

Wanneer zijn wearables ondersteunend?

Kansen en valkuilen

- Wearables kunnen helpen om momenten van verhoogde spanning bij cliënten te signaleren. Spanning is niet altijd goed zichtbaar bij cliënten, cliënten zijn niet altijd in het zicht en begeleiders ervaren soms een hoge werkdruk. Deze apparaatjes kunnen begeleiders ondersteunen om snel te zien wanneer een cliënt (dreigt) teveel stress te hebben om dan gepaste acties te ondernemen.
- Arousal metingen voor, tijdens en na incidenten, verzameld met wearables, kunnen in combinatie met huidige bronnen, informatie opleveren over de oorzaken en functie van gedrag.
- Arousal metingen kunnen aanvullend op vragenlijsten en evaluatiegesprekken inzicht geven in de effectiviteit van interventies. Er loopt nu een onderzoek met wearables naar Grip op agressie (GOA) en EMDR bijvoorbeeld. Daarnaast kunnen we met wearables ook interventies na agressie evalueren.
- Wearables kunnen gebruikt worden voor behandelgesprekken. Wearables kunnen informatie uit het dagelijks leven meenemen naar de behandeling. Omdat het voor cliënten vaak moeilijk is om stress en lichamelijke spanning (en andere fysiologische gegevens zoals slaap) van eerdere dagen goed te herinneren of te beschrijven, kunnen fysiologische gegevens helpen om het gesprek te ondersteunen. Daarnaast kunnen wearables helpen om wat in de behandeling wordt geleerd, beter toe te passen in het dagelijks leven en zo de eigen regie van de cliënt te versterken.

Voordelen wearables

- Bij mensen met cognitieve beperkingen kunnen wearables op een niet-talige manier informatie verzamelen en terugkoppelen, over onder andere spanning, naast meer talige interventies en diagnostiek.
- Het is een niet-belastende manier van meten: je kunt daarom over een lange tijd veel gegevens verzamelen.
- Omdat bijna iedereen telefoons en apps gebruikt, kan draagbare technologie voor cliënten als normaal en minder opvallend (zonder stigma) worden ervaren.

Interpretatie van fysiologische gegevens is een uitdaging

- Fysiologische metingen (zoals hartslag) worden door veel factoren beïnvloed: temperatuur, beweging, middelengebruik, etc.
- Stress metingen door wearables zijn niet altijd valide. Soms wordt stress gemeten terwijl de cliënt zich rustig voelt. En soms blijft een stressmelding uit, terwijl de cliënt duidelijk boos of gespannen is. Deze verschillen kunnen naast problemen met algoritmes achter deze stress metingen ook komen, doordat cliënten hun eigen stress niet altijd goed aanvoelen, of door technische problemen, zoals een verstoorde verbinding tussen de wearable en de telefoon. Zie ze als een hulpmiddel om meer bewust te worden van lichamelijke veranderingen, niet als een exacte meetmethode die bepaalt of iemand gestresst is.
- Gegevens van draagbare technologie zijn niet losstaand te interpreteren. Ze moeten altijd in combinatie met andere bronnen van informatie en klinisch oordeel van de behandelaar of begeleider gebruikt worden.

Ook geldt:

- Draagbare technologie is relatief duur voor cliënten.
- Privacy bij gebruik van wearables in de zorg is een groot aandachtspunt. In dit onderzoek is bijvoorbeeld gebruik gemaakt van de Nederlandse Nowatch, omdat deze de data bij de cliënt laat. Data worden alleen met Nowatch gedeeld als de gebruiker dat zelf specifiek aangeeft in de app.

Sommige commerciële smartwatches gaan minder goed om met de privacy en slaan data van gebruikers op.

Informatie voor gebruik van biosensoren

Een eerder implementatieproject 'Biosensoren voor Iedereen' (BVI) richtte zich op het dagelijks gebruik van biosensoren door begeleiders en cliënten. Binnen het project BVI is voor alle gebruikers informatiemateriaal ontwikkeld en is er -vrij toegankelijke- software geschreven. In het kader van kennisdeling en -borging is ervoor gekozen om de informatie op de website inzichtelijk te maken. Als jouw organisatie meer gebruik wil maken van biosensoren in de praktijk, maak dan gebruik van de kennis en informatie die dit project ons heeft opgeleverd: [Informatie voor gebruik van biosensoren](#)