

Goed nieuws: de dataverzameling voor de MOod Treatment with Antidepressants or Running (MOTAR) studie is compleet!



Tussen 2012 en 2019 hebben 141 mensen met een depressie en/of een angststoornis deelgenomen aan de MOTAR studie. Daarvan hebben **96 deelnemers runningtherapie gevolgd** en **45 personen hebben antidepressiva gebruikt**. Van deze deelnemers hebben we veel data verzameld over zowel de psychische als lichamelijke gezondheid. Nu ook de follow-up data van de laatste deelnemers verzameld is kunnen we aan de slag met de analyses.

Onderzoeksvragen

Hoewel we uit eerder onderzoek weten we dat antidepressiva en runningtherapie beide effectief zijn als behandelingen voor depressie en angst, is het nog onbekend hoe de twee verschillende behandelingen bijdragen aan de verbetering van de lichamelijke gezondheid.

Een belangrijkste eerste onderzoeksvraag is daarom wat de **effecten van antidepressiva en runningtherapie zijn op lichamelijke gezondheidsmetingen** zoals bloeddruk, longinhoud, spierkracht, conditie en markers van het autonome zenuwstelsel zoals hartslag en hartslagvariabiliteit.

Ten tweede willen we graag **onderzoeken of beide behandelingen effect hebben op biologische veroudering**. Hiervoor sturen we biologisch materiaal naar de Universiteit van California, San Francisco (UCSF). Op deze universiteit heeft Nobelprijswinnares en hoogleraar Elizabeth Blackburn een lab waar ze maten van biologische veroudering kan bepalen, namelijk telomeerlengte en telomerase activiteit.

We hopen de resultaten van beiden onderzoeken in 2021 te publiceren in wetenschappelijke tijdschriften. Middels de website www.motar.nl en toekomstige nieuwsbrieven zullen we u daarvan op de hoogte houden.

Heeft u vragen of opmerkingen, dan kunt u contact opnemen met Josine Verhoeven, GZ-psycholoog en onderzoeker betrokken bij MOTAR via j.verhoeven@ggzingeest.nl