

10 meter Shuttle Run Test GMFCS Niveau 1 en 2

Uitleg testprotocol

De 10-m shuttle run test bestaat uit het heen en weer rennen tussen twee lijnen op een afstand van 10 meter. De loopsnelheid van de deelnemers wordt bepaald door het interval tussen twee geluidssignalen. Deze signalen worden aangeboden met behulp van een Cd-speler en de **test-Cd**. De hardloopsnelheid wordt elke minuut verhoogd door het interval tussen de geluidssignalen te verkorten. Voor kinderen met een GMFCS I of II classificatie zijn verschillende protocollen ontwikkeld.

GMFCS-I protocol

De loopsnelheid bij aanvang van de test bedraagt 5 km/uur. Elke minuut neemt de loopsnelheid met 0,25 km/uur toe.

GMFCS-II protocol

De loopsnelheid bij aanvang van de test bedraagt 2 km/uur. Elke minuut neemt de loopsnelheid met 0,25 km/uur toe.

De verhoging van de hardloopsnelheid wordt als trap aangeduid en wordt tevens als testresultaat gebruikt. Eén testtrap komt dus overeen met ongeveer 1 minuut heen en weer lopen. De trappen zijn op de CD met een nauwkeurigheid van een halve trap weergegeven.

Methode

In totaal hebben 26 kinderen met CP (GMFCS I of II) en 8 (kinder)fysiotherapeuten meegewerkt aan het onderzoek waarin beide 10 meter shuttle run tests zijn onderzocht op methodologische kwaliteiten. Ze zijn meerder malen in een korte periode bij de kinderen afgenomen, en vergeleken met de loopband.

Resultaten

Beide tests bleken geschikt voor lopende kinderen met CP. De resultaten van de 10-m shuttle run test kwamen erg overeen met de algemeen toegepaste, maar veel lastiger af te nemen loopbandtest, hetgeen de validiteit van de shuttle run test bevestigde. Daarnaast vonden de kinderen de tests leuk, en zijn de tests makkelijk uitvoerbaar voor kind en therapeut. Alle test zijn af te nemen in de meeste gymzalen en/of praktijken, en de kosten zijn laag.

Interesse?

Mocht u interesse hebben in deze **test-Cd**, dan kunt u een mailtje sturen naar netchild@dehoogstraat.nl.