





NCBI

Resources

How To

Sign in to NCBI

PubMed

US National Library of Medicine
National Institutes of Health

PubMed

Advanced

Help

Format: Abstract

J Fam Pract. 1994 Sep;39(3):262-70.

The effects of computer-tailored smoking cessation messages in family practice settings.

Streicher VJ¹, Kreuter M, Den Boer DJ, Koblin S, Hoppers HJ, Skinner CS.

Author information

Abstract
BACKGROUND: Many conventional health education materials, such as pamphlets and booklets, are designed to reach as wide an audience as possible; they are therefore often lengthy and contain information irrelevant to many consumers. Computer technologies allow sophisticated tailoring of messages targeted to individual patients and free of irrelevant information.
METHODS: In two studies in North Carolina (study 1, N = 51; study 2, N = 197), adult cigarette smokers were family practice patients. Cigarette consumption, interest in quitting smoking, perceived benefits and barriers to quitting, and characteristics relevant to smoking cessation were collected. Based on this information, smoking cessation letters were computer-tailored to individuals. Smokers were randomly assigned to experimental (tailored health letters) or comparison (no health letter in study 1, no health letter in study 2). Smoking status was assessed again at 4 months (study 1) or 6 months (study 2).
RESULTS: Both studies found statistically significant positive effects of tailored health letters among moderate to heavy smokers. In study 1, 30.7% reported quitting after 6 months vs 7.1% in the control group (P < .05); in study 2, 19.1% vs 7.3% (P < .05).
CONCLUSIONS: Results from both studies indicate positive effects of computer-tailored smoking cessation messages on smoking cessation. These findings are consistent with the focus of our computer-tailored program on psychological and behavioral factors to smoking cessation. Smoking cessation outcomes may be enhanced by combining tailored messages with other interventions to treat physical dependency. Methods of tailoring health messages and incorporating the results in health education materials are described.

Comment in
Smoking cessation messages. [J Fam Pract. 1994]

PMID: 8077905
[Indexed for MEDLINE]

Facebook

Twitter

Google+

Send to

Save items

Add to Favorites

Cited by 5 systematic reviews

Review Print-based self-help interventions for smoking cessation [Cochrane Database Syst Rev. 2014]

Review Values of Older Adults Related to Primary and Secondary Prevention [Agency for Healthcare Research and Quality. 2014]

NCBI

Resources

How To

Sign in to NCBI

PMC

US National Library of Medicine
National Institutes of Health

PMC

Advanced

Journal list

Help

Journal List > Am J Public Health > v.84(1); Jan 1994 > PMC1614921

American Public Health Association

Promoting Public Health Research, Policy, Practice and Education

Journal of PUBLIC HEALTH

About Us

Subscriptions

Submissions

Am J Public Health. 1994 January; 84(1): 43-49.

PMCID: PMC1614921

Physicians' recommendations for mammography: do tailored messages make a difference?

C S Skinner, V J Strecher, and H Hoppers

Author information > Copyright and License information >

See commentary "Promoting participation in breast cancer screening," on page 12.

This article has been cited by other articles in PMC.

This article has been cited by systematic reviews in PubMed.

Abstract

OBJECTIVES. Message tailoring, based on individual needs and circumstances, is commonly used to enhance face-to-face patient counseling. Only recently has individual tailoring become feasible for printed messages. This study sought to determine whether printed tailored recommendations addressing women's specific screening and risk status and perceptions about breast cancer and mammography are more effective than standardized printed recommendations. METHODS. Computer-assisted telephone interviews were conducted with 435 women, aged 40 to 65 years, who had visited family practice groups within the previous 2 years. Subjects were randomly allocated to receive individually tailored or standardized mammography recommendation letters mailed from physicians to patients' homes. Follow-up interviews were conducted 8 months later. RESULTS. Tailored letter recipients were more likely to remember and to

Formats:

Summary | [Page Browse](#) | [PDF \(2.9M\)](#) | [Citation](#)

Share

[Facebook](#) [Twitter](#) [Google+](#)

Save items

Add to Favorites

Similar articles in PubMed

Matching health messages to monitor-blunter coping styles to motivate screening mammography. [Health Psychol. 2005]

Conflicting national recommendations and the use of screening mammography: does the physician? [J Am Board Fam Pract. 1997]

Promoting mammography screening among Chinese American women using a message-framing intervention [Patient Educ Couns. 2015]

Factors associated with mammography utilization: a systematic quantitative review of the literature [J Womens Health (Larchmt). 2008]

Counseling women about mammography: benefits vs. harms. [Am Fam Physician. 2007]

See reviews...

See all...

Cited by other articles in PMC

More Than a Text Message: Dismantling Digital Trainers to Create

PREVENTIVE MEDICINE **25**, 236–242 (1996)
ARTICLE NO. 0052

The Impact of a Computer-Tailored Nutrition Intervention¹

JOHANNES BRUG, M.Sc.,² INGRID STEENHUIS, M.P.H., PATRICIA VAN ASSEMA, Ph.D., AND HEIN DE VRIES, Ph.D.

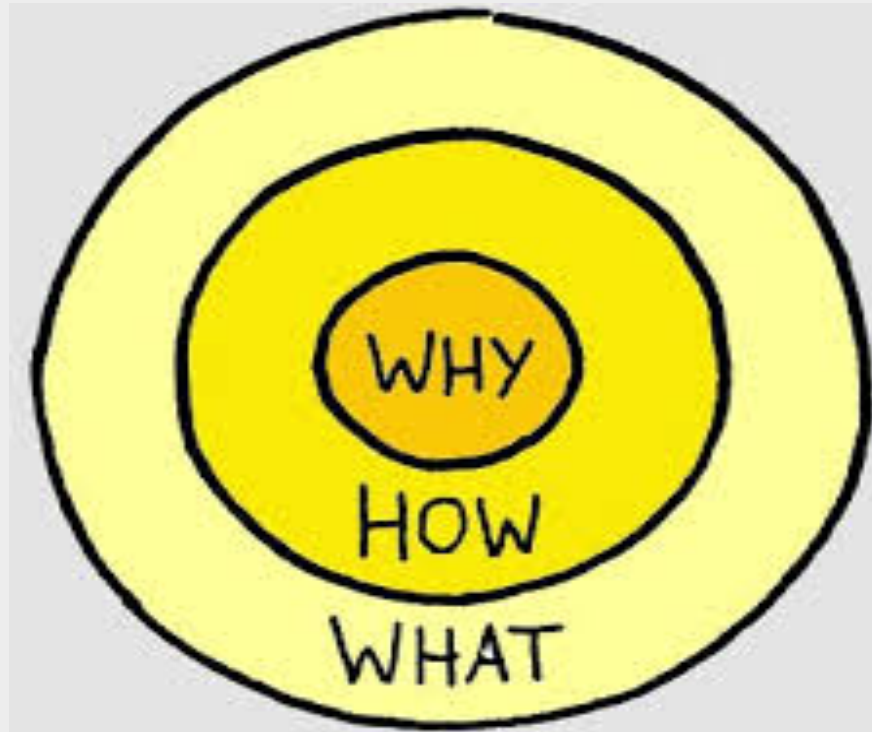
Department of Health Education and Promotion, University of Limburg, P.O. Box 616, 6200 MD Maastricht, the Netherlands

Background. Nutrition education tailored to individual characteristics of people might be more effective than general nutrition education. Nowadays, the use of computers makes individualized feedback available for larger groups.

Methods. The impact of tailored nutrition information on changes in fat, vegetable, and fruit consumption was tested in a randomized trial among 347 employees of a major oil company. Respondents in the experimental group received computer-generated feedback letters tailored to their personal dietary behavior, attitudes, perceived social influences, self-efficacy expectations, and awareness levels. Respondents in the control group received general nutrition

and cardiovascular disease risk. In the Netherlands the mean fat consumption is substantially higher than the recommended upper level of 35% calories from fat. Approximately 70% of the Dutch adult population eats more fat than is recommended. Furthermore, the mean fruit and vegetable consumption in the Netherlands does not meet the recommended consumption levels of two pieces of fruit and 200 g of vegetables per day and has been declining in recent years.²

