



# Het effect van peer mentoring op de fysieke activiteit van kankerpatiënten

### Referentie

Sezgin MG, Bektas, H. Effect of peer mentoring on physical activity in patients with cancer: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. J Clin Nurs 2022. DOI: 10.1111/jocn.16320

### Duiding

Loes Stukken, psychologe  
Geen belangenvermenging met het onderwerp.

## Klinische vraag

Wat is het effect van peer mentoring in vergelijking met standaardzorg of een andere interventie op de graad van fysieke activiteit bij kankerpatiënten?

## Achtergrond

Er is steeds meer bewijs voor de positieve effecten van beweging op zowel de preventie als de behandeling van kanker (1). Bij kankerpatiënten zien we echter een daling van ongeveer 50% in fysieke activiteit (2). Peer mentoring zou een goede strategie kunnen zijn om de fysieke activiteit bij kankerpatiënten te verhogen (3). Peer mentoring bestaat bij kankerpatiënten uit sociale interactie, uitwisseling van ervaringen en wederzijdse praktische en emotionele ondersteuning (4). Als ervaringsdeskundigen kunnen peer mentors een belangrijke rol spelen in het vroeg detecteren van symptomen, het beter evalueren van problemen en het gericht zoeken naar creatieve oplossingen (4). Via deze weg kan peer mentoring ook bijdragen tot het detecteren van een bepaalde graad van fysieke activiteit, het regelmatig opvolgen van fysieke activiteit en het overtuigen van de patiënt van de positieve effecten van fysieke activiteit op het menselijk lichaam (5).

## Samenvatting

### Methodologie

Systematische review en meta-analyse (6)

### Geraadpleegde bronnen

- Web of science, Science Direct, Pubmed, ProQuest, CINAHL complete via EBSCOhost, Springer Link, Cochrane Library, MEDLINE, Ovid databases; tot januari 2022
- alleen Engelstalige publicaties
- geen beperking in publicatiedatum.

### Geselecteerde studies

- inclusiecriteria: RCT's bij kankerpatiënten, 18 jaar of ouder, met minstens 1 vorm van kanker in gelijk welk stadium en met verminderde fysieke activiteit, waarbij men het effect van elke vorm van peer mentoring vergeleek met een controlegroep die standaardzorg of een andere interventie kreeg op vlak van fysieke activiteit, gemeten met eender welk meetinstrument
- uiteindelijke inclusie van 6 studies, uitgevoerd tussen 2015 en 2022 in Australië (N=1) en de Verenigde Staten (N=5), met een steekproefgrootte van 37 tot 378 deelnemers; peer mentoring vond plaats tijdens contactmomenten van 1 tot 2 uur (niet in alle studies gerapporteerd) met een frequentie van eenmaal om de 2, 3, 4, 6, 9, 12 en 24 weken; fysieke activiteit werd gemeten met

de **7-day Physical Activity Recall Scale (PAR)** (N=4), **Godin & Shephard Leisure-Time Exercise Questionnaire** (N=1) en **MET-uren** per week matige tot intensieve fysieke activiteit (N=1).

#### *Bestudeerde populatie*

- 1 551 deelnemers met een gemiddelde leeftijd van 55,6 en 63,8 jaar oud, met borstkanker (N=4), prostaatkanker (N=1) en colorectale kanker (N=1) in een variabel stadium.

#### **Uitkomstmeting**

- gepoold verschil in fysieke activiteit tussen peer mentoring en controlegroep, uitgedrukt in **Hedge' g** met 95% BI
- gebruikmaken van de intention-to-treatgegevens van de geïncludeerde studies
- meta-analyse met random effects model
- opsporen van statistische heterogeniteit met  $I^2$
- opsporen van publicatiebias met verschillende instrumenten
- sensitiviteitsanalyse.

#### **Resultaten**

- in vergelijking met een controlegroep leidde peer mentoring tot meer fysieke activiteit: Hedge's  $g$  0,322 (95% BI van 0,15 tot 0,49,  $p < 0,001$ ;  $I^2 = 48,64\%$ ).

#### **Besluit van de auteurs**

Als eenvoudige tool kan peer mentoring voordelig zijn om het niveau van fysieke activiteit te verhogen bij patiënten met kanker. Daarnaast zal het ook de bewustwording van gezondheidswerkers over peer mentoring als holistische zorg doen toenemen.

