



FOD Werkgelegenheid,
Arbeid en Sociaal Overleg



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

In de periode april tot einde september 2007 werd een inventarisatie gemaakt van bestaande vragenlijsten die focussen op 2 themata:

- Psychosociale belasting op het werk (stress, depressie, ...)
- Musculo-skeletale aandoeningen op het werk

Het was de bedoeling vragenlijsten te selecteren en een database op te stellen binnen de context en de doelstellingen van het project CAPA 'Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van leeftijd in de beroepsbevolking', dit met de steun van het Europees Sociaal Fonds en de Algemene Directie Humanisering van de Arbeid van de Federale Overheidsdienst Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal Overleg en dus uitsluitend gericht op oudere werknemers.

Exclusieve vragenlijsten enkel gericht op oudere werknemers bestaan niet daarom is het resultaat een algemene inventaris geworden. Vertrekkende vanuit een algemene search naar vragenlijsten in de literatuur, via internet, via bevraging van experts terzake werd uiteindelijk gekozen voor een niet-exhaustieve inventaris van kwantitatieve meetinstrumenten (vragenlijsten) geselecteerd op basis van de focus, het gebruik, de beschrijving, de specificiteit, de methodiek, de meningen van experts, de validiteit en betrouwbaarheid en het uitgangspunt en betrekking tot de 2 topics.

De database beschrijft per vragenlijst de naam van het instrument, de ontwikkelaar-auteur-uitgever, jaartal, de omschrijving, doelstelling, thema, doelgroep, taal, de manier van afname, de duur van afname, het aantal vragen, schalen, de verwerking, kostprijs en voorbeeldvragen.

De vragenlijsten kunnen een instrument zijn voor arbeidsgeneesheren, preventieadviseurs, werkgevers, Human Resource Management, vakbonden, ... Door de beschrijving van de verschillende instrumenten kan men gericht een bepaalde vragenlijst gaan opzoeken.



FOD Werkgelegenheid,
Arbeid en Sociaal Overleg



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

Musculo-skeletale aandoeningen op het werk

1. [BORG RPE SCHAAL](#)
2. [DMQ](#)
3. [ERGOROM VRAGENLIJSTEN](#)
4. [NORDIC](#)
5. [VBA](#)
6. [V.W.V.A.](#)



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

1. BORG –RPE SCHAAL

Naam instrument	BORG RPE-Schaal Ratings of Perceived Exertion
Ontwikkelaar - Auteur	Borg, S.
Jaartal	1998
Omschrijving	<p>De BORG RPE-Schaal is een subjectieve belastingschaal. Het is een hulpmiddel om de mate van inspanning, de belastingsgraad en vermoeidheid te schatten op een schaal van 6 tot 20.</p> <p>De BORG-Schaal neemt lineair toe met inspanningsintensiteit, hartfrequentie en zuurstofopname. De naam geeft al aan dat de RPE-Schaal een score ('rating') geeft van de subjectief ervaren belasting ('perceived exertion'). Deze subjectieve ervaring kan niet worden toegeschreven aan een specifiek aspect van de belasting, bijvoorbeeld aan de ademhaling, de lactaatconcentratie of de zuurstofopname. De waarneming van inspanning is een samenvloeijsel van verschillende vormen van sensaties (vanuit verschillende perifere spieren, ademhaling, temperatuurregulatie, etc.) Naast de sensorische informatie zijn er ook herinneringen aan de arbeidssituaties en de bijbehorende emoties aanwezig. Motivatie en emotie tijdens inspanningen kunnen ook de perceptie en prestatie beïnvloeden.</p>
Doelstelling	Het gebruik van de BORG RPE-Schaal maakt het mogelijk om de belastingsintensiteit te herkennen
Type instrument	Vragenlijst
Thema	MSD
Setting	Werkplek
Doelgroep	Werknemers
Taal	Nederlands
Manier van Afname	<p>De kwaliteit en standaardisatie van de instructie is van invloed op de betrouwbaarheid van (het gebruik) van de Borg-schaal. Daarom wordt geadviseerd bij het gebruik van de Borgschaal de volgende standaardinstructie te geven:</p> <p><i>Geef tijdens de lichaamsbeweging aan hoe zwaar je de belasting vindt De ervaren zwaarte hangt voornamelijk af van de mate van inspanning, vermoeidheid in de spieren en het gevoel van 'buiten adem zijn'.</i></p> <p><i>Bekijk de scores op de schaal. Geef een score van 6 tot 20. Hierbij betekent 6 geen enkele belasting en 20 een maximale inspanning. Probeer jouw gevoelens zo eerlijk mogelijk te</i></p>

CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

	<i>beschrijven zonder te overwegen hoe zwaar de belasting werkelijk is. Geef noch een overschatting, noch een onderschatting. Alleen jouw eigen gevoel is hierbij belangrijk, niet wat de andere mensen aangeven. Kijk naar de schaal en beschrijvingen, kies een getal (6-20)</i>
Duur van Afname	
Aantal vragen	
Schalen	De schalen gaan van geen (6) – zeer zeer licht (7-8), zeer licht (9-10), tamelijk licht (11-12), redelijk zwaar (13-14), zwaar (15-16), zeer zwaar (17-18), zeer zeer zwaar (19-20)
Verwerking	De score op de RPE-schaal geeft een weerslag van de ‘totale’ subjectieve belasting Behalve een reeks getallen bevat de schaal bij de oneven nummers een korte beschrijving van de belastingsintensiteit. De korte omschrijvingen zijn kort en kernachtig. Het zijn de ‘verbale ankers’ die de (objectieve) score koppelen aan de (subjectieve) waarneming.
Online Link	
Trefwoorden	
Voorbeeldvraag (-vragen)	
Literatuurlinks	Borg, S. Borg’s Perceived Exertion and Pain Scales. Human Kinetics: Champaign, 1998
Kostprijs	
Achtergrond	Een minderheid van de mensen (5-10%) heeft moeite met het begrip van de schaal. Bij deze mensen zijn de scores op de RPE-schaal niet betrouwbaar en valide. Ondanks oefening zullen zij het gebruik van de schaal niet onder de knie krijgen. Een goede instructie van de schaal aan de gebruiker is onontbeerlijk. Hiertoe moet de begeleidende de achtergronden van de RPE-schaal goed kennen. Oefening in het gebruik is noodzakelijk door werknemers. Om de schaal goed te leren hanteren is ten minste 5 oefensessies noodzakelijk

[Terug naar het overzicht](#)



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

2. DMQ

Naam instrument	Dutch Musculoskeletal Questionnaire
Ontwikkelaar - Auteur	www.arbeid.tno.nl (uitgever)
Jaartal	2001
Omschrijving	De DMQ is ontwikkeld voor de snelle en gestandaardiseerde analyse van musculoskeletale workload en geassocieerde potentiële schadelijke arbeidsomstandigheden evenals musculoskeletale symptomen in arbeidspopulaties.
Doelstelling	Eenvoudige en snelle inventaris over musculoskeletale workload voor arbeidsgeneeskundige diensten om arbeidersgroepen te identificeren waarin een meer doorgedreven ergonomische analyse aangewezen is
Type instrument	Vragenlijst
Thema	MSD
Setting	Werkplek
Doelgroep	Volwassenen, arbeiders
Taal	Nederlands
Manier van Afname	Vragenlijst
Duur van Afname	30 minuten
Aantal vragen	De standaardversie van de vragenlijst bestaat uit 9 pagina's met ongeveer 25 vragen per pagina, om te worden ingevuld door de werknemers zelf. De 63 vragen over de musculoskeletale workload en geassocieerde potentieel schadelijke werking kunnen worden gecategoriseerd in zeven indices. Samen met vier aparte vragen over staan, zitten, stappen en oncomfortabele houdingen vormen deze een kort overzicht van de belangrijkste bevindingen met betrekking tot musculoskeletale werklast en geassocieerde schadelijke werkomstandigheden. De homogeniteit van de indices is bevredigend. 63 items
Schalen	7 indices: kracht, dynamiek en statische belasting, repetitieve belasting, klimaatfactoren, vibratie en ergonomische omgevingsfactoren
Verwerking	De DMQ laat professionelen in de arbeidsgeneeskundige setting toe om de werkgerelateerde musculoskeletale risicofactoren en symptomen te meten in arbeiderspopulaties op een snelle maar toch gestandaardiseerde manier. De resultaten kunnen gebruikt worden voor identificatie van risicofactoren in specifieke groepen van werknemers voor het