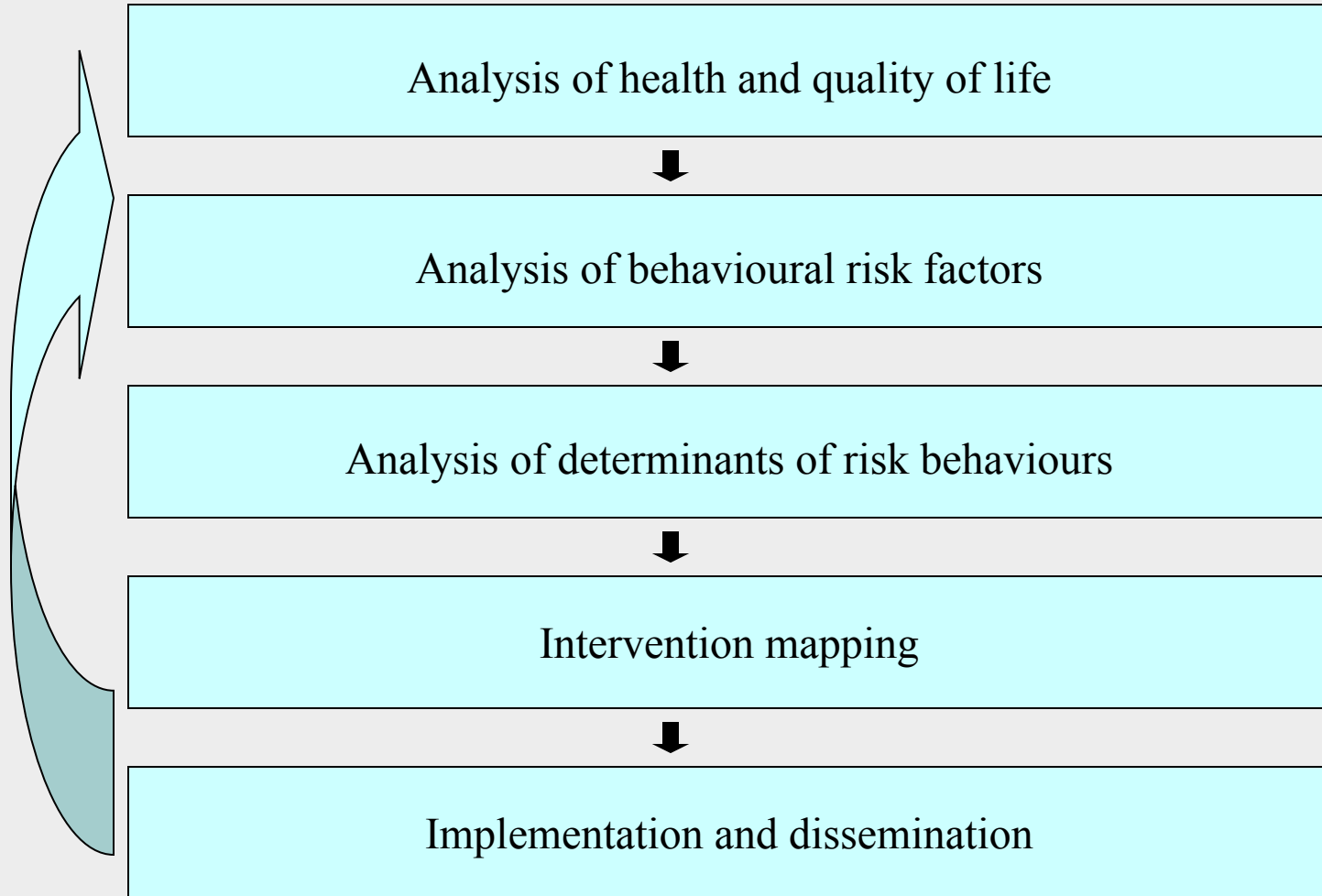
Nutrition education materials designed and developed to provide information for large population groups are not meant to provide nor are they suitable for providing individualized information to specific subjects. As a result, parts of the information may be irrelevant



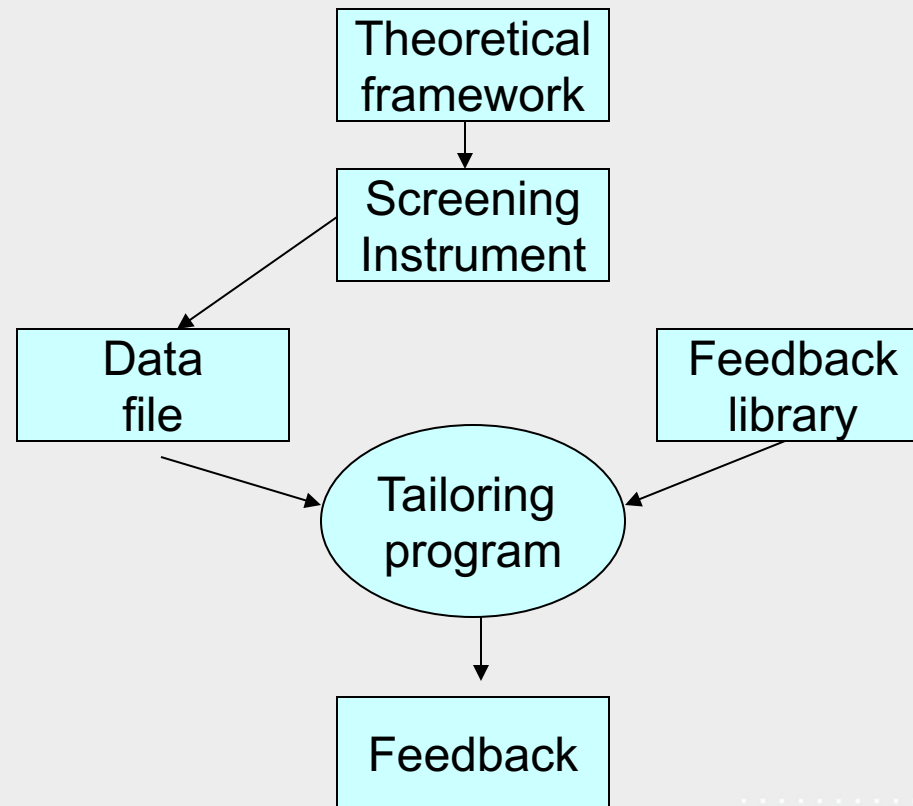


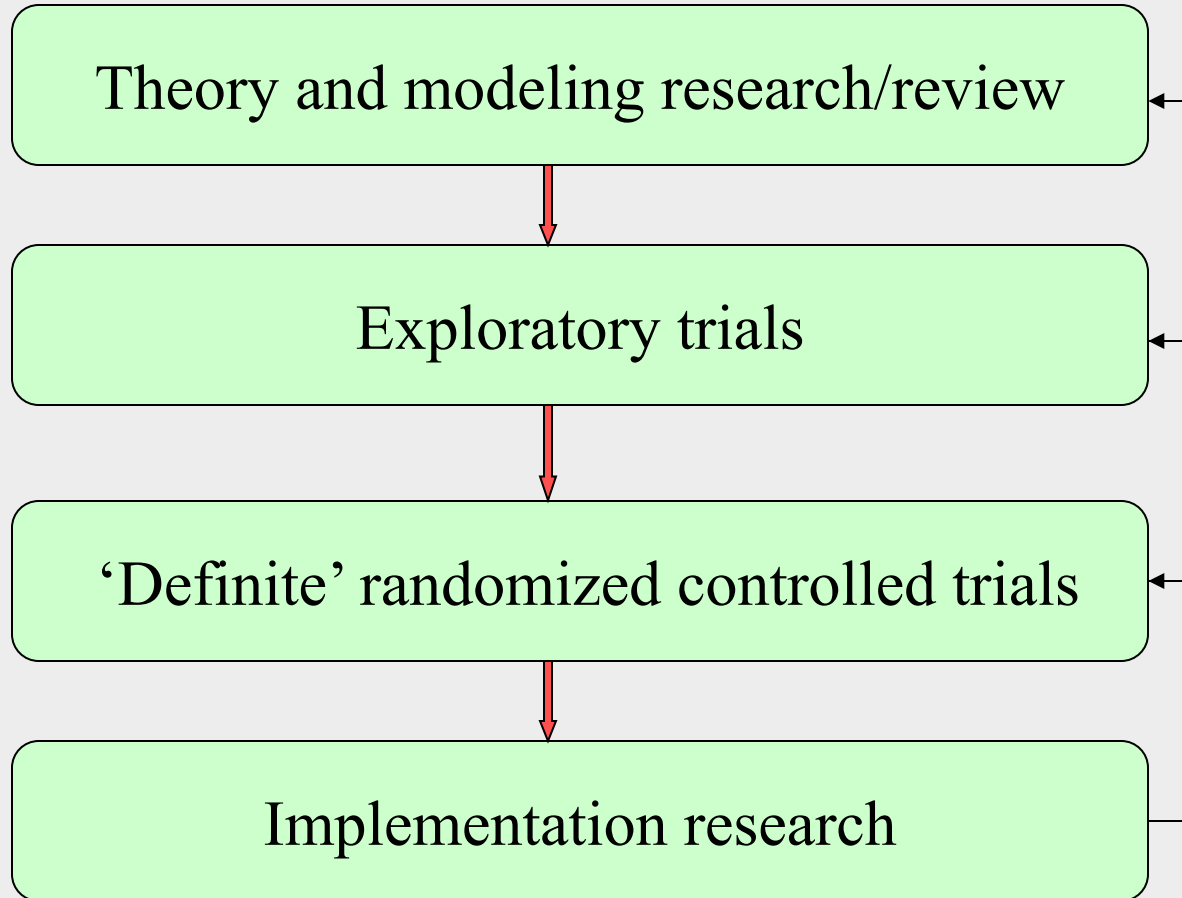
Planned health education and health promotion