#### **Financiering van de studie**

Volgens de auteurs was er geen extra financiering voor de studie

#### **Belangenconflicten van de auteurs**

Auteurs verklaren dat er geen conflict of interest is

## **Bespreking**

#### **Beoordeling van de methodologie**

Twee onderzoekers zochten in meerdere databanken onafhankelijk van elkaar naar relevante studies die beantwoordden aan de vooropgestelde inclusiecriteria. De methodologische kwaliteit van de 6 geselecteerde studies werd door 2 onderzoekers onafhankelijk van elkaar geëvalueerd aan de hand van de Cochrane Risk of Bias Assessment Tool. Aan vier studies kende men een 'hoog risico' van bias toe omdat ze niet geblindeerd waren uitgevoerd. Voor de twee andere studies uitten de onderzoekers toch wat bezorgdheid omdat adequate informatie over het blinderingsproces ontbrak. Voor selectiebias, detectiebias en rapporteringsbias beschouwde men het risico als laag. In de studies gebruikte men gevalideerde instrumenten om fysieke activiteit te meten. Niettegenstaande de uitgebreide zoektocht kon slechts een klein aantal studies geïncludeerde worden. De  $I^2$ -coëfficiënt gaf aan dat de statistische heterogeniteit tussen de studies matig was. De onderzoekers gebruikten dan ook terecht een random effects model om het effect van peer mentoring op de fysieke activiteit in te schatten. De effectgrootte werd berekend met Hedge  $g$ 's (en bijbehorend 95% betrouwbaarheidsinterval) en men gebruikte de Cohen's criteria om de grootte van het effect te interpreteren ( $d \geq 0,80$  voor een groot effect;  $d$  tussen 0,20 en 0,80 voor een matig effect en  $d \leq 0,20$  voor een klein effect). Publicatiebias kon met de verschillende testen niet aangetoond worden. In een sensitiviteitsanalyse verdween het statistisch significante verschil door weglaten van één studie (5). Dat maakt het resultaat van de meta-analyse minder robuust.

## Beoordeling van de resultaten

Peer mentoring had een positief effect op de toename van fysieke activiteit. Men berekende een Hedge's  $g$  van 0,322, wat volgens de Cohen's criteria overeenkomt met een matig sterke effectgrootte. Belangrijke nuancering: in 3 studies zag men een statistisch significante verbetering van fysieke activiteit; in 3 andere studies was er ook verbetering maar bleek het effect statistisch niet significant te zijn. Er waren tussen de studies belangrijke verschillen in het type interventie, de duur van de interventie en de tijdsintervallen tussen de interventiemomenten. Men gebruikte zowel telefonische gesprekken, teleconferenties als motiverende gespreksvoering. Hierbij kregen patiënten van een peer mentor informatie over de intensiteit en de duur van fysieke activiteiten. De peer mentor hielp ook in het bepalen van doelstellingen voor activiteit, gaf feedback over bereikte doelstellingen, spoorde samen met de patiënt barrières voor fysieke activiteit op en gaf advies en ondersteuning om problemen aan te pakken. Deze variatie in aanpak, samen met de grote diversiteit aan onderzochte patiëntengroepen maakte het onmogelijk om subgroepanalyses uit te voeren. We kunnen dus geen eenduidige adviezen voor de praktijk formuleren.

## Wat zeggen de richtlijnen voor de klinische praktijk?

Verscheidende richtlijnen op Ebpracticenet benadrukken het belang van beweging bij kankerpatiënten (7-9). Er zijn echter nog geen richtlijnen die aanbevelingen doen rond het belang van peer mentoring om het niveau van fysieke activiteit bij kankerpatiënten te verbeteren.

## Besluit van Minerva

Deze methodologisch correct uitgevoerde systematische review en meta-analyse toont aan dat peer mentoring een positief effect heeft op het niveau van fysieke activiteit bij kankerpatiënten. De effectgrootte is echter matig en een sensitiviteitsanalyse toont aan dat het resultaat niet erg robuust is. Door de grote klinische heterogeniteit is het moeilijk om eenduidige conclusies te trekken.

## Referenties

1. Courneya KS, Friedenreich CM. Physical activity and cancer control. *Semin Oncol Nurs* 2007;23:242-52. DOI: 10.1016/j.soncn.2007.08.002
2. Rock CL, Doyle C, Demark-Wahnefried W, et al. Nutrition and physical activity guidelines for cancer survivors. *CA Cancer J Clin* 2012;62:243-74. DOI: 10.3322/caac.21142
3. Ginis KA, Nigg CR, Smith AL. Peer-delivered physical activity interventions: an overlooked opportunity for physical activity promotion. *Transl Behav Med* 2013;3:434-43. DOI: 10.1007/s13142-013-0215-2
4. Pinto BM, Dunsiger SI, Kindred MM, Mitchell S. (2022). Peer mentoring for physical activity adoption and maintenance among breast cancer survivors: moderators of physical activity outcomes. *J Cancer Surviv* 7/01/2022. DOI: 10.1007/s11764-021-01162-z
5. DeMello, MM, Pinto BM, Mitchell S, et al. Peer support for physical activity adoption among breast cancer survivors: do the helped resemble the helpers? *Eur J Cancer Care (Engl)* 2018; 27:e12849. DOI: 10.1111/ecc.12849
6. Sezgin MG, Bektas, H. Effect of peer mentoring on physical activity in patients with cancer: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *J Clin Nurs* 2022. DOI: 10.1111/jocn.16320
7. Kanker bij Kinderen: lichaamsbeweging. Ebpracticenet JBI laatst bij gewerkt door producent: 18/07/2022.
8. Overlevenden van kanker: lichaamsbeweging. Ebpracticenet. JBI, bijgewerkt door producent: 29/04/2021.
9. Depressie (kanker): lichaamsbeweging. Ebpracticenet. JBI, bijgewerkt door producent: 1/07/2021.