

De wensen en behoeften van rolstoelgebruikers met een dwarslaesie ten aanzien van een leefstijlapplicatie

Holla, J – Revalidatiecentrum Reade en Hogeschool Inholland, Lectoraat Kracht van sport
Baart de la Faille-Deutekom, M – Hogeschool Inholland en Hogeschool van Amsterdam, Lectoraat Kracht van Sport

Inleiding: Tegenwoordig wordt er bij mensen met een beperking steeds meer aandacht besteed aan het ontwikkelen van een gezonde leefstijl. Rolstoelgebruikers met een dwarslaesie hebben de meest inactieve leefstijl van alle mensen met een chronische aandoening (Nooijen, de Groot, Postma, Bergen, Stam, Bussman & van den Berg-Emons, 2012). Voor zover professionals weten is er voor uitgerevalideerde mensen met een dwarslaesie nog geen bewezen effectieve leefstijlinterventie ontwikkeld. Het WHEELS-project is om deze reden gestart met als doel een digitale leefstijlapplicatie voor rolstoelgebruikers met een dwarslaesie en beenamputatie te ontwikkelen (Baart de la Faille & Holla, 2016). Binnen het onderhavige onderzoek is gekeken naar de oorzaak van de eerder genoemde inactiviteit en zijn wensen en behoeften ten aanzien van een leefstijlapplicatie in kaart gebracht.

Methode: Er is systematisch literatuuronderzoek gedaan om reeds bekende determinanten van een inactieve leefstijl van rolstoelgebruikers met een dwarslaesie in kaart te brengen. Daarnaast zijn semigestructureerde interviews (n=4) telefonisch afgenomen om de wensen en behoeften van rolstoelgebruikers met een dwarslaesie ten aanzien van een digitale leefstijlapplicatie in kaart te brengen.

Resultaten: Uit het literatuuronderzoek (en interviewonderzoek ondersteunend) is gebleken dat problemen met de toegankelijkheid van winkels en gebouwen (n=6), fysieke gezondheidsproblemen (n=6) en kosten verbonden aan trainingen (n=5) de meest voorkomende beweegbarrières zijn bij mensen met een dwarslaesie. Verder werd gevonden dat een hogere eigen-effectiviteit ten aanzien van bewegen was gerelateerd aan meer bewegen.

Uit het interviewonderzoek is naar voren gekomen dat mensen met een dwarslaesie behoefte hebben aan diverse functies in een digitale leefstijlapplicatie, zoals: informatie over beweegactiviteiten, eigen beweeggedrag bijhouden, leefstijlbegeleiding en een forum.

Discussie/conclusie: Inactiviteit van rolstoelgebruikers met een dwarslaesie wordt veroorzaakt door een combinatie van persoonlijke factoren en omgevingsfactoren. In het WHEELS-onderzoek zal gekeken moeten worden welke factoren ook daadwerkelijk beïnvloedbaar zijn. Verder hebben de geïnterviewde rolstoelgebruikers met een dwarslaesie behoefte aan leefstijlbegeleiding via een digitale applicatie met daarin diverse beweeg- en communicatieonderdelen. Binnen het WHEELS-onderzoek zal de behoefteanalyse verder worden uitgevoerd.

Referenties

Baart de la Faille, M. & Holla, J. (2016). *Wheelchair ExercisE and Lifestyle Study (WHEELS): Het ontwikkelen van een online leefstijlprogramma en begeleidingstraject voor rolstoelgebruikers met een dwarslaesie of beenamputatie*. Haarlem: Hogeschool Inholland.

Nooijen, C.F., de Groot, S., Postma, K., Bergen, M.P., Stam, H.J., Bussmann, J.B.J. & van den Berg-Emons, R.J. (2012). A more active lifestyle in persons with a recent spinal cord injury benefits physical fitness and health. *Spinal Cord*. 50(4), 320-323.