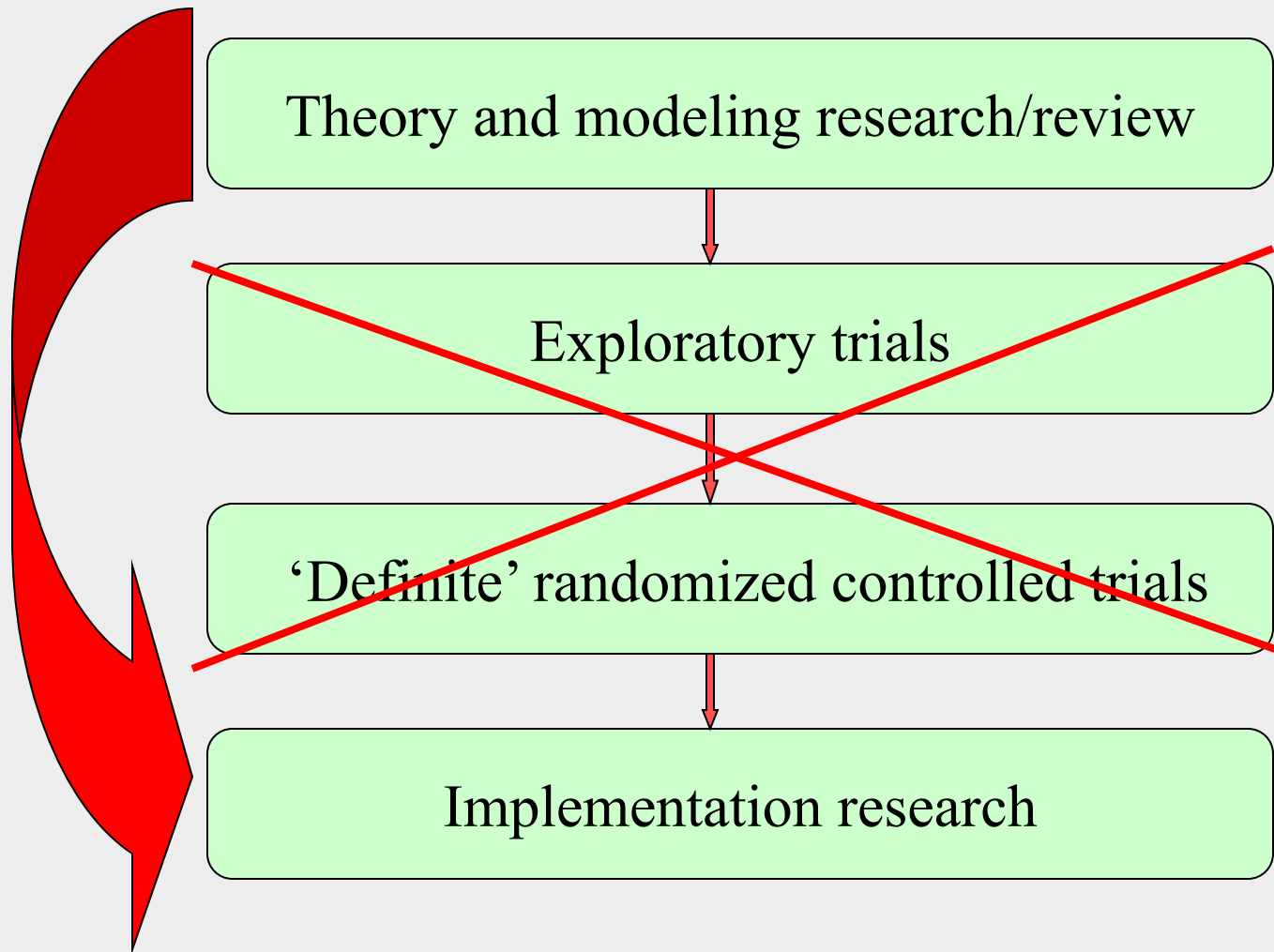
E
v
a
l
u
a
t
i
o
n

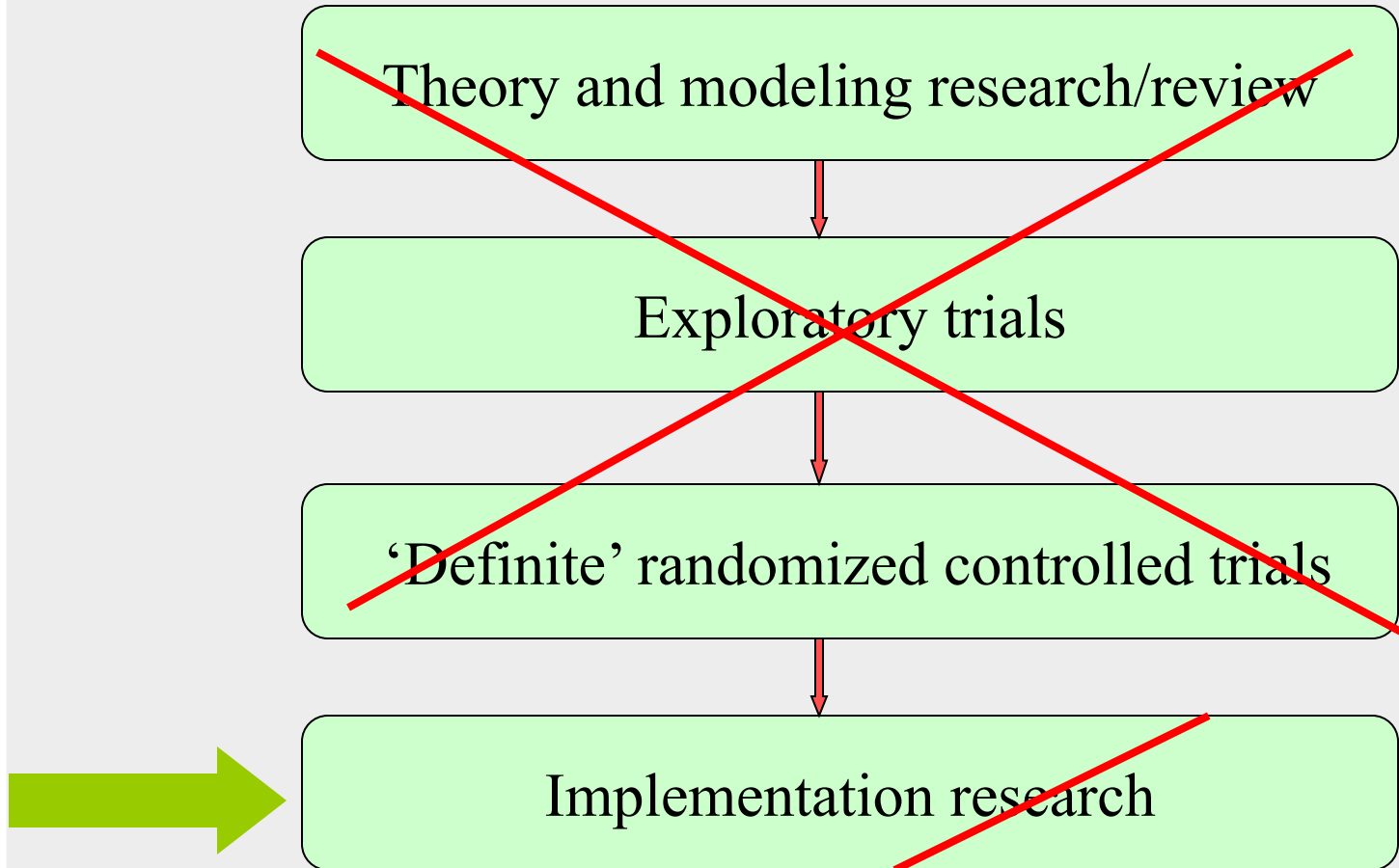


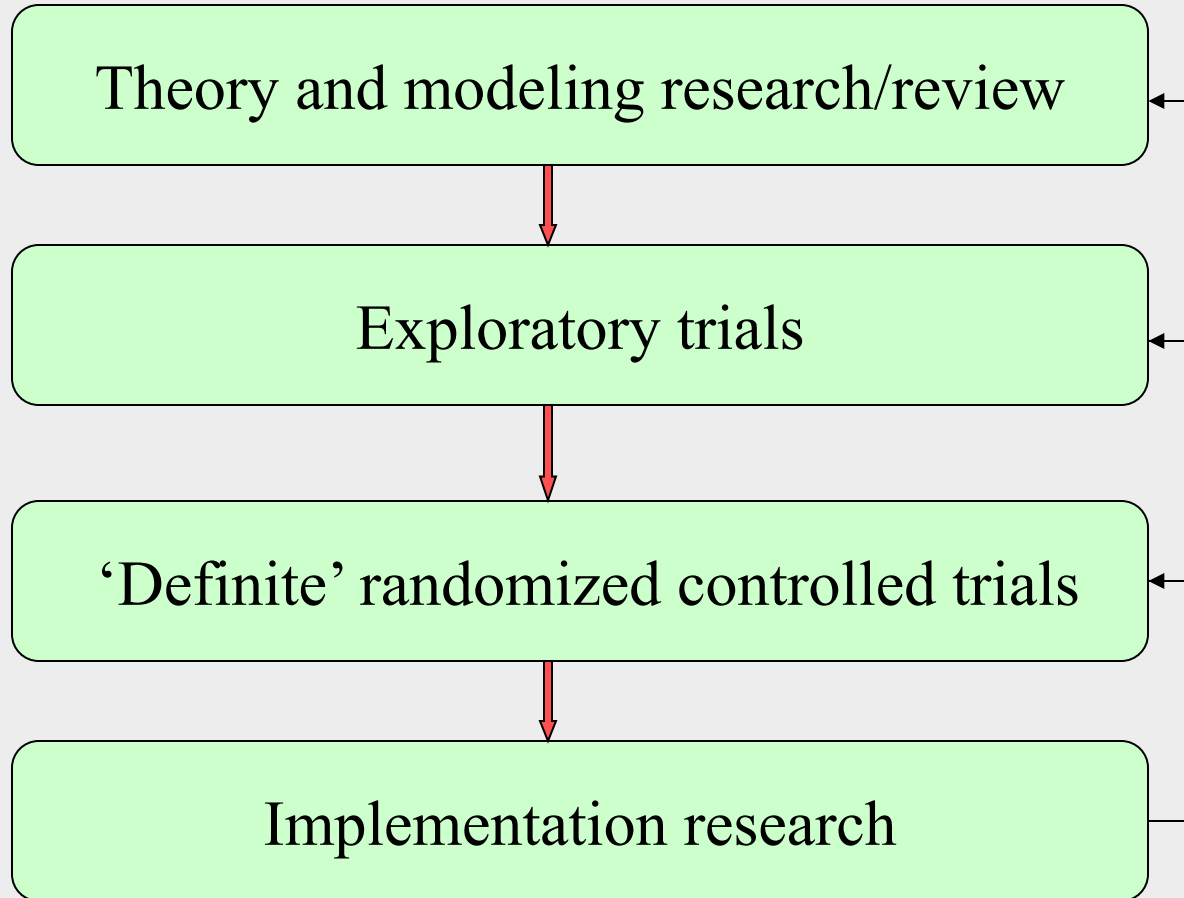
Tailoring process











Feedback

advised to visit the museum at the

Geachte mevrouw

U heeft onlangs een vragenlijst over voeding ingevuld. Met de antwoorden die u toen op onze vragen heeft gegeven, is door mij voor u een voedingsadvies samengesteld. Dit voedingsadvies is voor u persoonlijk van belang. Het advies houdt rekening met uw persoonlijke eetgewoonten en ideeën over voeding.

Voeding is van groot belang voor uw gezondheid. Met deze brief proberen wij u wat meer te vertellen over uw eigen voeding en geven wij u suggesties hoe u beter kunt eten. Om gezonder te eten hoeft u niet uw hele voeding te veranderen. Met een paar eenvoudige aanpassingen kunt u al een eind op weg zijn.

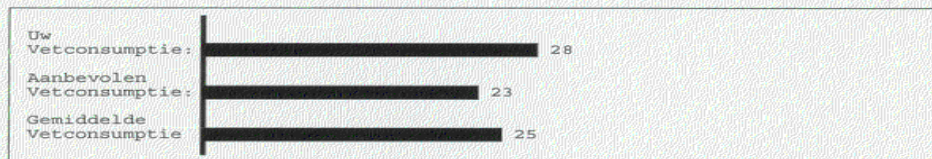
In deze brief komen de onderwerpen vet, groente en fruit ter sprake. Niet te veel vet, en voldoende groente en fruit zijn belangrijke onderdelen van een gezond eetpatroon. Uw persoonlijke eetgewoonten zullen worden vergeleken met adviezen van deskundigen. Houdt u er rekening mee dat deze brief geen speciaal-dieet-advies is. Om u een advies te geven dat rekening houdt met een speciaal dieet zijn meer gegevens nodig dan wij door middel van de vragenlijst hebben kunnen meten.

VET

HOEVEEL VET EET U?



Uit ons onderzoek blijkt dat u waarschijnlijk meer vet eet dan door deskundigen wordt aanbevolen. U eet ook meer vet dan de meeste andere vrouwen. U heeft 28 vetpunten. Eén vetpunt is ruim 3 gram vet per dag. U zou niet meer, en liefst minder, dan 23 vetpunten moeten hebben. In de grafiek hieronder staat dat weergegeven.



