

Technologie: de toekomst van cardiale revalidatie?

Jomme Claes
Onderzoeksgroep inwendige revalidatie



Inhoud

- Waarom technologie?
- Wat verstaan we onder technologie?
- De opkomst van technologie
- Fysieke activiteit meting
- Hartslagmeting
- Technologie en gesuperviseerd trainen
- Werkt technologie?
- Voor- en nadelen van technologie
- Conclusie

Waarom technologie?

- Hoeveel mensen die in aanmerking komen gaan naar de revalidatie?
- Hoeveel mensen die de revalidatie afmaken blijven actief?

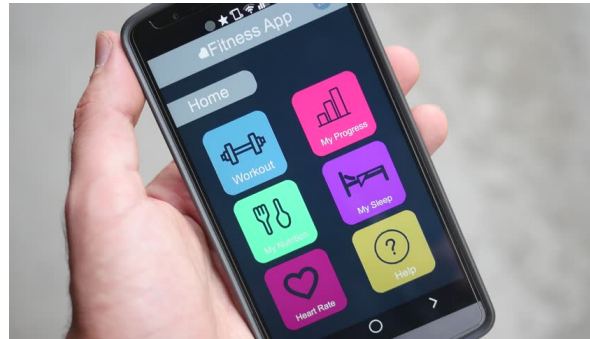
15%

Waarom technologie?

- Redenen voor het stoppen met trainen/fysieke activiteit
 - Ik heb geen tijd
 - Er zijn geen faciliteiten in mijn buurt
 - Ik heb geen vervoer
 - De openinstijden van de faciliteiten passen me niet
 - Het is te duur

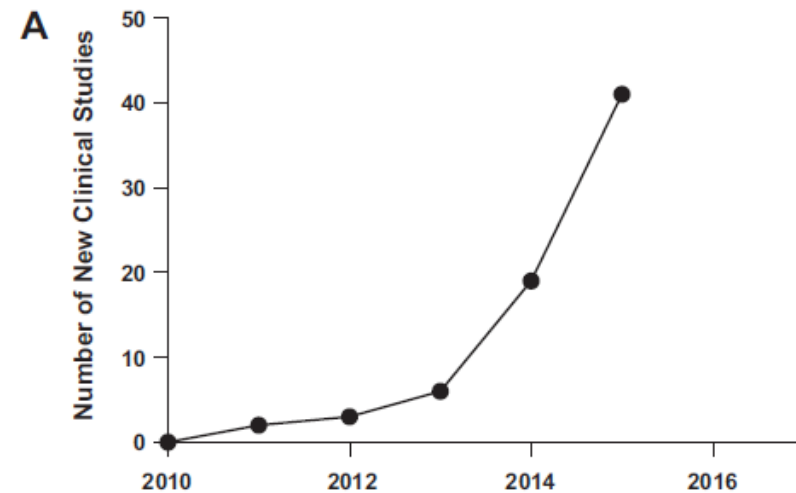
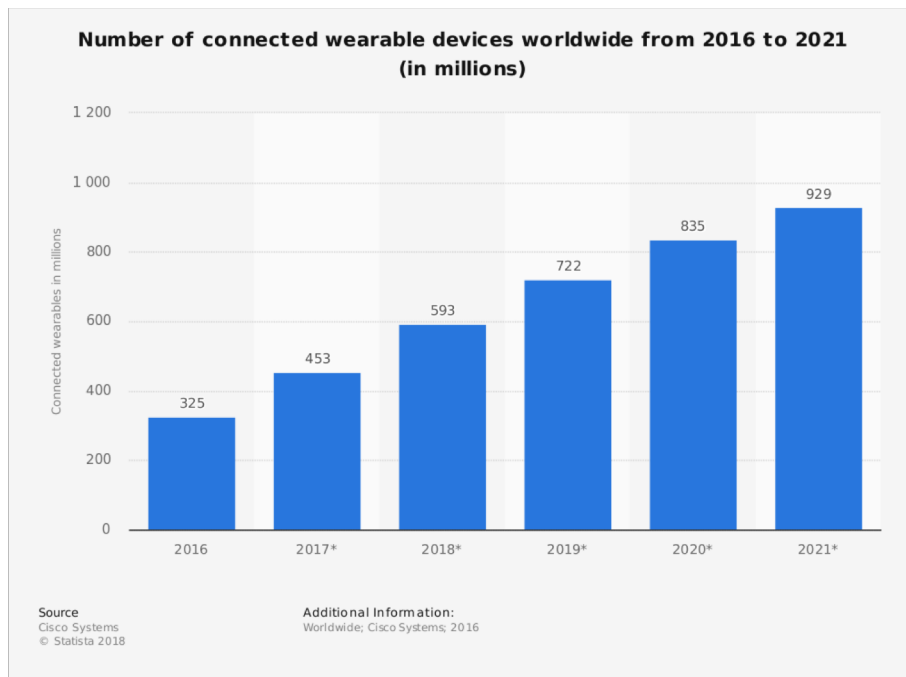
→ Technologie kan ons helpen een grotere groep mensen aan te spreken of langer actief te houden!

