LEARN 2 MOVE 7-12 nieuwsbrief
Editie 3 – januari 2011

De kerstvakantie is weer voorbij en het nieuwe jaar is al weer even begonnen. Hoog tijd voor een update van het LEARN 2 MOVE 7-12 onderzoek.

Wat vonden de kinderen zelf van de tests en het bewegingsprogramma? Een aantal reacties van de kinderen vindt u hieronder.

"Het was leuk, maar ook goed dat het klaar was; soms was het best wel zwaar."

"Ik vond het cool om steeds met een zwaarder gewicht te oefenen"

"Het leukste vond ik de renspelletjes"

"Het opstaan uit de stoel met het vestje was echt zwaar!"

"Poeh, ik heb nog nooit zó hard gefietst!"

Foto: Oisin gaat als een speer tijdens de fietstest!

Inmiddels is het VU Medisch Centrum (VUmc) in Amsterdam ruim een jaar bezig met het onderzoek LEARN 2 MOVE 7-12. Via deze nieuwsbrief doen wij verslag van de voortgang van dit onderzoek.

Het doel van LEARN 2 MOVE 7-12

In LEARN 2 MOVE 7-12 bepalen we het effect van een bewegingsprogramma op de dagelijkse bewegingsactiviteiten van kinderen met cerebrale parese (CP). Dit bewegingsprogramma vergelijken we met de gebruikelijke fysiotherapie.

Voor wie is LEARN 2 MOVE 7-12 bedoeld

Het bewegingsprogramma is geschikt voor kinderen met een spastische CP, in de leeftijd 7 t/m 12 jaar oud, die zelfstandig met of zonder hulpmiddel kunnen lopen.

Stand van zaken

Op dit moment zijn er 42 kinderen die met hun ouders meedoen aan het LEARN 2 MOVE 7-12 onderzoek. In februari 2011 hopen wij de laatste 8 kinderen mee te kunnen laten doen. Hiervoor gaan we naar Beetsterzwaag in Friesland, waar Revalidatie Friesland heeft aangegeven mee te willen werken aan het LEARN 2 MOVE onderzoek.

Inmiddels zijn 24 kinderen al helemaal klaar met het onderzoek. Zij hebben een oorkonde ontvangen met daarin een samenvatting van de conditietestjes.

Enkele reacties van de fysiotherapeuten over de LEARN 2 MOVE training:

- *"Voor ons was het ook een stuk zwaarder dan normaal: er werd echt hard gewerkt door de kinderen, maar ook door ons."*
- *"Ik vond het leuk om in groepsverband kinderen te behandelen. Het trainingsschema zorgde ervoor dat de kinderen hard moesten werken en stimuleerde ons om alles uit de kinderen te halen. We zagen de prestaties verbeteren".*
- *Over de fysiotherapie thuis: "We hebben keihard aan het fietsen gewerkt en ik vond het geweldig om te zien dat zij zo enthousiast was en enorm veel doorzettingsvermogen toonde".*

LEARN 2 MOVE 7-12 nieuwsbrief
Editie 3 – januari 2011

Wat is er gebeurd in de tussentijd

Alle kinderen hebben inmiddels ook een hartslagmeter meegekregen om thuis te dragen. Met de stappenteller kunnen we kijken hoeveel de kinderen bewegen op een dag. De gegevens van de hartslagmeter gebruiken we om te bekijken hoeveel energie dat kost, dus hoe zwaar een dag voor een kind met CP is.

Foto's: Kinderen droegen de hartslagmeter de hele dag, bijvoorbeeld tijdens rennen, maar ook tijdens zwemmen

Congressen en symposia

Op het internationale congres van de "American Academy of Cerebral Palsy and Developmental Medicine" in september was erg veel belangstelling voor training en lifestyle.

Op de landelijke bijeenkomst van de BOSK in Utrecht in september is een discussie geweest met ouders over het nut van bewegingsstimuleringsprogramma's.

Wat gaat er nu gebeuren?

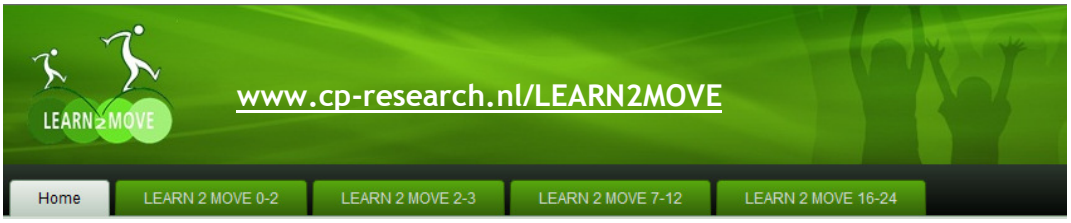
We gaan starten met de analyses van de eerste metingen. Daarbij gaan we kijken welke factoren de hoeveelheid beweging bij kinderen met CP voorspellen.

Nieuws

Het eerste artikel over LEARN 2 MOVE is gepubliceerd! Dit artikel gaat over de achtergrond en opzet van het onderzoek. Indien u geïnteresseerd bent kunt u het artikel downloaden via deze link.

http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1471-2431-10-77.pdf

De website van LEARN 2 MOVE is sinds enige tijd online. Hier kunt u lezen over het project waar u aan meewerkt. Daarnaast kunt hier informatie vinden over de LEARN 2 MOVE projecten bij andere leeftijdscategorieën. Voor het adres van de LEARN 2 MOVE website, zie hieronder in het groene vlak:



Voor vragen kunt u contact opnemen met Leontien van Wely.
Email: l.vanwely@vumc.nl
Telefoon: 020-4443063