Te veel vet eten is niet goed voor de gezondheid. Uit onderzoek is gebleken dat mensen die veel vet eten meer kans hebben op bijvoorbeeld overgewicht, hartklachten, en suikerziekte. Ook wie keurig op gewicht is en daarom denkt onbekommerd te kunnen eten, moet op vet letten. Slanke mensen hebben een vrijwel even grote kans om hart- en vaatziekten te krijgen. Je wordt misschien niet dik van vet eten maar je vaten kunnen wel dichtslibben. Andere mensen denken dat ze meer vet nodig hebben omdat ze veel aan sport doen. Mensen die veel aan sport doen kunnen echter beter meer *koolhydraten* eten. Koolhydraten zitten in aardappels, brood, fruit, rijst en spaghetti. Koolhydraten zijn een veel betere brandstof tijdens sport.

SUGGESTIES OM MINDER VET TE GAAN ETEN

Hieronder volgen één of meer belangrijke vetleveranciers in uw voeding:

- Broodbeleg
- Jus
- Tussendoortjes

BROODBELEG

BOTER

De boter die u op uw brood smeert levert vet. U gaf in onze vragenlijst aan meestal dieet-margarine te gebruiken. Dieet-margarine bevat twee keer zoveel vet als dieet-halvarine. Als u dieet-halvarine gebruikt scheelt dat ongeveer 2 gram vet per boterham.

Een paar tips:

- * Gebruik dieet-halvarine in plaats van dieet-margarine
- * Smeer dun op brood
- * Smeer geen boter op brood dat u belegt met smeerbaar beleg zoals smeerkaas, pindakaas, of groente-spread.

EN DAN NOG FRUIT, HOEVEEL EET U?

FRUIT, ECHT GEZONDHEIDSVODESEL

Fruit is echt gezondheidsvoedsel. Fruit is, net als groente, rijk aan vitamines en vezels. Mensen die veel fruit eten, hebben meer weerstand. Het eten van fruit zorgt voor een betere stoelgang, fruit is licht verteerbaar en je kunt er nauwelijks te veel van eten.

U eet: meer dan 1 stuk fruit per dag

De aanbeveling is: 2 stuks fruit per dag

U denkt dat u vrij weinig fruit eet. Uit de vragenlijst blijkt echter dat u waarschijnlijk voldoende fruit eet. Ga zo door! Deskundigen doen de aanbeveling om minstens twee stuks fruit per dag te nemen. Dagelijks fruit hoort bij een gezonde voeding.

TOT SLOT

Ik hoop mevrouw *Van der Wal*, dat u deze informatie over uw voeding interessant hebt gevonden. Deze brief heeft u misschien een beter beeld gegeven van uw eigen voedingsgewoonten.

