

LIKE – Lifestyle Innovations based on youths’ Knowledge and Experience

Sarphati
amsterdam research for healthy living

LIKE consortium

Amsterdam UMC

Erasmus MC

Universiteit van Maastricht

Vrije Universiteit

Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht

GGD Amsterdam

Stadsdeel Oost

AMC: prof. K. Stronks, dr. W. Waterlander, dr. T. Vrijkotte;

VUmc: prof. M. Chinapaw, dr. T. Altenburg, dr. A. Singh

prof. H. Raat, dr. E. van den Akker, dr. W. Nusselder

prof. S. Kremers, dr. R. Hermans

prof. J. Seidell, dr. C. Dijkstra, dr. J. Halberstadt, dr. C. Renders

K. den Hertog

prof. A. Verhoeff

A. Kamsteeg

Promovendi: Helga Emke, Emma van den Eynde, Azadèh Farokhi, Angie Luna Pinzon en Meredith Overman



LIKE in short

LIKE is a 5-year program designed for stimulating a healthy lifestyle among 10-14 year old teenagers with a low socioeconomic position in Amsterdam. The project takes place in Amsterdam East. On average, the inhabitants of specific neighbourhoods in this area have a low socioeconomic status. Physical activity, sedentary behaviour, nutrition and sleep are the lifestyle factors considered in this project. Participation plays a central role in this project. In co-creation with teenagers, their parents and other important stakeholders, opportunities for a healthier lifestyle in Amsterdam East are explored. The second major theme in this project is taking a systems approach. Different settings, namely the home, school, neighbourhood and health care environment are included in this project and approached in an integral manner. Cooperation and tuning between these settings is important for sustaining an effect for the target group. Changes in the lifestyle and environment of teenagers will be evaluated using data from the Sarphati Cohort.

Contact

Dr. Wilma Waterlander

w.e.waterlander@amc.uva.nl

LIKE in het kort – wat en waarom?

LIKE (Lifestyle Innovations Based on youth's Knowledge and Experience) is een vijfjarig onderzoeksproject dat wordt gefinancierd door de Nederlandse Hartstichting en ZonMw.

De focus van dit onderzoeksproject ligt op het stimuleren van een gezonde leefstijl (voeding, lichamelijke activiteit, zit- en slaaggedrag) van jongeren in de transitieperiode van basis- naar middelbare school (10-14 jaar). In Amsterdam heeft 23% van de 10-14 jarigen overgewicht of obesitas. Deze percentages liggen hoger in buurten waar families wonen met een lagere sociaal economische achtergrond. LIKE zal in een aantal van deze buurten worden uitgevoerd, namelijk de Oosterparkbuurt, Dapperbuurt en Transvaalbuurt in Amsterdam-Oost

We weten op dit moment nog niet goed wat effectieve manieren zijn om juist in deze buurten een gezonde leefstijl en een gezond gewicht te bevorderen. In co-creatie met jongeren, hun ouders en andere belangrijke stakeholders gaan vijf promovendi op zoek naar mogelijkheden om een gezonde leefstijl te stimuleren in Amsterdam-Oost. Hierbij worden zowel de thuis- en buurtomgeving, als scholen en zorginstellingen betrokken. Het uiteindelijke doel van LIKE is om de omgeving van jongeren zo te versterken dat gezond gedrag gestimuleerd wordt en ongezond gedrag ontmoedigd wordt.

Wat wij doen

De kern van de wetenschappelijke methode die we in LIKE volgen is tweeledig, namelijk de methodiek van Participatory Action Research en het perspectief van systeem denken.

Participatory Action Research (PAR)

PAR is een onderzoeksmethode waarbij onderzoekers samen met de doelgroep acties ontwikkelen die de gezondheid ten goede komen. Door de doelgroep zelf als experts te betrekken in het onderzoek, wordt gewaarborgd dat juist die aspecten die er voor hen echt toe doen worden aangepakt en de duurzaamheid van de interventie al in een vroeg stadium van draagvlak wordt voorzien.

Systeem benadering

De systeembenadering is een benadering waarbij het gehele systeem, bestaande uit de thuis- en buurtomgeving, de school en de zorgsetting in beschouwing wordt genomen. Dit resulteert in een integrale aanpak, waarbij er aandacht is voor verschillende leefomgevingen waarin de jongeren zich bewegen met bijbehorende leefstijlgedragingen.

Het LIKE programma wordt uitgevoerd in het kader van de Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht en gepresenteerd naar potentiële deelnemers in de wijk als het programma 'Zo blijven wij gezond'.

Evaluatie

Wij zullen onderzoeken welk veranderingen in de leefstijl van de jongeren en hun leefomgeving optreden als gevolg van de LIKE aanpak. Hiervoor gebruiken we onder andere data uit het Sarphati Cohort.

Werkpakketten

De uitvoering van het project verloopt via 5 werkpakketten:

- 1: Ontwikkeling van de LIKE aanpak
- 2: Implementatie van de LIKE aanpak
- 3: Proces en effectevaluatie van de LIKE aanpak
- 4: Modelleren van toekomstige effecten van de LIKE aanpak op hart- en vaatziekten
- 5: Disseminatie van resultaten van de LIKE aanpak