LEARN 2 MOVE 7-12

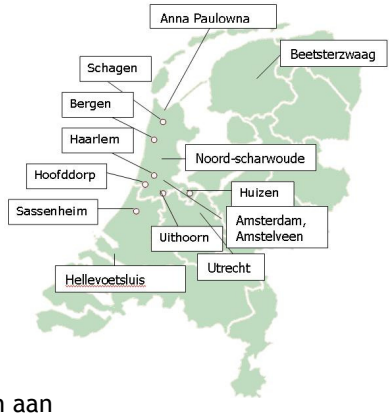
Nieuwsbrief - Editie 4 – April 2012

LEARN 2 MOVE 7-12 is een onderzoek naar de effectiviteit van een bewegingsprogramma op het dagelijks bewegen van kinderen met cerebrale parese (CP) in de leeftijd 7 tot en met 12 jaar. Dit bewegingsprogramma vergelijken we met de gebruikelijke fysiotherapie.

Het VU Medisch Centrum (VUmc) in Amsterdam is ruim twee jaar bezig met het onderzoek LEARN 2 MOVE 7-12, dat onderdeel is van het landelijke onderzoek LEARN 2 MOVE. Wij maken graag van deze gelegenheid gebruik om jullie over de voortgang in te lichten.

Stand van zaken

Drie mytylscholen en 11 fysiotherapie praktijken hebben het LEARN 2 MOVE 7-12 programma afgerond.



In totaal hebben er 49 kinderen deelgenomen aan het onderzoek. De laatste metingen zijn eind februari in het revalidatiecentrum “Revalidatie Friesland” verricht. De oorkondes voor deze kanjers zijn in de maak!

Kinderen en ouders, bedankt voor de inzet tijdens alle testen, en het invullen van de lange vragenlijsten. Fysiotherapeuten, bedankt voor jullie enthousiasme en de praktische betrokkenheid bij het onderzoek. Dankzij jullie allen hebben wij dit onderzoek goed uit kunnen voeren!

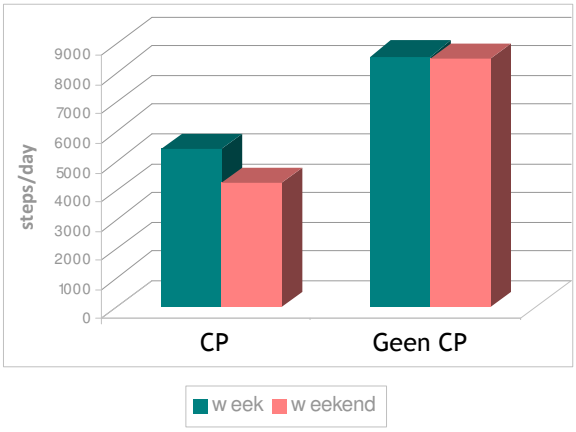
Wat gaat er nu gebeuren?

Op dit moment wordt er hard gewerkt aan de resultaten die gaan over hoe fit kinderen met CP zijn en wordt de effectiviteit van het LEARN 2 MOVE 7-12 programma onderzocht.

De eerste resultaten over lichamelijke beweging

Alle kinderen hebben verspreid over een jaar drie keer een week een stappenteller gedragen. Daarnaast hebben de stagiaires Anouk, Janneke, en Suzanne bij 30 kinderen zonder CP de lichamelijk activiteit gemeten met een stappenteller.

Wij hebben allereerst de resultaten van de begin meting bekeken en vergeleken met kinderen zonder CP. Hieruit werd duidelijk dat kinderen met CP veel minder stappen per dag zetten dan kinderen zonder CP. Dit is in de grafiek hieronder te zien.



Toen we de resultaten verder bekeken bleek dat kinderen met CP in het weekend (roze balken) minder stappen zetten dan gedurende een schooldag (groene balken). Dit was bij kinderen zonder CP niet het geval.

Deze informatie laat zien dat kinderen met CP inderdaad minder bewegen dan kinderen zonder CP. Voor de gezondheid en lichamelijke fitheid zou het daarom voor kinderen met CP goed zijn om iets meer te gaan bewegen dan normaal, en dan vooral in het weekend. Fietsen en wandelen zijn daarvoor goede manieren, maar ook zwemmen is een goede vorm van beweging. Er zijn ook verenigingen met CP-voetbal teams. Op hun website is meer informatie te vinden: www.cpvoetbal.nl. Lees voor inspiratie het verhaal aan de achterkant van deze nieuwsbrief.