Met vriendelijke groet,

Ir. J. Brug, voedingskundige

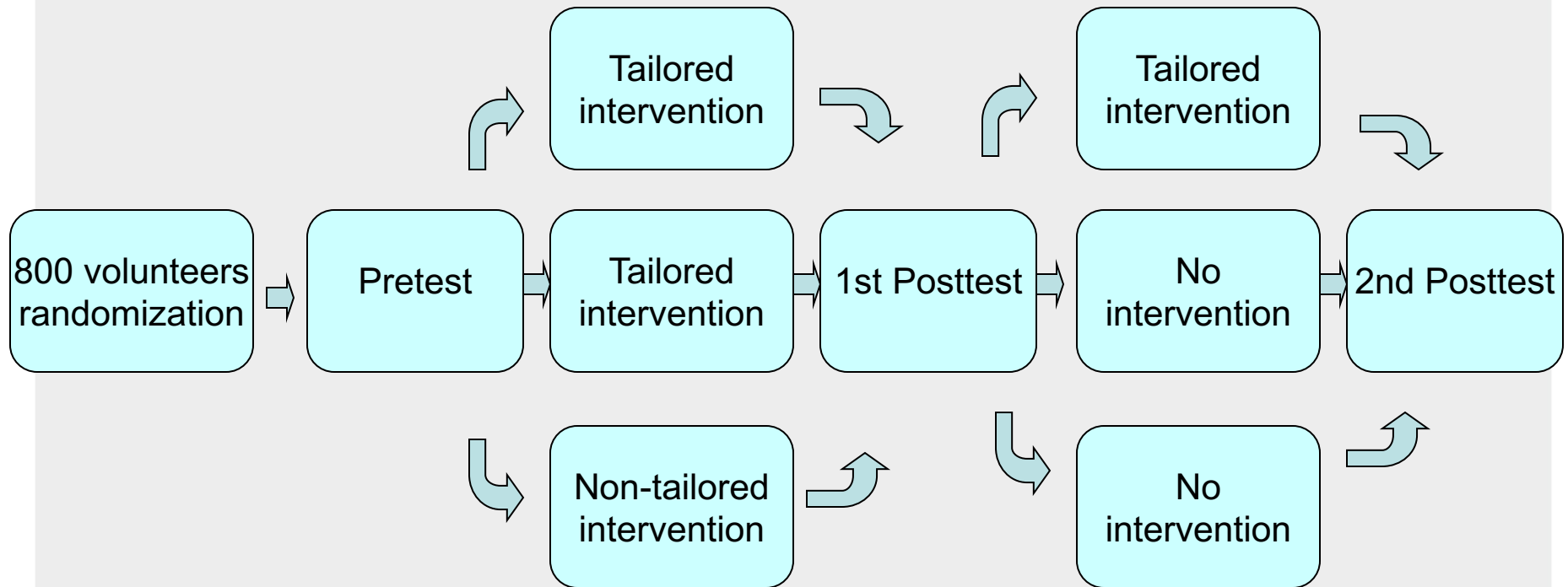
Deze persoonlijke voorlichting is mogelijk gemaakt door een subsidie van de Nederlandse Kankerbestrijding.



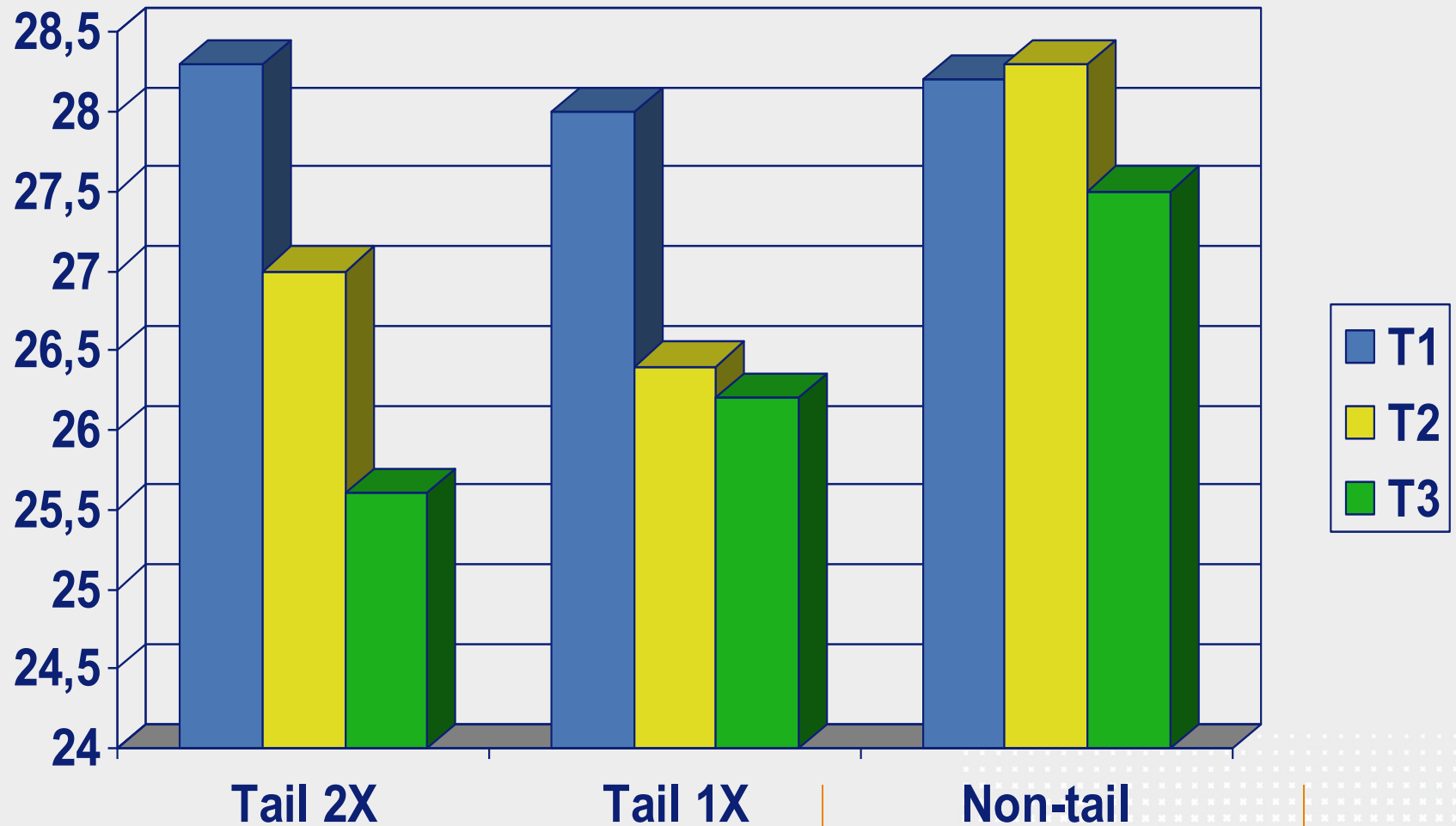
NEDERLANDSE
KANKERBESTRIJDING
KONINGIN WILHELMINA FONDS

© 1994 Vakgroep Gezondheidsvoorlichting (GVO), Rijksuniversiteit Limburg, Maastricht.
Tekst: Ir J. Brug en dr P. Van Assema. Software constructie: J. Berben.
Alle rechten op dit advies op maat berusten bij de Rijksuniversiteit Limburg. Het advies op maat is alleen bedoeld voor persoonlijk gebruik.

