



Bewegen op recept

Wetenschappelijke Bijeenkomst van de Vereniging voor Sportgeneeskunde

Dinsdag 14 april 2015

inspearit – Cibit Academy te Bilthoven

Inleiding

In het kader van de deskundigheidsbevordering organiseert de Vereniging voor Sportgeneeskunde (VSG) ieder jaar Wetenschappelijke Bijeenkomsten. De sprekers op deze avond houden allen een voordracht met betrekking tot het onderwerp **‘Bewegen op recept’**.

Steeds meer mensen krijgen te maken met een chronische ziekte. Het RIVM voorziet een stijging van 5,3 miljoen in 2011 naar 7 miljoen in 2030. Daarbij zal ook het aantal mensen met twee of meer aandoeningen toenemen. Vooral door de vergrijzing steeg het aantal mensen met een ziekte het afgelopen decennium en die stijging zet door.¹

De wetenschap levert steeds meer bewijs van de positieve bijdrage van sport en/of bewegen (exercise is medicine) op het ziekteproces van diverse chronische ziekten.² Op deze avond staat het effect van bewegen op een drietal chronische ziekten centraal, te weten: Diabetes type II, COPD en Hart & Vaatziekten.

In iedere voordracht staan de volgende vragen centraal:

- waarom is training zo belangrijk voor deze populatie?
- welke positieve effecten heeft het?
- waar moet het trainingsprogramma uit bestaan?
- is het trainingsprogramma voor iedere patiënt hetzelfde, of zijn er voor aanvang parameters te meten die de invulling van het programma bepalen?

¹ Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: RIVM, <<http://www.nationaalkompas.nl>> versie 4.17, 23 juni 2014

² Pederson B.K. & Saltin B. Evidence for prescribing exercise as therapy in chronic disease (review). Scand J Med Sci Sports, 2006; 16 (Suppl. 1): 3-63.

Locatie en tijd

Deze Wetenschappelijke Bijeenkomst wordt gehouden op dinsdag 14 april a.s. vanaf 19.00 uur in het inspearit-Cibit Academy kantoor- en opleidingscentrum te Bilthoven (terrein Berg en Bosch, gebouw 90).

Inschrijving

U kunt zich voor deze avond *uitsluitend* inschrijven via onze website <http://www.sportgeneeskunde.com/nascholingsagenda>.

De kosten voor deze bijeenkomst bedragen € 80,-- (voor aios € 40,--).

Het maximaal aantal deelnemers bedraagt 60.

Accreditatie

De bijeenkomst is geaccrediteerd voor sportartsen voor 3 uur.

De bijeenkomst is geaccrediteerd voor huisartsen voor 3 uur.

Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met het secretariaat van de VSG, tel. 030-2252290.



VSG Wetenschappelijke avond Programma dinsdag 14 april 2015

Bewegen op recept

Avondvoorzitter: **Drs. Robert Rozenberg**, Sportarts | Sportmedisch Centrum Maasstad en Erasmus MC | Promovendus Erasmus MC

18.30 - 19.00 uur *Ontvangst*

19.00 – 19.05 uur *Opening door avondvoorzitter*

19.05 - 19.50 uur *De effecten van een homebased trainingsprogramma voor hartrevalidatie patiënten*

Drs. Jos Kraal, Bewegingswetenschapper | promovendus afdeling Klinische Informatiekunde op het AMC Amsterdam en afdeling Cardiologie MMC Veldhoven

19.50 - 20.35 uur *Effect van bewegen bij COPD patiënten*

Dr. Maurice Sillen, Fysiotherapeut | Coördinator CIRO netwerk | CIRO, Expertisecentrum voor chronisch orgaanfalen

20.35 - 21.55 uur *Pauze*

21.55 - 21.45 uur *Inspanning als therapie voor type 2 diabetes*

Drs. Robert Rozenberg, Sportarts | Sportmedisch Centrum Maasstad en Erasmus MC | Promovendus Erasmus MC

21.45 - 22.00 uur *Discussie/vragen*