Wijkwelzijn en preventie: community based intervention brengt beweging in beweging

Haio: SCHAUBROECK Emmily , U.G.
Promotor: DECAT Peter , U.G.
Praktijkopleider: Lerooy Gunther , VAN NUFFEL Erika

Context: Er is een gebrek aan beweging bij Zwart-Afrikaanse vrouwen met gevolgen voor hun gezondheid. De huisarts zou als 'health advocate' een rol kunnen spelen in de promotie van beweging bij deze bevolkingsgroep. Er is weinig ervaring met hoe dit door de huisarts in de praktijk kan worden gerealiseerd.

Onderzoeksvraag: Vandaar dit interventie-onderzoek met volgende onderzoeksvraag: kan de huisarts met een community-based interventie Zwart-Afrikaanse vrouwen aanzetten tot meer bewegen?

Methode: Zwart-Afrikaanse vrouwen uit wijkgezondheidscentrum Daenshuis werden gerekruteerd voor kwalitatief onderzoek in het concept van realist evaluation met als vraag: 'hoe of waarom werkt dit, voor wie en in welke omstandigheden'?. Er werd een interventie onder de vorm van een praatgroep geïmplementeerd. Verder werd met hun voorstellen aan de slag gegaan. De interventies werden geëvalueerd aan de hand van zes semi-gestructureerde diepte-interviews. Hierdoor werd de vooropgestelde Context-Mechanisms-Outcomes hypothese bijgesteld.

Resultaten: De resultaten bevestigden dat een community-based interventie Zwart-Afrikaanse vrouwen aanzet tot bewegen. Het gevoel van gehoord te zijn en het groepseffect met een herkenbaar voorbeeld waren hierbij de sterkste bevorderende factoren. Verdeelde meningen over onwetendheid en het belang van hun migratieachtergrond kwamen naar boven. Opvallend was dat zij de nood voelden zich aan te passen aan de Westerse beweegcontext. Het feit dat dit project niet op regelmatige basis doorging werd als het grootste obstakel ervaren. De interventie had als impact een verandering in attitude en beweeggedrag met een sneeuwbaleffect naar andere vrouwen toe, naast de fietsles waar ze zelf op aangestuurd hadden.

Conclusie: Dergelijke interventie toont aan dat gezondheidspromotie op wijkniveau door de huisartsenpraktijk georganiseerd kan worden. Participatie van de patiënten kan tot concreet uitwerkbare voorstellen leiden. Het feit dat met hun voorstellen aan de slag gegaan wordt leidt tot betrokkenheid en appreciatie. Het sneeuwbaleffect dat vanzelf naar boven komt met ideëën over de toekomstige organisatie is een winst voor de huisartsenpraktijk. Specifiek ervaarde deze doelgroep beweging als onderdeel van integratie. Hiermee wordt in de toekomst best rekening gehouden. Het groepseffect met een herkenbaar voorbeeld als belangrijkste mechanisme werd duidelijk. Motivatie is volharden, ook voor de organisator. Dit zijn belangrijke handvaten voor verdere preventie-activiteiten met deze community. Niet enkel binnen Daenshuis, maar ook binnen het ruimere kader van onze meer divers wordende maatschappij.