FOD Werkgelegenheid,
Arbeid en Sociaal Overleg



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.

Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

	stellen van prioriteiten voor (ergonomische) verbeteringen.
Online Link	www.tno.nl/kwaliteit_van_leven/publicatie
Trefwoorden	
Voorbeeldvraag (-vragen)	
Literatuurlinks	Hildebrandt, V.H., Bongers, P.M., van Dijk, F.J., Kemper, H.C., Dul, J. (2001). Dutch Musculoskeletal Questionnaire: description and basic qualities. <i>Ergonomics</i> , 44, 1038-55.
Kostprijs	De DMQ is vrij te gebruiken. Indien men hulp nodig heeft zijn er professionelen om bijstand te verlenen.
Achtergrond	

[Terug naar het overzicht](#)



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

3. ERGOROM VRAGENLIJSTEN

Naam instrument	Ergorom-Vragenlijsten
Ontwikkelaar - Auteur	Prof. J. Malchaire – Unité Hygiène et Physiologie du Travail
Jaartal	
Omschrijving	3 Vragenlijsten (lange versie, middellange en korte versie met respectievelijk 128, 69 en 40 vragen) werden ontwikkeld om MSD in kaart te brengen. Alle vragen in de 3 vragenlijsten zijn identiek, enkel het aantal vragen is verschillend.
Doelstelling	In kaart brengen van MSD (bovenste ledematen)
Type instrument	Vragenlijst (versies)
Thema	MSD
Setting	Werkplek
Doelgroep	Werknemers
Taal	Nederlands
Manier van Afname	Schriftelijk
Duur van Afname	
Aantal vragen	128 – 69 – 40 (respect. 7 pagina's, 4 pagina's en 3 pagina's) Met betrekking tot de lange versie: -Algemene kenmerken respondent (12 vragen, o.a. gewicht, lengte, leeftijd, rookstatus, sportstatus, ...) -Medische voorgeschiedenis gedurende de voorbije 12 maanden *algemene gezondheidstoestand van de werknemer gedurende de voorbije 12 maand, niet op dag van interview *reeds pijn/ongemak gehad thv nek (6 vragen), zo ja vraag naar intensiteit, duur, frequentie, aard ... * reeds pijn/ongemak gehad thv linker en rechter schouder (12 vragen), zo ja vraag naar intensiteit, duur, frequentie, aard ... *reeds pijn/ongemak gehad thv linker en rechter elleboog (12 vragen), zo ja vraag naar intensiteit, duur, frequentie, aard ... *reeds pijn/ongemak gehad thv linker en rechter polsen/handen (12 vragen), zo ja vraag naar intensiteit, duur, frequentie, aard ... *reeds pijn/ongemak gehad thv lage rug (2 vragen), zo ja vraag naar intensiteit, duur, frequentie, aard ... -Somatische klachten (8 vragen) (o.a. hoofdpijn, duizeligheid, misselijkheid, maagpijn, slaapstoornissen, ... gedurende voorbije 12 maanden en voorbije 7 dagen) -Vragen omtrent de huidige werkplek (9 vragen) (o.a. naar soorten inspanningen, welke belastingen, identieke bewegingen, gebruik van trillende werktuigen, ...



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.

Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

	<p>vermoeidheden op einde werkdag)</p> <ul style="list-style-type: none"> -Vragen omtrent vorige werkplek (8 vragen) -Vragen omtrent maximale grijpkracht -Vragen omtrent maximale hoekbeweging -Vragen omtrent de waarneming en beoordeling van de arbeidsomstandigheden (Hierbij wordt over elk thema 2 vragen gesteld: enerzijds over het aanvoelen van de werksituatie en anderzijds over de appreciatie van de werksituatie, dit voor elk thema identiek. Hierbij wordt een schaal gebruikt van 1-5 gaande van helemaal niet, niet echt, geen mening, tamelijk goed en heel erg) <p>De andere versies zijn verkorte versies van de lange versie.</p>
Schalen	Variabele antwoordmogelijkheden
Verwerking	De verwerking van de antwoorden kan gebeuren aan de hand van bijgevoegde excell-tabellen. Het volstaat om de gegeven antwoorden in te vullen op het eerste blad van het excell-file en de verwerking volgt automatisch, gegeven in de twee volgende excell-bladen. Elke wijziging aan de vraagstelling of aan de plaats van de vragen kan leiden tot verkeerde interpretatie van de resultaten. Indien het wenselijk is dat er vragen worden bijgevoegd dan moeten deze afzonderlijk worden gecodeerd en geanalyseerd.
Online Link	www.hytr.ucl.ac.be www.hytr.ucl.ac.be/download/questionTMS1.HTML
Trefwoorden	
Voorbeeldvraag (-vragen)	www.hytr.ucl.ac.be/download/questionTMS1.HTML
Literatuurlinks	MALCHAIRE J., PIETTE A., COCK N. (2001) Stratégie de prévention collective des risques musculosquelettiques. Rapport final. Contrat de recherche PS/10/1. Services du Premier Ministre, Services fédéraux des affaires Scientifiques, Techniques et Culturelles (SSTC).
Kostprijs	De vragenlijsten worden gratis verspreid en zijn vrij te downloaden en te gebruiken.
Achtergrond	De auteurs vragen uitdrukkelijk om bij rapportage of publicaties de referenties te vermelden. De auteurs leggen alle verantwoordelijk bij de gebruikers.

[Terug naar het overzicht](#)



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

4. NORDIC

Naam instrument	Nordic-vragenlijst
Ontwikkelaar - Auteur	Kuorinka et al. (1987)
Jaartal	1987
Omschrijving	De Nordic-vragenlijst is een gestandaardiseerde en gevaloriseerde vragenlijst. Het is een vragenlijst die ontwikkeld werd door een samenwerkingsverband van Finse, Zweedse en Deense onderzoekers.
Doelstelling	De vragenlijst wordt gebruikt om problemen van het bewegingsapparaat bij de werkende bevolking op te sporen. De onderzoekers hebben geopteerd voor een doorzichtige structuur en voor een eenvoudige vragenlijst.
Type instrument	Vragenlijst (korte en brede type)
Thema	Problemen bewegingsapparaat
Setting	MSD
Doelgroep	Werknemers
Taal	Nederlands
Manier van Afname	Vragenlijst schriftelijk
Duur van Afname	
Aantal vragen	Bij het brede type worden voor elke lichaamszone drie vragen gesteld die moeten beantwoord worden met 'ja' of 'nee'. Daarnaast zijn er nog specifieke vragen die dieper ingaan op de problematiek van de onderrug.
Schalen	
Verwerking	
Online Link	
Trefwoorden	
Voorbeeldvraag (-vragen)	
Literatuurlinks	
Kostprijs	
Achtergrond	Deze vragenlijsten zijn niet bedoeld voor klinische diagnose, wel om de omvang van de problemen i.v.m. het bewegingsapparaat in een populatie te bepalen en om groepen met elkaar te vergelijken. Ze kunnen ook gebruikt worden in een vervolgonderzoek om het effect van een bepaalde maatregel na te gaan.

