Body Awareness therapieën bij medische en gezondheidsgerelateerde aandoeningen: een scoping review

Haio: GRINIOUK Ianina , KUL
Promotor: VAN NULAND Marc , KUL
Praktijkopleider: HENDRICKX Elke , JAGER Matthijs , NARONGSACK Phouthalack , YOSHIMI Sumio

Context: Body Awareness (BA) therapieën zijn interventies die gericht zijn op de interne subjectieve beleving van het lichaam. De theorie achter BA therapieën stelt dat fysieke, emotionele en sociale belasting, het hele lichaam beïnvloeden en dus ook de ademhaling, houding, balans, spierspanning, bewegingen, lichaamsbewustzijn en flexibiliteit. Er is bewijs voor positieve effecten van BA-therapieën bij diverse ziektebeelden.

Onderzoeksvraag: Met deze scoping review willen we de verschillende vormen van BA-therapieën en hun effectiviteit op specifieke medische en gezondheidsgerelateerde aandoeningen onderzoeken.

Methode: Wij voerden een scoping review uit van randomized controlled trials (RCTs) en systematische reviews met RCTs over de verschillende BA-therapieën en hun effect op medische en gezondheidsgerelateerde aandoeningen. Yoga, tai chi, oosterse therapieën en Mindfulness Based(-Stress-Reduction) therapieën werden uitgesloten, vanwege het groot aantal reeds bestaande studies over deze therapieën.

Resultaten: De review resulteerde in een overzicht van verschillende BA-therapieën; Basic Body Awareness therapie (BBAT), (Noorse) Psychomotorische (Physio)therapie (NPMP) , dans-bewegingstherapie, Alexandertechniek en Feldenkraismethode. Deze therapieën toonden enige effectiviteit bij psychologische, musculoskeletale, neurodegeneratieve aandoeningen, pijn en levenskwaliteit. Niettemin constateerden wij een gebrek aan RCTs met duidelijke therapieprotocollen, grotere steekproefgroottes en langetermijnresultaten; mogelijke doelen voor toekomstige onderzoeken.

Conclusie: BA-therapieën zijn multimodale interventies waarvoor reeds enige significante effectiviteit in klinische settings is aangetoond. Toch is toekomstig onderzoek nodig om conclusies te kunnen trekken voor de klinische praktijk.