

Laatste tranche Sport, Bewegen en Gezondheid presenteert eerste resultaten

Na tien jaar komt er een einde aan het ZonMw-programma Sport, Bewegen en Gezondheid. De programmacommissie markeerde haar afscheid op 12 november jl. in Utrecht met een bijeenkomst van de projectleiders van de derde en laatste tranche projecten in dit programma. Naast een inhoudelijke presentatie van de projecten stond vooral de implementatie van de resultaten centraal.

In zijn welkomstwoord constateert scheidend commissievoorzitter prof. dr. Eduard Klasen met enige weemoed dat de klus er na 10 jaar opzit. “We hebben vorig jaar de laatste 10 projecten binnen dit programma uitgezet. Vandaag is het tijd om binnen deze tranche elkaar en elkaars onderzoek wat nader te leren kennen en vooral te discussiëren over de implementatie van de resultaten die de projecten gaan opleveren.” Het eerste – het kennismaken – gebeurt via flitspresentaties over de tien projecten die allen vorig jaar van start gingen. De onderwerpen variëren van het ontwikkelen van een screeningsinstrument voor dreigende schouderblessures bij talentvolle wedstrijdzwemmer, via een nieuwe methode om afwijkingen aan de liesslagader als gevolg van fietsen op te sporen tot een onderzoek naar de voor- en nadelen vroeg operatief ingrijpen bij een ruptuur van de voorste kruisband (voor een volledig overzicht zie het flitsboekje). Alle projecten zijn in 2012 gestart en de meeste onderzoekers zijn nog volop bezig met het verzamelen of analyseren van hun data. Enkel kunnen al enige resultaten presenteren. Zo vertelt

Jessica Gal, sportarts en voormalig judoka, dat haar onderzoek naar gewichtsvermindering bij judoka's heeft uitgewezen dat het gebruik van agressieve afslankmethodes hierbij veelvuldig voorkomt. “Dit kan leiden tot stemmingsstoornissen, eetstoornissen, blessures en aanhoudende lichamelijke klachten.” Resultaten zijn er ook van het project dat de (kosten)effectiviteit onderzoekt van het online oefenprogramma SneeuwFit. Dit beoogt de algehele fitheid en de voor wintersport specifiek benodigde conditie te verbeteren bij mensen die op wintersport gaan. Met als uiteindelijke doel het aantal blessures als gevolg van wintersport te verminderen. Ellen Kemler (Stichting VeiligheidNL) meldt vooralsnog geen significante effect te vinden op het aantal blessures. Een mogelijke verklaring hiervoor is het feit dat de deelnemers aan de studie, zowel de mensen in de interventie groep als de mensen in de controle groep, achteraf redelijk ervaren skiërs bleken te zijn. De deelnemers blijken het programma wel te waarderen. Ten slotte heeft ook het Nijmeegse Marikenloop-onderzoek al een resultaat opgeleverd, vertelt Bart Staal (Hogeschool van Arnhem en Nijmegen). Dit onderzoek richt zich op het identificeren van parameters die het ontstaan van blessures bij hardlopende vrouwen kunnen voorspellen. “Het vaak lopen op schoenen met hoge hakken blijkt samen te gaan met een verminderde kans op hardloopblessures.”

Verspreiding en implementatie van resultaten.

Frits Oosterveld, fysiotherapeut/epidemioloog, lid van de commissie Sport, Bewegen en Gezondheid en lector Gezondheid en bewegen aan de Saxion Hogeschool, gaat aansluitend op socratische wijze met de aanwezigen in discussie over de manier waarop zij van plan zijn de resultaten van hun onderzoek naar de eindgebruikers uit te dragen. In deze derde tranche van het programma Sport, Bewegen en Gezondheid is de projectleiders gevraagd hierbij bij voorkeur gebruik te maken van de zogeheten KTS-methodiek. KTS staat voor Kennis Transfer Sportgezondheidszorg. Het is een aanpak om de implementatie van onderzoeksgegevens gemakkelijker bij de eindgebruiker te krijgen. Een cruciale rol is daarbij

weggelegd voor de zogeheten KTS-groep, een groep met vertegenwoordigers van alle partijen die met het onderzoek te maken hebben; van onderzoekers tot sporters. Oosterveld stelt tevreden vast dat alle projectleiders de KTS-methodiek al kennen aangezien deze in de meeste projecten werd genoemd als methode van implementatie. Hij wil vervolgens weten wat de rol van de KTS-groep is geweest bij het tot stand komen van de onderzoeksvraag. “Is het project opgezet vanuit de KTS-groep?” Dat was inderdaad het geval bij het onderzoek naar blessures bij wedstrijdzwemmers, reageert Janine Stubbe (TNO). “In de KTS-groep die bestaat uit zwemmers, coaches, fysiotherapeuten, onderzoekers en vertegenwoordigers van de KNZB, kwam de vraag naar het ontstaan van de blessures aan de orde. Dit heeft geleid tot het formuleren van het project.” “Het onderzoek naar het afvallen bij judoka’s startte vanuit de bond en de diëtisten”, vertelt Jessica Gal. “Er is vooral vanuit de judoka’s weinig vertrouwen in de adviezen van de diëtisten. Door beiden op te nemen in de KTS-groep kan de kloof mogelijk worden gedicht. De KTS-groep zijn we overigens nog aan het formeren.” “Het onderzoek naar de revalidatie bij een voorste kruisbandruptuur vindt zijn startpunt bij de orthopedisch chirurgen”, schetst Inge Reininga (UMC Groningen) de ontstaansgeschiedenis van dit project. We moeten de resultaten van het onderzoek straks naar de sporters brengen.”

