



Algemene gegevens	
PPS-nummer	AF-15206
Titel	ProMuscle in de praktijk
Roadmap/Koepel	Food and Health (roadmap 4)
Uitvoerende kennisinstelling(en)	- Wageningen Food & Biobased Research – FFC- Consumer Science and Health - Wageningen University & Research – Division of Human Nutrition
Projectleider onderzoek (naam + emailadres)	Esmée Doets – esmee.doets@wur.nl
Penvoerder (namens private partijen)	Harm Dijkstra - harm.dijkstra@frieslandcampina.com
Contactpersoon overheid	Cor Wever
Startdatum	01-01-2016
Einddatum	31-12-2018
Korte omschrijving inhoud	Het overstijgende doel is het doorbreken van de neerwaartse spiraal in fysiek functioneren van ouderen door het succesvol implementeren van ProMuscle, een innovatieve combinatie van voeding en beweging, in de dagelijkse praktijk en hiermee bijdragen aan behoud en verbetering van functionaliteit en zelfredzaamheid van kwetsbare ouderen.

Highlights
<p>Het project ProMuscle in de Praktijk betreft een multi-center onderzoek waarbij de ProMuscle interventie (combinatie krachttraining 2x per week en verhoogde eiwitname) op 5 locaties in de praktijk wordt geïmplementeerd en op (kosten-)effectiviteit worden onderzocht. Parallel hieraan wordt een uitstroomtraject ontwikkeld om de doorstroom naar regulier aanbod te faciliteren.</p> <p>WP 1-Er is een onderzoeksdossier samengesteld voor de Medische Ethische ToetsingsCommissie (METC-WUR) en dit is in augustus goedgekeurd. In September 2016 is gestart met de werving en screening van deelnemers op de 1e onderzoekslocatie, zorggroep Apeldoorn en omstreken. In totaal hebben 104 mensen interesse getoond in deelname aan de studie. Na screening op de in- en exclusiecriteria bleken uiteindelijk 25 mensen geschikt. Tussen 11 november en 12 december zijn de baselinemetingen uitgevoerd bij alle deelnemers. Op 13 december 2016 is gestart met de interventie in Apeldoorn met 13 mensen in de controle groep en 12 mensen in de interventiegroep. Twee keer per week krijgen de deelnemers in groepsverband krachttraining op locatie onder begeleiding van een fysiotherapeut. Tevens hebben alle deelnemers een voedingsadvies ontvangen van een diëtiste en krijgen de deelnemers producten naar keuze mee om zo hun eiwitname te verhogen. In januari is gestart met de wervingsactiviteiten op de 2^e locatie (zorggroep Viattence in Epe). Verwachting is dat in de eerste week van april gestart kan worden met de interventie op deze locatie.</p> <p>WP 2-In samenwerking met UMCU is een vragenlijst opgesteld voor de deelnemers om inzicht te krijgen in directe en indirecte kosten ten aanzien van zorggebruik door de deelnemers aan het onderzoek.</p> <p>WP 3-In samenwerking met de GGD Noord-Oost Gelderland is gewerkt aan het opzetten</p>

van een uitstroomtraject om de deelnemers na afloop van de intensieve interventieperiode van 12 weken te begeleiden naar regulier aanbod om de in gang gezette leefstijlverandering voort te zetten

WP 4-Op 10 mei is een grote startbijeenkomst georganiseerd voor een breed en gevarieerd publiek. In totaal waren er circa 75 mensen aanwezig uit het bedrijfsleven, zorgsector, gemeentes en kennisinstellingen. In een goed gevuld Impulse op Wageningen Campus werd toegelicht wat dit project hoopt te bereiken in de komende 3 jaar en waarom dit van groot belang is voor de huidige maatschappij. Sprekers tijdens deze bijeenkomst waren:

- Prof. Lisette de Groot van Wageningen University & Research
- Ellen van Dongen, promovendus Wageningen University & Research, Margreeth Kasper de Kroon, raad van bestuur Zorggroep Noordwest-Veluwe
- Norbert Hoogers, voorzitter directie Zilveren Kruis
- Frank van Ooijen, directeur FrieslandCampina Institute
- Michel van Schaik, directeur gezondheidszorg bij Rabobank

Aantal opgeleverde producten in 2016			
Wetenschappelijke artikelen	Rapporten	Artikelen in vakbladen	Inleidingen/workshops
1	-	2	7

Bijlage: Titels van de producten of een link naar de producten op een openbare website

Wetenschappelijke artikelen:

Van Dongen *et al.* Translation of a tailored nutrition and resistance exercise intervention for elderly people to a real-life setting: adaptation process and pilot study. BMC Geriatrics 2017 (online first)

Artikelen in vakbladen

VMT artikel: Urszula Kudla. Meer eiwit, meer spiermassa ProMuscle: Wetenschap vertalen naar het echte leven

Workshops, Presentaties op congressen, symposia etc

Datum	Event	Wat	Wie	Partner
06-10-2016	Health and care day	Presentatie	Ellen van Dongen	WUR
13-10-2016	Food Valley Expo	Pitch pitch	Menrike Menkveld, Urszula Kudla	Alliantie GV Friesland Campina
13-10-2016	World food Center (ILD congress)	pitch	Jan Steins	Friesland Campina
02-11-2016	Voeding & bewegen bij ouderen, landelijke contactdag voor activiteiten begeleiders/therapeuten in klinische geriatrie	Presentatie	Ellen van Dongen	WUR
04-11-2016	Dag van de fysiotherapie (KNGF)	Poster Presentatie	Ellen van Dongen Nick Wezenbeek	WUR

19-11-2016	Fitvak	Workshop	Ellen van Dongen Nick Wezenbeek	WUR
29-11-2016	World Health care forum	Pitch	Menrike Menkveld	Alliantie GV

Overige producten

- Kennis Online: <http://www.wur.nl/nl/project/AF-15206-ProMuscle-in-de-Praktijk-1.htm>
- Promotie filmpje: <https://www.youtube.com/watch?v=zR0Q6S3krNw>
- Persbericht nav kick-off: <http://www.wur.nl/nl/nieuws/Start-programma-voor-beter-lichamelijk-functioneren-van-ouderen.htm>
- Blog bij world dairy summit: <http://www.idfwds2016.com/joint-forces-healthy-habits/>
- Interview in Zorgscoop (Rabobank): <https://www.rabobank.nl/bedrijven/cijfers-en-trends/gezondheidszorg/voeding-en-gezondheid/promuscle/>
- Nieuwsbrief Academische werkplaats AGORA: <http://www.aw-agera.nl/nl/agora/Diensten-2/Gezond-ouder-woorden-1/ProMuscle.htm>
- Nieuwsbrief Alliantie Goede Voeding: <http://www.alliantievoeding.nl/news/?v=2&cid=1&id=249&lid=>