4.11. Conditietraining

Uitgangsvraag

Wat is het effect van conditietraining op het lopen?

Praktische uitwerking van de aanbeveling aangepast met recente literatuur

De richtlijn beveelt conditietraining niet aan om het lopen van kinderen met CP te verbeteren. Op basis van recente literatuur is conditietraining echter wel aan te bevelen. Zie **Bijlage 1** voor aanbevelingen voor verschillende soorten fysieke inspanning.

Literatuur

Het artikel van Novak (2019) is de meest recente systematische review over het effect van fitness training bij kinderen met CP. De auteurs concluderen dat fitness waarschijnlijk effectief is ter verbetering van het grof motorisch functioneren. Twee andere artikelen komen tot vergelijkbare conclusies (Ryan 2017; Verschuren 2016). Zie onderstaande figuur (Ryan 2017).

Analysis 1.1. Comparison 1 Aerobic exercise versus usual care, Outcome 1 Activity: gross motor function, short term.

Study or subgroup	Aerobic exercise N	Aerobic exercise Mean(SD)	Usual care N	Usual care Mean(SD)	Std. Mean Difference Random, 95% CI	Weight	Std. Mean Difference Random, 95% CI
Bryant 2013	20	1.9 (3.3)	11	0.2 (1.8)		45.7%	0.56[-0.19,1.31]
Chrysagis 2012	11	71.7 (17.7)	11	65.1 (16.5)		36.15%	0.37[-0.48,1.21]
Mattern-Baxter 2013	6	16.9 (4.8)	6	13.9 (1.8)		18.15%	0.76[-0.43,1.95]
Total ***	**37**		**28**			**100%**	**0.53[0.02,1.04]**
Heterogeneity: Tau²=0; Chi²=0.3, df=2(P=0.86); I²=0%							
Test for overall effect: Z=2.04(P=0.04)							

Favours usual care — Favours aerobic

Wat ga/kan je per fase doen om de aanbeveling te implementeren?

Hoe zorg ik dat mijn collega's ...	Ideeën voor strategieën en acties
... voor deze aanbeveling openstaan	Deel informatie en wetenschappelijke literatuur over het effect van conditietraining met alle teamleden en vraag teamleden ook informatie te delen.
... deze aanbeveling begrijpen	Geef uitleg over de aanbevelingen voor conditietraining tijdens een bijeenkomst (**Bijlage 1**).
... de aanbeveling willen gebruiken	Meet fitheid voor, tijdens en na de behandeling.
... de aanbeveling kunnen gebruiken	Oefen met het geven van conditietraining in groepsverband. Maak afspraken over planning en logistiek.
De aanbeveling gebruiken/toepassen: Doen!	Oefen gezamenlijk het geven van conditietraining. Maak eventueel video-opnames om te evalueren. Plan voldoende behandeltijd om de conditietraining met 2 personen te geven.
- in eigen behandeling	Maak video-opnames van conditietraining en bespreek deze tijdens een casuïstiek bespreking met het team.
- in communicatie collega's	Koppel ervaringen met conditietraining terug binnen het team.
- in communicatie ouders	Geef ouders uitleg over de conditietraining in begrijpelijke taal en laat hen meekijken tijdens de training.
De aanbeveling blijven gebruiken, ook in de toekomst: Blijven doen!	Verwerk de aanbevelingen voor conditietraining in het protocol voor inwerken van nieuwe therapeuten en revalidatieartsen (**Bijlage 1**). Meet tevredenheid van ouders. Meet uitkomstmaten voor fitheid.

Referenties

Novak I, Morgan C, Fahey M, Finch-Edmondson M, Galea C, Hines A, et al. State of the Evidence Traffic Lights 2019: Systematic Review of Interventions for Preventing and Treating Children with Cerebral Palsy. Curr Neurol Neurosci Rep 2020;20:3.

Ryan JM, Cassidy EE, Noorduyn SG, O'Connell NE. Exercise interventions for cerebral palsy. Cochrane Database Syst Rev 2017;6:CD011660.

Verschuren O, Peterson MD, Balemans AC, Hurvitz EA. Exercise and physical activity recommendations for people with cerebral palsy. Dev Med Child Neurol 2016;58:798-808.