

Hoe stimuleer je eten en bewegen?

POKO-pilot smaakt naar meer



Om de kans op complicaties te verlagen en de overlevingskans en de kwaliteit van leven te verhogen, is het erg belangrijk dat kinderen met kanker tijdens de behandeling goed blijven eten en bewegen. Dat is echter moeilijk als je je slap en misselijk voelt. Het UMCG startte daarom samen met vijf creatieve bureaus en het lectoraat Co-design van de Hogeschool Utrecht (HU) een bijzonder project waarbij kinderen en ouders nauw betrokken waren.

Centrale vraag van het project was: welke ingrepen (interventies) kunnen ervoor zorgen dat eten en bewegen worden gestimuleerd? Geen gemakkelijke uitdaging, want een product of dienst ontwerpen gericht op het stimuleren van adequaat eet- en beweggedrag bij kinderen met kanker is niet eenvoudig. Enerzijds zijn er heel veel mensen rondom het kind waar rekening mee gehouden moet worden (ouders, broertjes, zusjes, school, verpleegkundige, diëtist, oncoloog). Anderzijds is de eet- en bewegproblematiek heel ingewikkeld, waardoor één algemene interventie niet volstaat: hoe kinderen moeten bewegen en eten is afhankelijk van onder meer het type kanker, de behandeling en de leeftijd.

VERSCHILLENDE PARTIJEN

Om toch tot kansrijke interventies te komen, sloegen vijf creatieve bureaus, Hogeschool Utrecht en een aantal medewerkers, ouders en patiënten van de afdeling Kinderoncologie van het Beatrix Kinderziekenhuis (UMCG) de handen ineen. Om te voorkomen dat de verschillende partijen elkaar niet begrepen, werd een zogenaamde 'participatieve ontwerp-



aanpak' gehanteerd. Hierdoor kon iedereen (ontwerpers, onderzoekers, patiënten, ouders, zorgprofessionals) communiceren over het onderwerp, zonder gehinderd te worden door emoties of barrières voortkomend uit jargon en/of discipline. Er werden creatieve en visuele technieken gebruikt zoals dagboekmethoden en foto-opdrachten.

CREATIEVE AANPAK

Gesubsidieerd door het Centre of Expertise Creatieve Industrie voerde de projectgroep in collegejaar 2013-2014 een kleinschalige pilot uit met de naam POKO: Participatief Ontwerpen voor KinderOncologie. Tijdens het eerste halfjaar brachten de ontwerp-

bureaus de doelgroep in kaart. Via expertbijeenkomsten, een gebruikersonderzoek (waarin patiënten tussen de 6 en de 18 jaar zijn geïnterviewd via speciale knip- en plakopdrachten) en creatieve sessies waarbij de professionals zelf ontwerpideeën moesten bedenken, werden vier ontwerprichtingen geformuleerd (zie tabel 1). Ouders en vooral zorgprofessionals moesten erg wennen aan deze voor hen nieuwe, creatieve manier van handelen. Wel erkenden de zorgprofessionals dat deze werkwijze sneller tot oplossingen leidt dan men gewend is in de medische wereld, waar langdurig experimenteel onderzoek de gouden standaard is. Ook ervoeren ze dat ze door dit project nu eindelijk eens écht multidisciplinair werkten. Voor de ouders en kinderen was het onderzoek vooral een welkome en positieve afleiding tijdens het ziekteproces.

PROTOTYPES

In de tweede helft van de pilot startte het daadwerkelijk ontwerpen. 27 studenten van 3 HU-faculteiten (Gezondheidszorg, Communicatie en Journalistiek, Natuur en Techniek) ontwierpen 4 interventies binnen de vier ontwerprichtingen (zie tabel 1).

TABEL 1. OVERZICHT ONTWERPRICHTINGEN POKO

	FYSIEK PRODUCT	INTERACTIEF COMMUNICATIEMIDDEL
VOEDING	1. Smaaklab	3. De Reis van 5
BEWEGING	2. BLOX.	4. TikkieTakkie en KidKit

Uit het vooronderzoek bleek dat interventies het kind weer het gevoel van controle moeten teruggeven ('want in het ziekenhuis wordt alles voor je bepaald') en het stigma van 'als je ziek bent, lig je de hele dag in bed te niksen' moeten wegnemen. Alle interventies spelen hier op in:

- 1. Smaaklab:** onderdeel van de buffetkar waarmee de voedings-assistent het ontbijt en de lunch uitserveert in het ziekenhuis. Smaaklab heeft de vorm van een proeverij waarbij kinderen de controle krijgen (zelf kiezen, plukken, knippen, snijden) bij het uitproberen van nieuwe smaken.
- 2. BLOX:** een set modulaire vormen die kinderen uitdagen het ziekenhuisbed te veranderen in iets anders en daarmee de ruimte te herontdekken. Het bed wordt bijvoorbeeld een bank of een hut.
- 3. De Reis van 5:** een app, een fysieke wereldkaart en moestuin zijn onderdeel van deze kit, waarin ouders worden geholpen om hun kinderen (tussen de zes en tien jaar) spelenderwijs te betrekken bij het maken van gezonde keuzes rondom voeding.
- 4. Tikkie Takkie en KidKit:** twee fysieke toolkits, een voor kinderen van zes tot tien jaar (Tikkie Takkie) en een voor pubers (KidKit).

Beide kits stellen de kinderen in staat samen met ouders of zorgverleners bewegedoelen vast te stellen aan de hand van passende activiteiten en er staat een beloning tegenover.

GROOTSCHALIG ONDERZOEK

De prototypes zijn ontwikkeld en getest met zowel zorgprofessionals als ouders en kinderen met kanker. De eerste reacties waren heel positief. De vraag of de interventies bijdragen aan de genezing is echter nog niet te beantwoorden na een pilot van een jaar. Het gaat niet alleen om adequaat eten en bewegen tijdens het behandeltraject, maar ook daarna. Kinderen lopen na genezing van kanker vaak een grote gezondheidsachterstand op, zoals overgewicht. Om echt verschil te kunnen maken, moeten de interventies verder ontwikkeld worden en getest in de ziekenhuis- en thuisomgeving. Dit vergt jarenlang onderzoek. De projectgroep (bestaande uit HU en UMCG) heeft gelukkig vervolgsubsidie gekregen om dit samen met partijen als de TU Delft, het Prinses Máxima Centrum voor Kinderoncologie en natuurlijk de VOKK te gaan doen.

Dr. Fenne Verhoeven
Senior onderzoeker lectoraat Co-design,
Kenniscentrum Technologie & Innovatie,
Hogeschool Utrecht

Eet- en beweginterventies voor kinderen met kanker zijn pas echt kansrijk als ze worden ontworpen samen met kinderen en hun ouders. Wil je meewerken aan dit project of op de hoogte blijven? Kijk dan op <http://ucreate.nl/meer-zin-in-eten-voor-jeugdige-kankerpatiënten/> of stuur een email aan fenne.verhoeven@hu.nl

In *Attent 3* (2014) vertelde Aeltsje Brinksma van het UMCG al over het onderzoek naar over- en ondervoeding bij kinderen met kanker. Het project over beweeg- en eetinterventies borduurt voort op dit onderzoek.

