Bewegen op voorschrift: een vergelijkende studie tussen 'Bewegen op Verwijzing' en het 'MeNuFit' programma binnen Defensie

Haio: VANDE VELDE Tessa , KUL
Promotor: VANKRUNKELSVEN Patrik , KUL
Praktijkopleider: Maes Ruth , VAN WOUWE Filip

Context: Zowel in Vlaanderen als bij Defensie bestaat er een vorm van 'bewegen op voorschrift' namelijk 'Bewegen op Verwijzing', ook wel gekend als BOV, en 'MeNuFit' wat staat voor 'Medicine, Nutrition en Fitness'. Als militaire huisarts in opleiding en studente aan de KULeuven vroeg ik mij af of er gelijkenissen terug te vinden zijn tussen beide programma's.

Onderzoeksvraag: Dit onderzoek probeert een antwoord te geven op drie onderzoeksvragen 1. Wat zijn de gelijkenissen en verschillen tussen beide programma's? 2. Zijn patiënten tevreden over hun deelname aan het programma? Welke elementen hebben voor hen al dan niet bijgedragen tot het succes van het programma? 3. Wat zijn de resultaten van de deelnemers op het gebied van gewicht en conditie na het volgen van het programma?

Methode: Via beschrijvend onderzoek werd getracht een antwoord te vinden op de eerste en derde onderzoeksvraag. Voor de tweede onderzoeksvraag ging het om een kwalitatief onderzoek aan de hand van vragenlijsten. De tevredenheid werd bevraagd via een vertaling van de CSQ-8 vragenlijst, de verschillende elementen die een rol zouden kunnen spelen bij het succes of het minder succesvol zijn van het programma werden bepaald na studie van de programma's, opgelijst en bevraagd in de enquête.

Resultaten: De programma's hebben weinig punten van overeenkomst. Enkel het feit dat men een verwijsbrief nodig heeft geschreven door een eerstelijnsarts is voor beide programma's gelijk. De deelnemers aan beide programma's zijn zeer tevreden over het programma. De gemiddelde score op de CSQ-8 ligt op elke vraag boven 3 op 4 wat wijst op een zeer hoge tevredenheid. De 17 respondenten die deelnamen aan het MeNuFit programma gaven nooit een score van 1 of 2, bij de 20 respondenten die deelnamen aan het BOV programma kwam dit wel voor. Er zijn twee personen die niet helemaal het soort service kregen dat ze verwachten, één persoon vond dat geen enkele van zijn noden beantwoord werd en tot slot zijn er ook drie personen die niet opnieuw voor het programma zouden kiezen. Er zijn geen factoren te weerhouden die een overduidelijk negatieve invloed hadden op het succes van MeNuFit, steun van familie/vrienden blijkt voor BOV deelnemers wel een rol te spelen. Van de bevraagde factoren bleek enkel de 'app op de smartphone' geen rol te spelen in het succes van het programma voor BOV. Voor MeNuFit waren alle bevraagde factoren belangrijk voor het succes van het programma. Tot slot hebben beide programma's een gunstig effect op het gewicht en de daaraan verbonden BMI. Deelnemers aan het MeNuFit programma hebben ook progressie op de conditietest.

Conclusie: Beide programma's hebben weinig gelijkenissen en kunnen moeilijk met elkaar vergeleken worden omwille van een verschillend doel en patiëntenpopulatie. Deelnemers lijken zeer tevreden over hun deelname maar de respons in dit onderzoek was te beperkt om algemene conclusies te kunnen trekken. Er is een gunstige, statistisch significante invloed van BOV en MeNuFit op het gewicht van de deelnemers.