

De implementatie van EBP binnen de conditiegroep van Libra R&A Ontwerpstudie

Fysieke activiteit is van groot belang bij personen met MS (1). De conditie en kracht worden opgebouwd in een revalidatiecentrum (2), met behulp van een trainingsschema met cardio-respiratoire- en spierkrachttraining (1). Op basis van trainingsparameters uit wetenschappelijk onderzoek kunnen fysiotherapeuten de trainingsschema's samenstellen. Uit intern onderzoek bij revalidatiecentrum Libra R&A, locatie Leijpark, blijkt dat de fysiotherapeuten dit niet toepassen in de praktijk. Hierdoor wordt niet optimaal gebruik gemaakt van Evidence Based Practice (EBP) (3), waardoor de revalidanten niet de beste zorg ontvangen (4). Desalniettemin hebben de fysiotherapeuten behoefte aan de toepassing van de actuele wetenschappelijke trainingsparameters.

Ontwerpvraag:

Hoe kunnen de fysiotherapeuten van Libra R&A de actuele wetenschappelijke trainingsparameters van een cardiorespiratoire- en spierkracht training toepassen in de fitness voor revalidanten met MS?

Het design van dit onderzoek betreft een ontwerponderzoek. Het doel hiervan was het ontwikkelen van een product dat antwoord geeft op de ontwerpvraag en tevens voldoet aan de behoeften van de fysiotherapeuten. Hiervoor zijn de fases van het Double Diamond Model doorlopen (5), met ieder een eigen methodiek (**figuur 1**).



Figuur 1—Flowchart methodiek

Ontdekkingsfase & Definiëeringsfase

Uit het gebruikersonderzoek is gebleken dat de actuele wetenschappelijke trainingsparameters niet worden toegepast door:

- Tijdgebrek voor verdieping in literatuur;
- Problemen in de logistiek van de conditiegroep.

Citaten uit het gebruikersonderzoek:

- "*Tijdsinvestering zit in de weg. Wanneer je er een bepaald moment voor hebt, dan duik je ook eerder de literatuur in om de laatste inzichten te gaan bekijken.*"
- "*De ideale situatie zou zijn dat we een neuro 8 fitness of conditiegroep weer maken die 1.5 uur duurt, waarbij we beter onze conditionele training kunnen doen en onze kracht training.*"

Om de criteria voor het eindproduct in kaart te brengen is een programma van eisen (PvE) opgesteld (6) (**tabel 1**). De eisen uit het PvE zijn geordend door middel van de *MoSCoW-methode*: must have, should have, could have en would have (7). De eisen zijn opgesteld op basis van de resultaten van verschillende onderzoeken uit de ontdekkingsfase, zoals de deskresearch (zie legenda, **tabel 1**). Later zijn hier nog eisen aan toegevoegd.

Uit het morfologisch overzicht is gebleken dat er behoefte is naar een product dat adviseert over:

- Het kunnen toepassen van actueel wetenschappelijk bewijs omtrent trainingsprincipes, zodat EBP wordt toegepast.
- De gewenste situatie van de conditiegroep, waaronder een verlenging van de tijdsduur, vergroting van de fitnessruimte en een verandering in begeleiding van de conditiegroep.

De fysiotherapeuten hebben de meeste baat bij een product met adviezen gericht op de toepassing van actuele wetenschappelijke trainingsparameters bij een cardiorespiratoire- en spierkracht training voor revalidanten met MS.

Ontwikkelingsfase & Opleveringsfase

Er is een iteratief proces uitgevoerd. Elk prototype is geëvalueerd door de fysiotherapeuten, waarna de feedback is verwerkt om een verbeterd prototype te ontwikkelen. Hieruit is een eindproduct ontstaan dat voldoet aan de wensen en behoeften van de fysiotherapeuten.

