

Eat2Ride



Informatie voor deelname aan wetenschappelijk onderzoek – Voedingsinname en (sport)voedingskennis bij Nederlandse fietsers.

Geachte deelnemer,

Deze brief bevat informatie over het Eat2Ride onderzoek. Lees deze brief goed door en noteer eventuele vragen of onduidelijkheden. Naast informatie over het onderzoek vindt u in deze brief contactgegevens van personen waar u met eventuele vragen terecht kunt.

Achtergrond

Een goede voeding is de sleutel tot een actief en gezond leven, maar ook belangrijk om training en prestaties te ondersteunen. Als sporter krijg je via verschillende kanalen veel te horen en lezen over het belang van gezonde voeding, en over voeding voor sportprestaties.

Van de vele factoren die bepalen wat je eet, is kennis van (sport)voeding één van de componenten. Naast andere factoren zoals bv leeftijd, geslacht en hoe actief (fanatiek) iemand sport. Wat de voedingsinname van een brede groep van fietsers/wielrenners in Nederland precies is, en welke factoren de verschillen in inname bepalen is nog onvoldoende bekend. En dat is belangrijke informatie voor bijvoorbeeld voorlichtings- en informatie campagnes van sportbonden.

Daarom hebben Wageningen Universiteit, Ziekenhuis Gelderse Vallei i.s.m. de NTFU dit onderzoek opgezet.

Doel van dit onderzoek:

- Inzicht krijgen in de voedingsinname van een brede groep fietsers,
- Inzicht krijgen in de samenhang tussen voedingsinname en (sport)voedingskennis en andere factoren zoals o.a. leeftijd, geslacht en activiteit niveau

Wie kan er deelnemen?

U kunt deelnemen aan het onderzoek als u 18 jaar of ouder bent, en gemiddeld – in het hoogseizoen – minimaal 1x per week fietst (wielrennen, MTB, gravel, of virtueel/indoor), ongeacht hoe goed of actief u bent. Daarnaast moet u de Nederlandse taal machtig zijn, de vragenlijsten zijn in het Nederlands opgesteld.

Hoe wordt het onderzoek uitgevoerd?

Om deze doelen te bereiken willen wij u vragen twee vragenlijsten in te vullen. De vragenlijsten zijn:

1) een voedselfrequentievragenlijst (FFQ),

2) een algemene vragenlijst over supplement gebruik, fietsgewoonten (frequentie, afstand, intensiteit, enzovoort), blessures, conditie en vragen over de kennis van (sport)voeding.

Als u meedoet aan dit onderzoek, zult u deze vragenlijsten online invullen. Dit kost ongeveer 2 maal 25 minuten van uw tijd.

Mogelijke voor- en nadelen

Door deel te nemen aan dit onderzoek, heeft u zelf geen direct voordeel. Wel draagt u bij aan meer kennis over de voedingsinname van fietsers en de kennis m.b.t. (sport)voeding bij fietsers.

Daarnaast krijgt u een terugkoppeling over de onderzoeksresultaten die voor u interessant kunnen zijn. Bovendien verloten we een aantal sport producten onder de deelnemers. We willen benadrukken dat u vrijwillig deelneemt aan het onderzoek. Op ieder moment tijdens het invullen van de vragenlijst kunt u afzien van het verder invullen van het onderzoek, zonder opgaaf van reden.

Anoniem gebruik van uw gegevens

Alle verkregen gegevens/resultaten van de deelnemers aan dit onderzoek zullen vertrouwelijk worden behandeld. Wij volgen daarvoor de “Wet bescherming persoonsgegevens”. Dit betekent dat alleen de leden van het onderzoeksteam inzage hebben in de onderzoeksgegevens. Hierdoor zijn gegevens later niet naar u persoonlijk terug te leiden en ondervindt u geen nadeel van door uzelf beschikbaar gestelde informatie.

Verzekering

Aangezien dit onderzoek geen risico's met zich meebrengt is er voor de deelnemers aan dit onderzoek geen verzekering afgesloten

Meedoen?

Als u besluit deel te nemen aan het onderzoek, kunt u zich via het e-mail adres eat2ride@wur.nl aanmelden voor het onderzoek.

Vervolgens ontvangt u per email een inlogcode en een wachtwoord voor het invullen van de vragenlijsten.

Tijdens het invullen van de vragenlijst vragen wij u om aan te vinken dat u toestemming geeft voor deelname aan het onderzoek en dat uw antwoorden gebruikt mogen worden voor dit onderzoek.

Indien u vragen heeft naar aanleiding van deze brief of het onderzoek, dan kunt u contact opnemen met het onderzoeksteam via eat2ride@wur.nl.

Alvast hartelijke dank voor uw medewerking.

Met vriendelijke groet,

Namens het onderzoeksteam,

Dr. Marco Mensink, universitair docent Voeding en Gezondheid bij de Wageningen Universiteit.

Dr. Rieneke Terink, onderzoeker bij Ziekenhuis Gelderse Vallei (SportsValley).

Prof Dr. J (Hans) Zwerver, sportarts bij Ziekenhuis Gelderse Vallei (SportsValley) en tevens bijzonder hoogleraar Sport- en bewegeneeskunde bij het Universitair Medische Centrum Groningen