Wat verstaan we onder technologie?



De opkomst van technologie

- Publieksvraag: 10 jaar geleden VS nu?



Fysieke activiteitsmeting

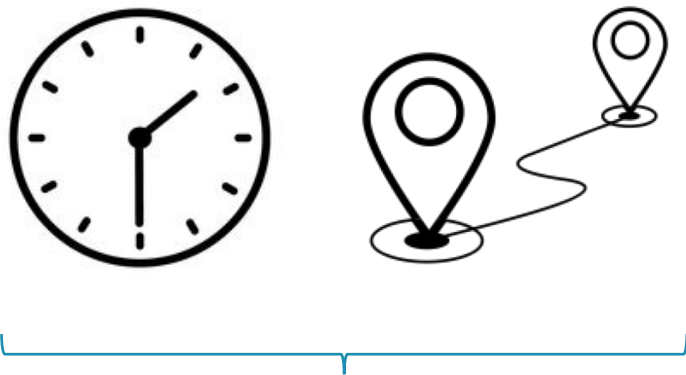
- Vroeger:



- Nu:



Fysieke activiteitsmeting



Vroeger: subjectief
Nu: objectief



Vroeger: onmogelijk
Nu: objectief

Fysieke activiteitsmeting



Hartslagmeting

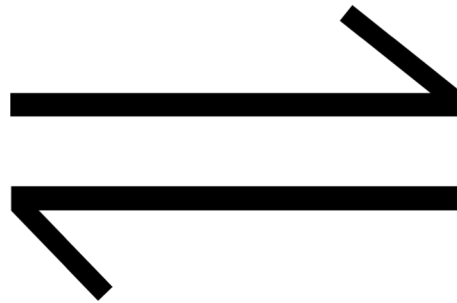
- Vroeger:



- Nu:



Hartslagmeting



Technologie en gesuperviseerd trainen



De therapeut

- Test
- Maakt samen een plan op
- Opvolging
- Stuurt bij waar nodig

De technologie

- Monitored
- Geeft basis feedback
- Geeft de doelstellingen weer
- Vergemakkelijkt communicatie
- Reduceert de nodige tijdsinvestering

Voor- en nadelen van technologie

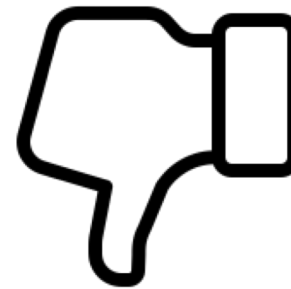
Voordelen

- Grotere bewustwording fysieke activiteit
- Gedragsveranderingstechnieken aanwezig
- Laat objectieve opvolging toe
- Individualiseert opvolging
- Vergemakkelijkt communicatie
- Verhoogt flexibiliteit



Nadelen

- Niet voor iedereen even toegankelijk
- Minder face-to-face contact met hulpverlener
- Accuraatheid kan nog beter
- « Blind staren » op de cijfertjes
- Individueel trainen = minder sociaal contact?



Werkt technologie?

- Hartpatiënten aanvaarden technologie
- Gedragsveranderingstechnieken zijn aanwezig in toestellen
- Studies tonen een toename van fysieke activiteit aan
- Studies tonen toename van gewichtsverlies aan

MAAR

- Gebruik op lange termijn valt tegen
- Goede context is noodzakelijk!

Conclusie

Technologie kan een nuttig hulpmiddel zijn om bepaalde parameters van fysieke activiteit beter te controleren. Hierdoor kan de fysieke activiteit effectiever worden.

Technologie kan de opvolging door de hulpverlener en de communicatie met de hulpverlener vergemakkelijken. Hierdoor wordt de opvolging tijdsefficiënter en kan er individueler feedback gegeven worden.

De accuraatheid van technologie varieert tussen verschillende merken en de gebruiker dient zelf de technologie te selecteren die het meest aan zijn/haar noden voldoet.