Low-Fidelity prototype: papieren interfaces

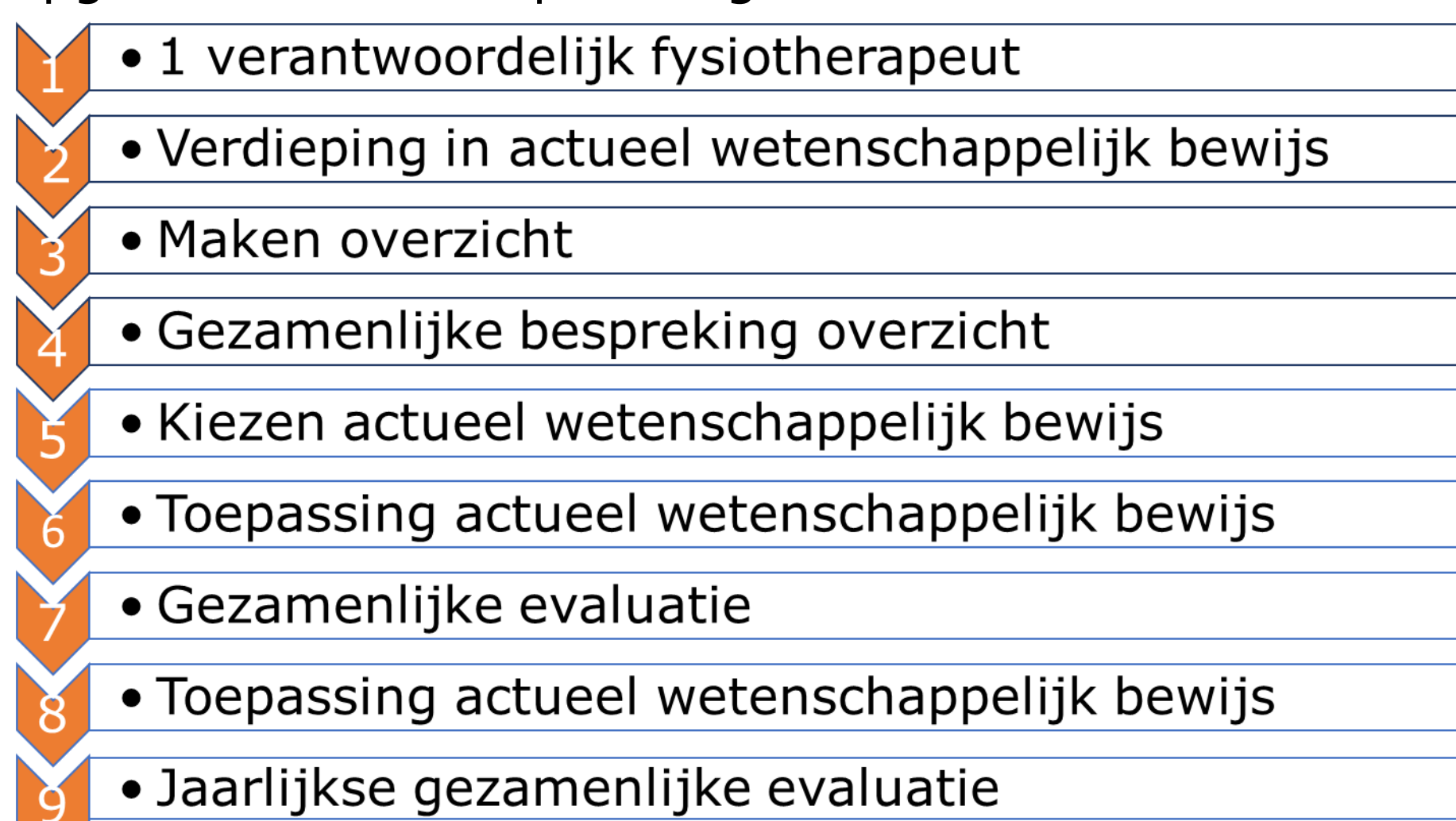
Het toont door middel van een schets het idee van het product, een adviesrapport, met betrekking tot het design. Ook toont het een idee van inhoud van het product: managementsamenvatting, inleiding, opzet onderzoek, adviezen, conclusie en referenties.

High-Fidelity prototype

De evaluatie van het Low-Fidelity prototype is verwerkt, waarna het prototype een realistisch beeld toont van het eindproduct. Adviezen met betrekking tot het kunnen toepassen van actuele wetenschappelijke trainingsparameters zijn toegevoegd.

Eindproduct: adviesrapport

Na verwerking van de evaluatie van het High-Fidelity prototype is er als advies een stappenplan gevormd omtrent toepassing van actueel wetenschappelijk bewijs (**figuur 2**). Om actueel te blijven wordt dit om de twee jaar doorlopen. Tevens zijn er adviezen met betrekking tot de gewenste situatie van de conditiegroep gegeven, zoals verlenging van de tijdsduur van de conditiegroep en extra tijd voor het opstellen van een trainingsschema. Na evaluatie bleek dat het adviesrapport voldoet aan de wensen en de behoeften van de fysiotherapeuten, waarna het is opgeleverd aan de opdrachtgever.



