Invloed van een minimale interventie op de motivatie tot levensstijlveranderingen bij volwassen patiënten met obesitas.

Haio: JONG Sigrid , KUL
Promotor: DE CORT Paul
Praktijkopleider: LEENDERS Ria , VAN DE VLOED Olga

Context: Overgewicht en obesitas zijn belangrijke gezondheidsproblemen waarmee we als huisarts bijna dagelijks geconfronteerd worden. Het is een wereldwijd toenemend fenomeen: maar liefst 20% van de volwassen personen in Europa heeft obesitas. In België komt obesitas, met een BMI van 30 of meer, respectievelijk voor bij 13% van de vrouwen en 14% van de mannen.

Onderzoeksvraag: Korte interventies en de techniek van het motivationeel interviewen zijn effici?nt gebleken in de aanpak van rookgedrag en alcoholproblematiek. Dit manamaproject onderzoekt of het principe van korte interventies toepasbaar is voor de aanpak van obesitas in de huisartspraktijk.

Methode: De onderzoekspopulatie bestaat uit volwassen personen (ouder dan 18 jaar) met een BMI van 30 of meer. Bij elke patiënt wordt adhv een vragenlijst de motivatiestatus pre interventie bepaald volgens het model van Prochaska. Vervolgens volgt er een korte interventie: een kort motivationeel gesprek van een 5 ? 10-tal minuten, gestructureerd volgens het FRAMES-principe. Na verloop van minstens 4 weken wordt de patiënt opgeroepen om een nieuwe vragenlijst in te vullen om de motivatiestatus post interventie te bepalen.

Resultaten: Drie parameters worden geanalyseerd: wijziging in motivatiestatus, wijziging in bezorgdheid en aanpassing in levensstijl. Voor elke parameter gebeuren er 3 subanalyses: op basis van preinterventionele motivatiestatus, op basis van klasse van obesitas en op basis van tijd verstreken tussen interventie en afsluitende vragenlijst. We concluderen dat er bij 40% een wijziging in motivatiestatus vastgesteld wordt, 46,7% geeft aan een hogere bezorgdheid te hebben ontwikkeld en eveneens 46,7% gaf aan reeds aanpassingen in levensstijl te hebben doorgevoerd.

Conclusie: Het effect van een kortdurende interventie is afhankelijk van de initi?le motivatiestatus van de patiënt. Bij patiënten in vroegere fasen van het veranderingsproces wordt een verandering in motivatiestatus nagestreefd, bij patiënten reeds in actiefase wordt eerder bekrachtiging van het gedrag beoogd. Motivationele gespreksvoering lijkt veelbelovend in de aanpak van obesitas, meer en grotere studies zijn nodig om de grootte en de duur van het effect beter te kunnen aanduiden.