak al overbelast
- Deelnemers snel opgenomen



Voordelen voor dagcentrum:

- Fikse korting & financiële vergoeding
- Subsidiemogelijkheden voor aanschaf



# Wilt u meer weten?



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

Kent u een dagcentrum of dagbesteding  
met interesse in deelname?  
Aanmelden kan nog tot en met juni 2018!



# Dank voor uw aandacht

Dit onderzoek wordt uitgevoerd in samenwerking met projectpartners:



**Sjef van Bommel**



Met dank aan:



**alzheimer  
nederland**

**Funding** The research presented is carried out as part of the Marie Curie Innovative 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.