Figuur 2—Stappenplan

Conclusie

Het onderzoek heeft geleid tot de ontwikkeling van een adviesrapport aan fysiotherapeuten van Libra R&A gericht op de toepassing van actuele wetenschappelijke trainingsparameters bij een cardiorespiratoire- en spierkracht training voor revalidanten met MS. Door toepassing van de adviezen wordt EBP geïmplementeerd in de praktijk, waardoor de beste zorg voor de revalidanten geleverd wordt.

Vervolgonderzoek gericht op de evaluatie van het adviesrapport is nodig om in kaart te brengen in welke mate de adviezen uit het adviesrapport er daadwerkelijk voor zorgen dat de fysiotherapeuten de wetenschappelijke trainingsparameters gaan toepassen.

Het onderzoek en adviesrapport hebben sterke en zwakke punten die mogelijk de validiteit en betrouwbaarheid kunnen beïnvloeden (**tabel 2**).

Tabel 2—Sterke en zwakke punten

Sterke punten: onderzoek
- Gebruik van triangulatie (8; 9); - Geschikte methode voor oplossing van complexe problemen (10); - Gebruik van iteraties in het ontwerpproces (11); - Geen vroegtijdige aannames (10).
Zwakke punten: onderzoek
- Niet generaliseerbaar: kleine homogene populatie (N=3) (12); - Betrouwbaarheid en reproduceerbaarheid: neemt af door ongestructureerde methodieken (8); - Evaluaties product: sociale beïnvloeding in groepsverband (13).
Sterke punten: adviesrapport
- Eerder onderzoek toont dat een adviesrapport effectief is (14); - Voldoet aan alle "must have" eisen uit het PvE; - Stappenplan: grotere gedragsveranderingen mogelijk door succeservaring (15); - Stappenplan: effectief middel voor een veranderingsproces (16); - Helpt bij overgang naar de voorbereidingsfase uit het Stages of Change model voor gedragsverandering (17); - Alle cruciale onderdelen van een adviesrapport zijn aanwezig (18).
Zwakke punten: adviesrapport
- Voldoet niet aan alle "should have" "could have" en "would have" eisen uit het PvE; - Bevat geen onderbouwing met "harde cijfers" (18); - Geen zicht op wensen teammanager met betrekking tot de opzet en implementatie adviesrapport (18); - Niet op de hoogte van de randvoorwaarden van de adviezen (18).

Relevantie adviezen voor de praktijk:

- Toepassing actuele wetenschappelijke trainingsparameters, zowel nu als in de toekomst.
- Toepassing EBP, waardoor revalidanten de beste zorg krijgen (4) en er gehandeld wordt volgens het beroepsprofiel fysiotherapeut (19).
- Het kunnen maken van een compleet overzicht van de trainingsparameters.
- Trigger om in vervolgonderzoek adviezen op te stellen voor het toepassen van actuele wetenschappelijke trainingsparameters bij andere aandoeningen.

Tabel 1—Programma van Eisen

Must have
- Advies voor het kunnen toepassen van actuele wetenschappelijke trainingsparameters, zowel nu als in de toekomst (G); - Beschrijving gewenste situatie van de conditiegroep (G); - Advies voor extra tijd voor opzoeken van literatuur en maken trainingsschema (G).
Should have
- Beschrijving inhoud overzicht actueel wetenschappelijk bewijs over de trainingsparameters (D); - Overzicht actueel wetenschappelijk bewijs van trainingsparameters (G); - Gebruiksvriendelijk (T) en overzichtelijk (G); - Vergroting motivatie gedragsverandering (T); - Informatie resultaten onderzoek (T).
Could have
Vergroting interesse van fysiotherapeuten met betrekking tot de conditiegroep (T).
Would have
- Adviezen voor training bij andere neurologische aandoeningen (T); - Bronvermelding actueel wetenschappelijk bewijs (T).

Legenda: D: Deskresearch, G: Gebruikersonderzoek, T: Toevoeging

Referenties

SCAN QR CODE