Ambassadeur

Deze verschillende startpunten komen terug in de korte presentatie van Nelly Voogt (Sportgeneeskunde Nederland) over de kernpunten van de KTS methodiek. “Centraal staan de vraag van de sporter en het belang van de sporter. Je kunt beginnen vanuit de praktijk of vanuit de wetenschap. De KTS-groep bestaat idealiter uit de uiteindelijke gebruikers van het product. Dat zijn zowel de stakeholders uit de praktijk - sporters, trainers, begeleiders, medici en paramedici en vertegenwoordigers van de betrokken sportbonden - als de onderzoekers met expertise op het gebied van het (letsel)probleem. De meerwaarde van de samenwerking binnen de KTS-groep is dat iedereen leert elkaars taal te verstaan en elkaars point of view te herkennen. Dat bevordert de implementatie van de resultaten van het onderzoek in de praktijk. Bevorderlijk voor dat laatste is ook als een bekende sporter als ambassadeur de resultaten uitdraagt binnen de betreffende sport.” “De KTS-groep wordt door de bundeling van kennis en de koppeling van wetenschap en praktijk op gegeven moment ook hét expertisecentrum voor wie vragen heeft op het gebied van gezondheid bij een bepaalde sport”, merkt Anja Bruinsma (Vereniging Sportgeneeskunde) op op basis van haar eigen ervaringen met de KTS-groep wielersport. “De KTS-groep kan ook goed inzicht geven waar overal onderzoek loopt ten aanzien van een bepaalde vraagstelling.”

Zinvol

Naar aanleiding van enkele projectpresentaties borrelt de vraag op hoe je ‘negatieve’ resultaten implementeert, dat wil zeggen de resultaten van studies die laten zien dat een bepaalde interventie geen effect heeft. Oosterveld: “Het is natuurlijk ook belangrijk dat duidelijk wordt wat niet werkt, wat de sporter niet hoeft te doen om zijn prestatie te verbeteren. Je moet daarbij wel goed aangeven hoe sterk de evidentie daarbij is. Er is een verschil tussen een studie die bewijst dat iets niet effectief is en een studie die niet kan bewijzen dat iets effectief is.” Bart Staal wijst er op dat het soms beter is een bepaald resultaat nog niet naar de eindgebruiker te brengen, maar eerst aanvullend onderzoek te doen en de verschillende uitkomsten te bundelen en dan pas als een bruikbaar pakket naar de eindgebruiker te brengen. Inge van den Akker-Scheek (UMC Groningen) vraagt zich af of een KTS-groep niet breder moet kijken dan één onderzoeksproject. “Ook resultaten van andere projecten kunnen bij een KTS-groep worden ingebracht. Het is ook de vraag of een KTS-groep verbonden moet zijn met een bepaalde sportdiscipline, of juist een bepaald gezondheidsvraagstuk binnen de sport, bijvoorbeeld overtraining.”

Nieuwe Kennisagenda

Oosterveld vat de discussie samen door te stellen dat de KTS-methodiek zinvol is voor een goede vraagstelling in het onderzoek en zinvol is voor een goede implementatie van de resultaten van het onderzoek in de praktijk. “Belangrijke vragen zijn nog welke partijen er precies in een KTS-groep moeten zitten en welke partijen je buiten de KTS-groep ook zou moeten beïnvloeden om de resultaten goed geïmplementeerd te krijgen in de sportpraktijk. Denk daarbij aan opleidingen lichamelijke opvoeding en aan de overkoepelende belangenorganisatie van de georganiseerde sport NOC*NSF.”

Nadat Eduard Klasen heeft geconcludeerd dat de commissie Sport, Bewegen en Gezondheid een mooie en inspirerende afscheidsmiddag voor zichzelf heeft georganiseerd, bedankt Mariken Leurs, plaatsvervangend directeur Sport bij VWS, de commissie voor haar goede werk de afgelopen tien jaar. “Er is veel bereikt, maar onderzoek is nooit klaar. Het onderzoeksprogramma Sport is via ZonMw het logische vervolg op dit programma en in 2014 komt er een nieuwe Kennisagenda.”