

Bijeenkomst	Voeding, Bewegen en Gezondheid
--------------------	---------------------------------------

Project: Voeding, Bewegen en Gezondheid

Het doel van dit project is samen met bedrijven, gezondheidszorg, kennisinstellingen en sportorganisaties in Duitsland en Nederland de rol van goede voeding en voldoende bewegen in de gezondheidszorg, voor preventie van ziekte of ziekteverergering, verhogen van kwaliteit van leven, meedoen in de maatschappij en prestatie naar een hoger niveau te brengen.

Inmiddels is het breed bekend dat goede voeding en beweging ziekten kan voorkomen, herstel en kwaliteit van leven kan bevorderen en dat sporters tot grotere prestaties in staat zijn. Het huidige project neemt dit gegeven als uitgangspunt en stelt zich ten doel hier nieuwe kennis, adviezen en producten aan toe te voegen.

Binnen het initiatief Eat2Move (www.eat2move.nl), de innovatie-hub voor voeding en bewegen, werken Nederlandse partners vanuit kennisinstellingen, zorg, bedrijfsleven en sportorganisaties samen aan optimale voeding voor bevordering van prestatie en herstel in (top)sport en zorg. Eat2Move heeft de ambitie om zich internationaal verder te ontwikkelen door het uitvoeren van internationale project.

Hier volgen een aantal ideeën/richtingen voor mogelijke projecten. Dit bevindt zich in de oriëntatiefase dus andere ideeën en variaties op deze ideeën zijn zeer welkom.

Idee 1:

Een van de uitgangspunten van dit project is de “individualized” benadering. Voor specifieke groepen die niet of minder bewegen, bijvoorbeeld rolstoelgebruikers, patiënten met spierziekten, mensen met Down, zien we dat de algemene richtlijnen en bestaande producten niet altijd geschikt zijn. Bij kinderen en volwassenen met spierziekten is de behandeling met name gericht op fysiotherapie en ergotherapie. Aandacht voor voeding beperkt zich tot het toedienen van sondevoeding bij diegenen die onvoldoende motoriek hebben om zelfstandig te eten en te drinken. Wij zijn van mening dat deze vormen van bewegingstherapie succesvoller kunnen zijn wanneer beter aan de voedingsbehoefte kan worden voldaan, met name aan de eiwitbehoefte (spierbehoud) en vitaminebehoefte (spiercoördinatie). Onderzoek naar juiste timing en samenstelling van maaltijden of van klinische voeding staan hierbij voorop. Inzichten in de rol van voeding bij bewegingstherapie laten zich waarschijnlijk goed vertalen naar andere doelgroepen zoals sporters, rolstoelgebruikers en revalidanten.

We willen op-maat adviezen en innovatieve producten ontwikkelen ter preventie van ziekteverergering en bevordering van gezondheid en kwaliteit van leven. Samenwerking zorg, voedings- en bewegingswetenschap, bedrijven.

Idee 2:

In Nederland is in de afgelopen jaren onderzoek gestart onder deelnemers aan grote sport evenementen zoals de Nijmeegse Vierdaagse, Zevenheuvelenloop en Marathon van Eindhoven. Dit type onderzoek is nog jong en zou met een uitbreiding aan de Duitse kant een enorme groei door

kunnen maken. Dit onderzoek levert kennis op over de rol van voeding in breedtesport maar ook de relatie voeding, bewegen en gezondheid onder grote groepen van alle leeftijden. Voor het bedrijfsleven liggen hier nog vele kansen voor productontwikkeling (“proeftuin”).

Idee 3a:

Sporters kunnen tijdens intensieve training maagdarmproblemen ervaren. Uit onderzoek is gebleken dat een verhoogde doorlaatbaarheid van de darmwand hierbij een rol speelt. Deze verhoogde doorlaatbaarheid kan tevens de weerstand van sporters tegen ziekte verminderen. Ditzelfde fenomeen zien we bij patiënten met darmziekten. Ontwikkeling van voedingsmiddelen of ingrediënten die de darmintegriteit verbeteren (dus minder darmdoorlaatbaarheid) is daarom zinvol voor zowel sporters als voor patiënten. Hierbij denken we aan probiotica die helpen om de microbiota in de darm divers en stabiel te houden, vermindering van het gebruik van gluten door nieuwe bakprocessen, en het toepassen van koolhydraten met een prebiotische werking. In dit idee combineren we academische kennis, bedrijfsleven en de sport- en zorgpraktijk.

Idee 3b.

Meervoudig onverzadigde vetzuren en prestatie bij sport/bewegen. Analyse biomarkers, producten rijk aan/verrijkt met meervoudig onverzadigde vetzuren, biochemische parameters, sportprestatie. Complementair bedrijfsleven activeren (ingrediëntleveranciers, eindproductenproducenten), combinatie van academische kennis en bedrijfsleven naar praktijk, rol van (sport)diëtetiek.

Idee 4:

Stimulerende omgevingen en technologie kunnen bijdragen aan een positief effect op gedrag ten aanzien van leefstijl. Het idee is om voeding en bewegen te visualiseren in zowel fysieke, sociale als virtuele omgevingen en daarmee communicatie en gedrag ten gunste van een gezonde leefstijl te faciliteren. Met partners gaan we na hoe we een innovatieproject kunnen ontwikkelen om de zorgomgeving zo in te richten dat het positief werkt en mensen motiveert tot (interactie over) een gezonde leefstijl. Dit levert nieuwe inzichten op over succesfactoren en randvoorwaarden voor gedragsverandering rondom voeding, sport en bewegen in relatie tot de (zorg) omgeving. Samenwerking ICT, gedrag, zorgorganisaties/gezondheidscentra, gezonde leefstijl met bewegen en voeding.