LEARN 2 MOVE 7-12

Nieuwsbrief - Editie 4 – April 2012

Hieronder een leuk voorbeeld van sporten met een beperking: een ingezonden stukje door een L2M deelnemer.

Voor één keer de helden van De Kwakel

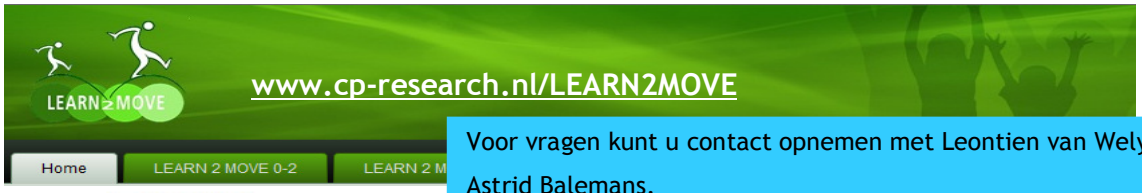
"Eind maart hebben wij met de G-voetballers van KDO JG1 (De Kwakel), op uitnodiging van Aegon en Fonds Gehandicaptensport op het sportcomplex van Ajax "de Toekomst" een clinic gevolgd onder leiding van Bryan Roy en Heini Otto. Uit 65 clubs was KDO JG1 geselecteerd om de clinic te volgen. Op het programma stonden een aantal behendigheidsoefeningen met de bal, partijvormen en penalty schieten. Nadat keeper Beau bijna alle penalty's tegen had gehouden werd KDO JG1 gekozen om in de Arena, in de rust van AJAX – Heracles, voor 51.426 toeschouwers de penalty shoot-out te nemen tegen de reservekeeper van AJAX.

Daar stonden ze dan op het heilige gras van de Arena. Keurig naast elkaar bracht de camera de strakke koppies mooi in beeld op het grote scherm in het stadion. Hun naam werd genoemd en als een echte prof werd er gezwaaid naar het publiek. De ouders op de tribune hadden meer last van de zenuwen dan de spelers zelf. Traantjes werden zelfs weggepinkt. De jongens hadden geen zenuwen, dat kon je zien aan de manier hoe de shoot-outs werden verzilverd door dit sterrenteam.

Precies 2 jaar na de start van G-voetbal bij KDO is dit het hoogtepunt voor trainers, begeleiders en sponsoren Comhan Holland b.v, Geostick b.v. en de Rabobank Uithoorn. Deze mensen laten zien dat een team met een mengeling van handicaps elkaar door dik en dun steunen, elkaar motiveren en elkaar waarderen op de manier zoals ze zijn. Het resultaat telt. Lewis, Luca, Timo, Omar, Mark, Stijn, Joël, Beau, Daniël, Pascal en Dylan hebben een fantastische dag meegemaakt die ze nooit meer zullen vergeten."

Nieuws

- Het tweede artikel van LEARN 2 MOVE is gepubliceerd. Dit artikel beschrijft het dagelijks bewegen van kinderen met CP op schooldagen en weekenddagen en ook de factoren die samenhangen met dagelijks bewegen.
- In november 2012 zal het LEARN 2 MOVE (L2M) symposium plaatsvinden. Dit symposium wordt gecombineerd met de Nederlandse Academy of Childhood Disability en de onderzoeksgroep PERRIN+. Tijdens dit symposium zullen de resultaten van L2M voor de eerste keer gepresenteerd worden. T.z.t. zult u daar een uitnodiging voor ontvangen.
- Voor meer informatie over dit project en de andere LEARN 2 MOVE projecten kunt u op de website terecht:



Voor vragen kunt u contact opnemen met Leontien van Wely of Astrid Balemans.

Email: l.vanwely@vumc.nl / a.balemans@vumc.nl

Telefoon: 020-4443063 / 020- 4440756

ZonMw · Johanna KinderFonds · KFA Kinderrevalidatie Fonds Adriaanstichting · Phelps Stichting voor spastici · revalidatiefonds · BOSK · Revalidatie Nederland · VRA Nederlandse Vereniging van Revalidatieartsen · noppe orthopedietechniek · Centrum voor Kinderrevalidatie · VU medisch centrum