



NIEUWSBRIEF

PUMP-FIT STUDIE

Hoogtepunten

- Tussenevaluatie pilot
- Integraal zorgakkoord
- Start implementatiestudie 2023
- Publicaties

PUMP-fit studie in het kort

Implementatie van een voeding- en beweginginterventie voor ouderen (ProMuscle)
Start: januari 2021
Status: afronding pilot, opzet implementatiestudie

Tussenevaluatie pilot

De eerste 10 praktijken zijn nu ongeveer een half jaar onderweg met de implementatie van ProMuscle. In de zomer hebben we de tussenevaluatie gehad. De meeste praktijken zijn inmiddels klaar om ProMuscle aan te bieden, een aantal zijn al gestart met de eerste groep ouderen.

Het blijkt nu lastig om ouderen te werven voor ProMuscle; De kosten van het programma, het verwijzen van ouderen naar het programma, en de kennis van ouderen over het belang van het programma zijn benoemd als grootste barrières. Aan deze punten zal tijdens de implementatiestudie meer aandacht besteed worden.



[Ken jij een 65-plusser die zo lang mogelijk zelfredzaam wilt blijven door te werken aan zijn/haar fysiek functioneren? Aanmelden kan bij de deelnemende praktijken of via \[pump@umcutrecht.nl\]\(mailto:pump@umcutrecht.nl\)](#)

Start implementatiestudie Q1 2023

We zijn druk bezig met de opzet van de implementatie studie. In de aankomende maanden zullen wij starten met de werving van fysiotherapeuten en diëtisten die ProMuscle willen implementeren in zijn/haar praktijk.

Fysiotherapeuten en diëtisten die zich aanmelden zullen eind dit jaar/begin volgend jaar geschoold worden om ProMuscle aan te kunnen bieden en starten in 2023 met de studie.

Voor de PUMP-fit studie zijn wij vooral geïnteresseerd hoe de implementatie van ProMuscle verloopt en wat de ervaringen van de professionals zijn betreft de implementatie.

[Ben je fysiotherapeut/diëtist in de omgeving van de Regio Foodvalley en wil je ProMuscle implementeren in jouw praktijk? Meld je dan nu aan via \[pump@umcutrecht.nl\]\(mailto:pump@umcutrecht.nl\)](#)

Integraal zorgakkoord

Vorige maand is het integraal zorgakkoord uitgebracht. Wij zijn blij om te lezen dat er meer aandacht is voor **preventie**. Ook wordt de **samenwerking** in de zorg en met het sociale domein, en de **opschaling** van effectieve innovaties besproken. Allemaal thema's die de PUMP-fit studie adresseert. Zo is ProMuscle effectief in het verbeteren van fysiek functioneren van ouderen. Maar ook richten we ons tijdens studie o.a. op het verbeteren van de (interdisciplinaire) samenwerkingen in de wijk om ProMuscle succesvol te implementeren en op te schalen.

Wij hopen dat het zorgakkoord bijdraagt aan de bewustwording voor **preventieve leefstijlinterventies**, de **organisatie** en de **bekostiging** hiervan.

Het zorgakkoord is [hier](#) te lezen

Publicaties

Afgelopen september waren we aanwezig tijdens het society for implementation research collaboration congress in San Diego. Veel nieuwe inzichten zijn opgedaan voor het vervolg onderzoek. Maar we hebben ook ons onderzoek mogen presenteren.



In het [Nederlandse artikel](#) van Berber Dorhout in Voeding NU lees je wat er gebeurt met de effecten van ProMuscle wanneer het programma uitgevoerd wordt in verschillende settings. Kleine spoiler: de interventie in de praktijk, aangepast door professionals, leverde betere effecten op.

Effects and contextual factors of a diet and resistance exercise intervention vary across settings: an overview of three successive ProMuscle interventions

[Berber G. Dorhout](#), [Lisette C.P.G.M. de Groot](#), [Ellen J.J. van Dongen](#), [Esmée L. Doets](#) & [Annemien Haveman-Nies](#)

BMC Geriatrics 22, Article number: 189 (2022) | [Cite this article](#)
609 Accesses | [Metrics](#)

pump@umcutrecht.nl

0631118181

[Website PUMP-fit](#)

[@Pump_fitStudie](#)

[PUMP-fit](#)

Heeft u de nieuwsbrief doorgestuurd gekregen en wilt u zich aanmelden?
 Of wilt u geen nieuwsbrief meer ontvangen? Mail dit dan naar pump@umcutrecht.nl