[Terug naar het overzicht](#)

CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

5. VBA

Naam instrument	Vragenlijst Bewegings-Apparaat
Ontwikkelaar - Auteur	TNO Arbeid (uitgever) www.arbeid.tno.nl
Jaartal	
Omschrijving	Met de VBA kunnen klachten van het bewegingsapparaat en daarmee samenhangende werk- en persoonsgebonden factoren geïnventariseerd worden bij werknemers. Het is bruikbaar om gegevens te inventariseren op het niveau van branche, beroepsgroep, bedrijf, afdeling? ...
Doelstelling	Inventarisatie van klachten van het bewegingsapparaat en daarmee samenhangende werk- en persoonsgebonden factoren, bij werknemers
Type instrument	Vragenlijst
Thema	Geestelijke gezondheid
Setting	MSD
Doelgroep	Werknemers
Taal	Nederlands
Manier van Afname	
Duur van Afname	
Aantal vragen	97 items verdeeld over 7 onderdelen Er zijn 3 versies beschikbaar -korte versie (4 A4) -standaard versie (9 A4) -uitgebreide versie (13 A4) De korte versie is bedoeld voor situaties waarin de invultijd beperkt is of wanneer de kenmerken van de betrokken groep een langere vragenlijst minder aantrekkelijk maakt. De lange versie gaat nader in op de aard van de rug-, nek-, schouder- en armklachten en vrijetijdsbesteding.
Schalen	De VBA omvat verschillende onderdelen: -algemeen (10 items) -gezondheid (11 items) -werk (36 items met meerdere subitems) -vrije tijd (6 items) -rug (13 items) -nek en/of schouders (13 items) Uw eigen mening (8 items)
Verwerking	Op de website is een softwareprogramma beschikbaar voor het verwerken van de vragenlijst en het genereren van een standaard rapport



FOD Werkgelegenheid,
Arbeid en Sociaal Overleg



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

Online Link	www.arbeid.tno.nl/producten_diensten_vragenlijst_bewegingsapparaat.html
Trefwoorden	
Voorbeeldvraag (-vragen)	
Literatuurlinks	
Kostprijs	Het gebruik van de vragenlijst is vrij, mits bronvermelding
Achtergrond	www.arbeid.tno.nl

[Terug naar het overzicht](#)



CAPA

Evolutie van de fysieke en fysiologische capaciteiten in functie van de leeftijd.
Antwoord op de stereotypen betreffende de oudere werknemer

www.werk.belgie.be

6. V.W.V.A.

Naam instrument	Vragenlijst van de Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging van Arbeidsgeneeskunde
Ontwikkelaar - Auteur	Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging van Arbeidsgeneeskunde
Jaartal	
Omschrijving	De vragenlijst V.W.V.A. is een gestandaardiseerde vragenlijst van de Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging van Arbeidsgeneeskunde.
Doelstelling	De vragenlijst wordt gebruikt om risicofactoren op het werk en extra-professionele risicofactoren te bevragen. Ze kan samen met de Nordic-vragenlijst worden afgegeven aan werknemers.
Type instrument	Vragenlijst
Thema	MSD
Setting	Werkplek
Doelgroep	Werknemers
Taal	Nederlands
Manier van Afname	Schriftelijk
Duur van Afname	15 à 20 minuten
Aantal vragen	7 vragen waarbij wordt geantwoord met 'ja' of 'nee'
Schalen	2
Verwerking	
Online Link	
Trefwoorden	
Voorbeeldvraag (-vragen)	
Literatuurlinks	
Kostprijs	
Achtergrond	Deze vragenlijsten zijn niet bedoeld voor klinische diagnose, wel om de omvang van de problemen i.v.m. het bewegingsapparaat in een populatie te bepalen en om groepen met elkaar te vergelijken. Ze kunnen ook gebruikt worden in een vervolgonderzoek om het effect van een bepaalde maatregel na te gaan.

[Terug naar het overzicht](#)