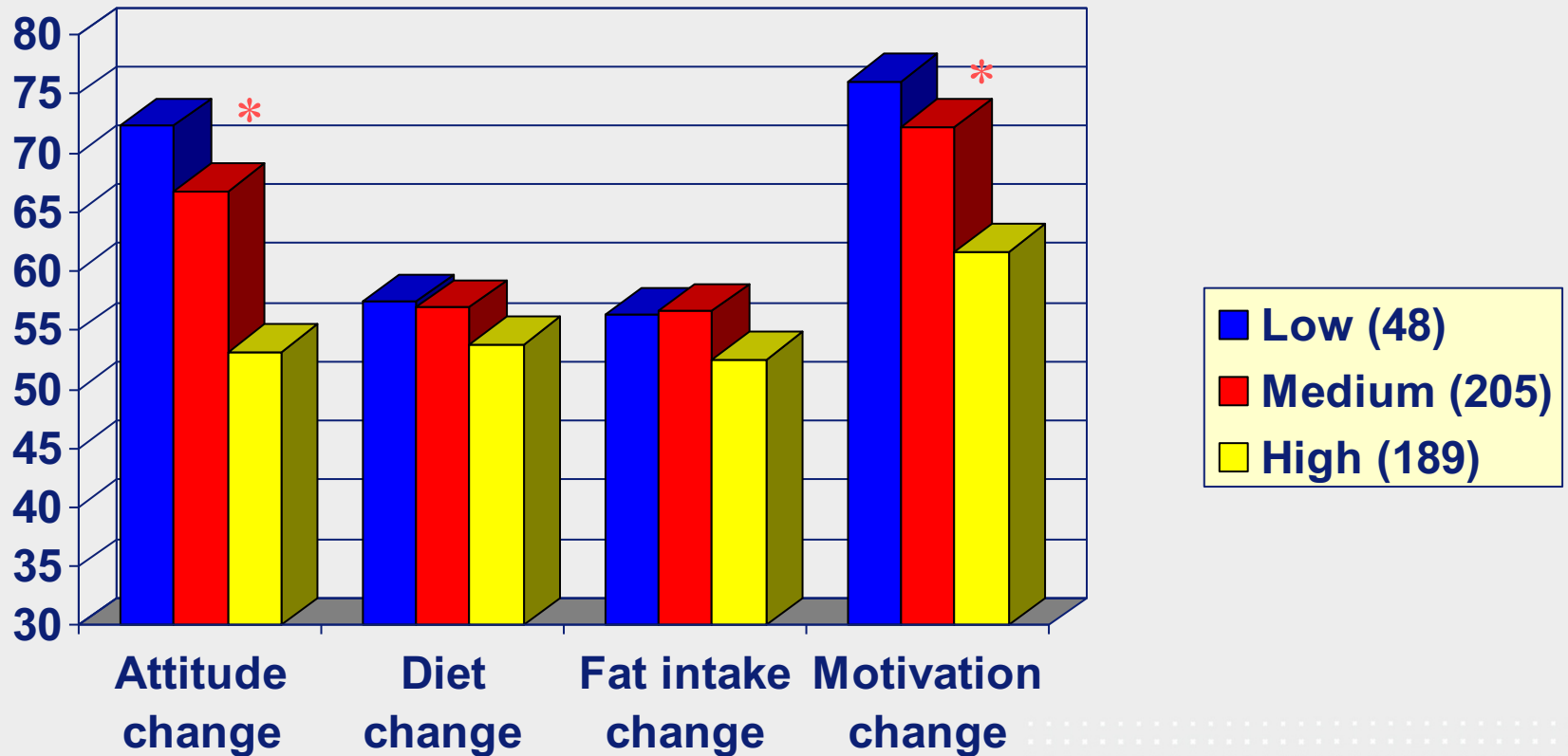
Study design



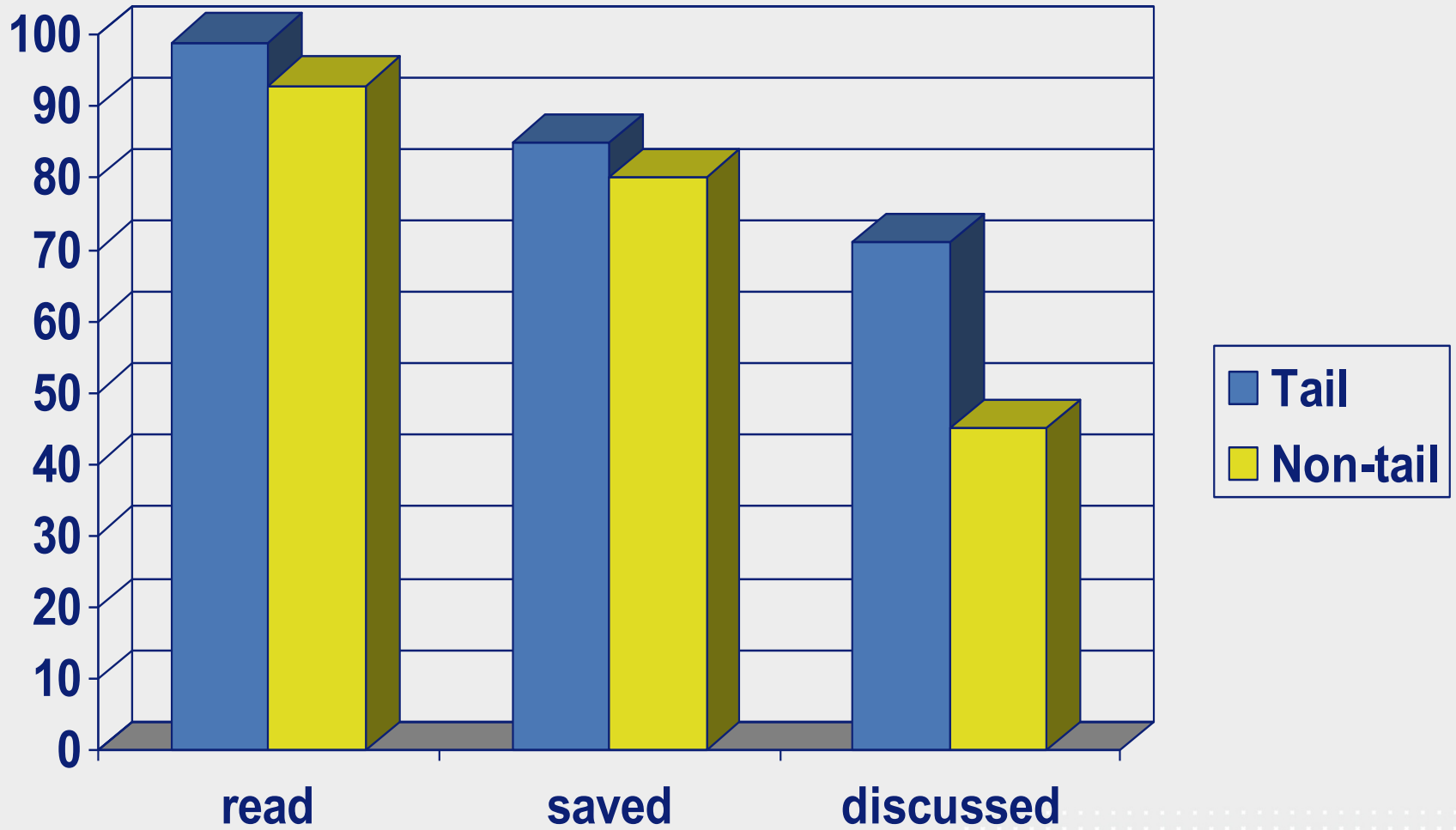
Fat intake at baseline (T1) and follow up (T2, T3) in respondents receiving individualized computer-tailored diet advice twice (Tail 2X), once (Tail 1X) or generic advice.



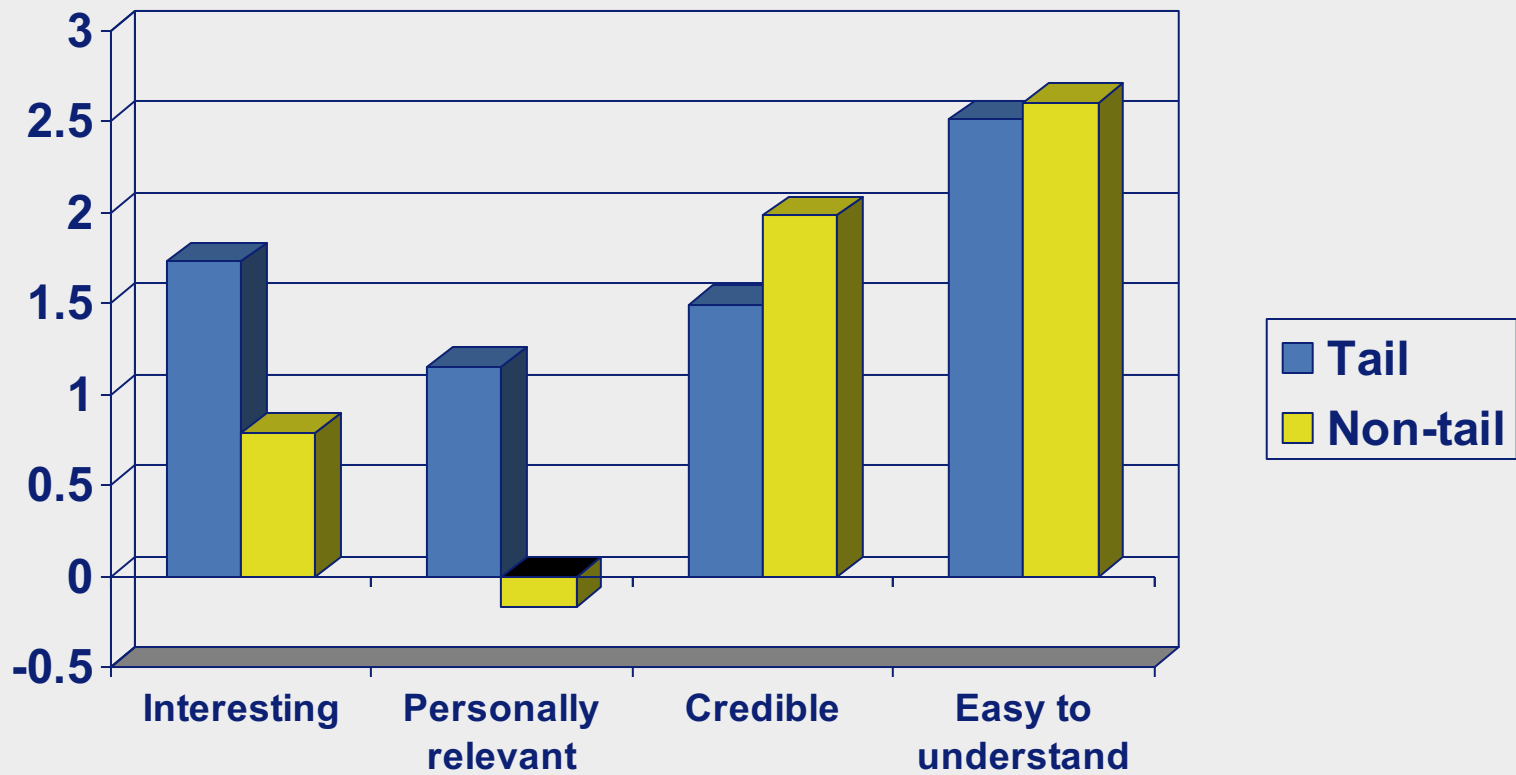
Perceived effects of tailored letters according to education (%)



Reactions



Appreciation





Increased Attention for Computer-Tailored Health Communications: An Event-Related Potential Study

Robert A. C. Ruiter, Loes T. E. Kessels, and
Bernadette M. Jansma
Universiteit Maastricht

Johannes Brug
Erasmus University Medical Center

The authors tested whether individually tailored health communications receive more attention from the reader than nontailored health communications in a randomized, controlled trial among student volunteers ($N = 24$). They used objective measures of attention allocation during the message exposure. In a between-subjects design, participants had to read tailored or nontailored nutrition education messages and at the same time had to pay attention to specific odd auditory stimuli in a sequence of frequent auditory stimuli (odd ball paradigm). The amount of attention allocation was measured by recording event-related potentials (ERPs; i.e., N100 and P300 ERPs) and reaction times. For the tailored as opposed to the nontailored group, results revealed larger amplitudes for the N100 effect, smaller amplitudes for the P300 effect, and slower reaction times. Resource allocation theory and these results suggest that those in the tailored group allocated more attention resources to the nutrition message than those in the nontailored group.

Keywords: computer tailoring, attention, ERP analysis, persuasion



Original Paper

Brain Activation in Response to Personalized Behavioral and Physiological Feedback From Self-Monitoring Technology: Pilot Study

Maxine E Whelan^{1,2}, BSc; Paul S Morgan^{1,2,3}, PhD; Lauren B Sherar^{1,2,4}, PhD; Andrew P Kingsnorth^{1,2}, PhD; Daniele Magistro^{1,2}, PhD; Dale W Esliger^{1,2,4}, PhD

¹School of Sport, Exercise and Health Sciences, Loughborough University, Loughborough, United Kingdom

²National Centre for Sport and Exercise Science, Loughborough University, Loughborough, United Kingdom

³Medical Physics and Clinical Engineering, Nottingham University Hospitals, Nottingham, United Kingdom

⁴National Institute of Health Research Leicester Biomedical Research Centre, Leicester, United Kingdom

Corresponding Author:

Maxine E Whelan, BSc

Loughborough University

School of Sport, Exercise and Health Sciences

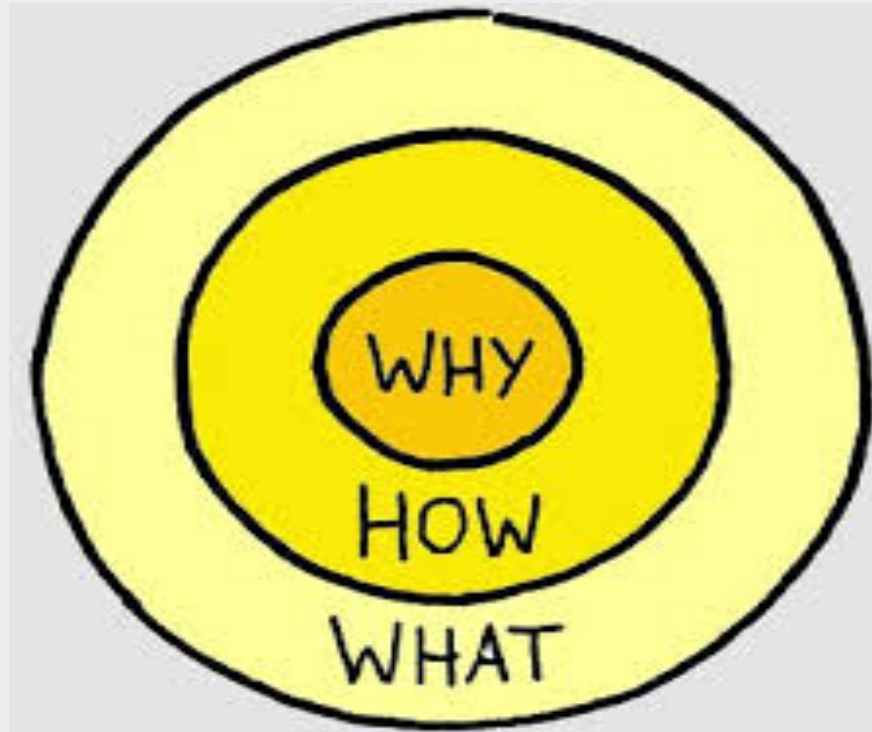
Epinal Way

Loughborough,

United Kingdom

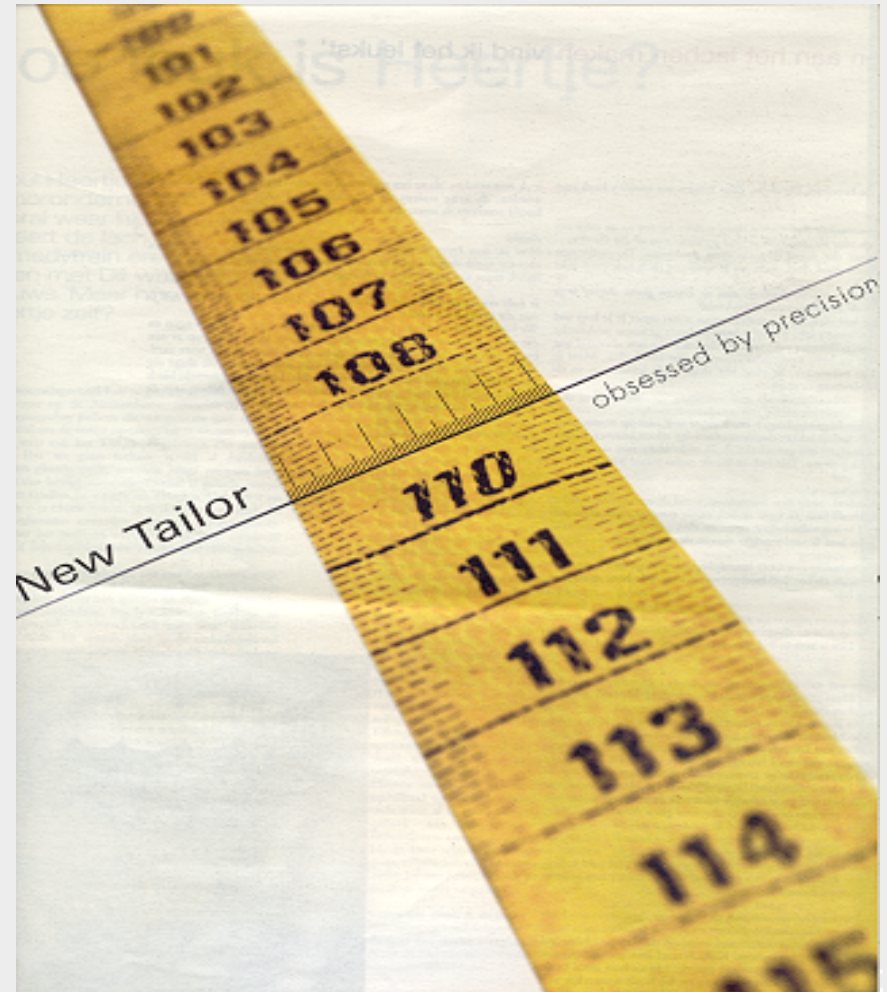
Phone: 44 1509226302

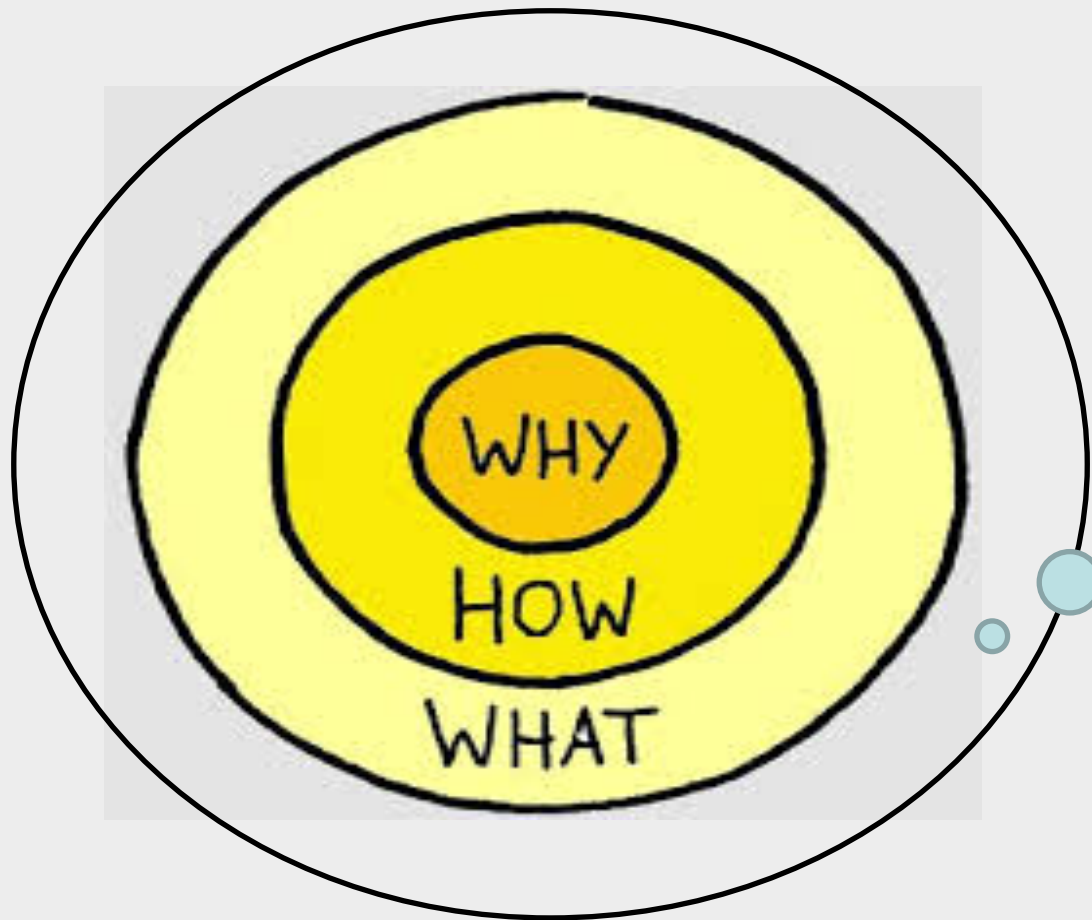
Email: m.e.whelan@lboro.ac.uk



Computer-tailoring

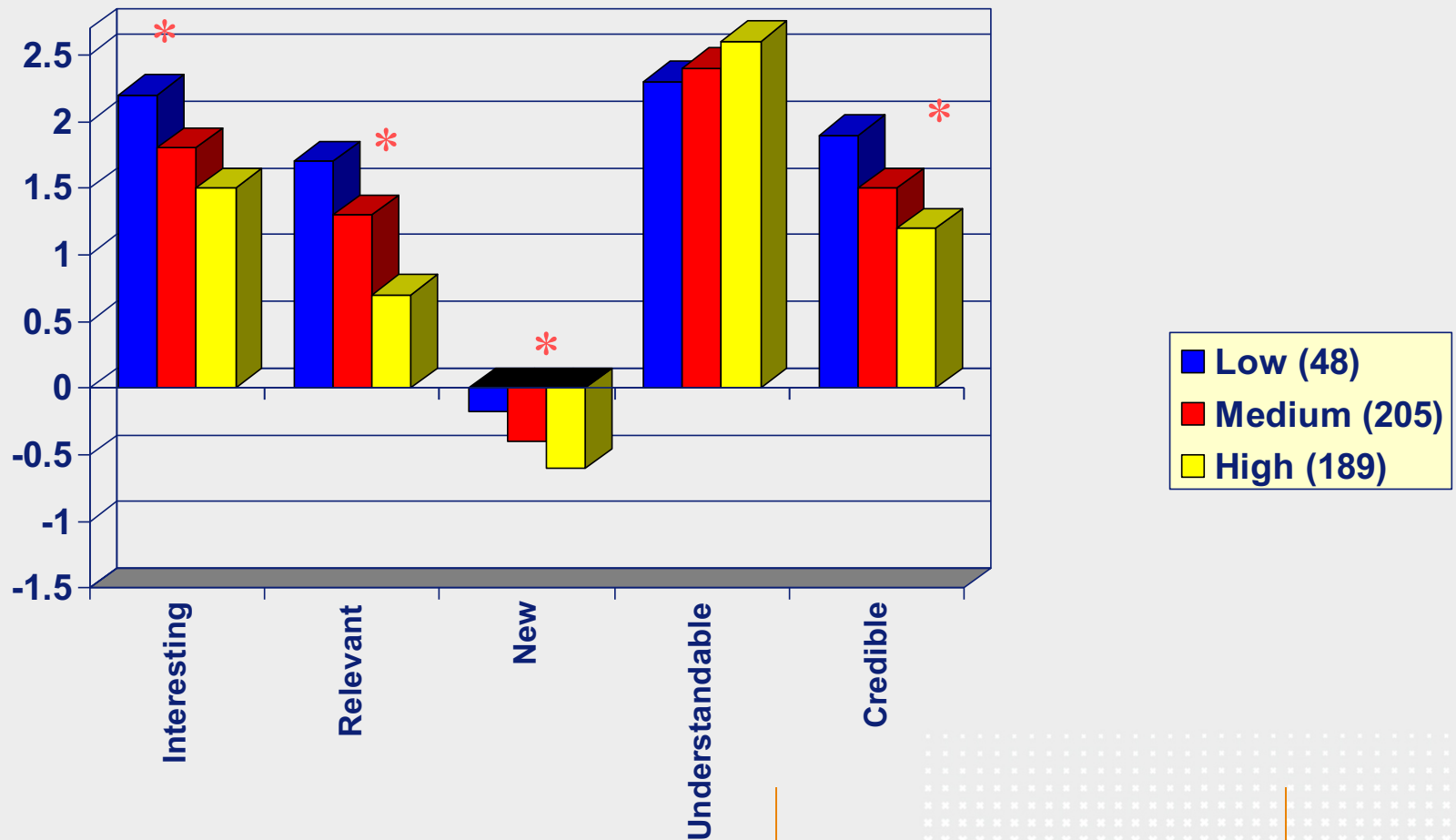
- Characteristics of counseling
- Expertise of nutrition educators is documented in computer program
- Provides **personalized feedback**
- Tailored to **personal** ‘**determinants**’ of behavior and is therefore experienced as **personalized** and more **interesting**
- Is **interactive**
- Minimizes the amount of **redundant information** and thus increases **exposure** to relevant information
- Leads to more **attention**, more **positive thoughts** and thus to more intensive **cognitive processing**

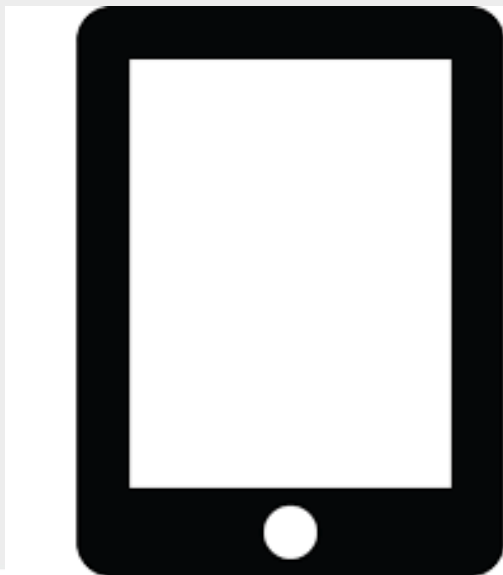
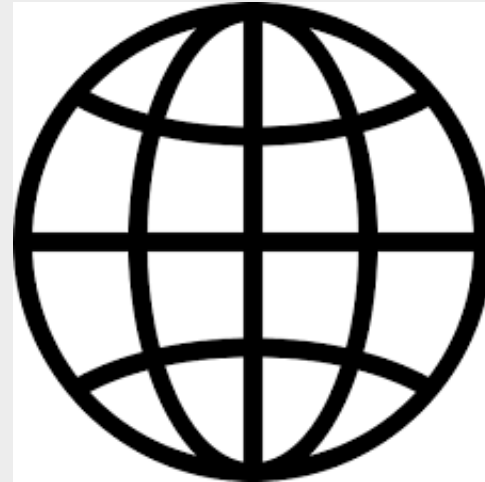




FOR WHOM,
WHERE AND
BY WHOM,
COMBINED
WITH WHAT
ET
CETERA....?

Mean appreciation of tailored letters according to education (range -3 to 3)





File Edit View Favorites Tools Help
Back Forward Stop Refresh Home Search Favorites History Mail Print
Address Go Links >>

Groente

Op een dag dat u sla of rauwkost eet, hoeveel opscheplepels eet u dan gewoonlijk?

1 opscheplepel	2 opscheplepels	3 opscheplepels	4 opscheplepels	5 opscheplepels	6 opscheplepels	7 of meer opscheplepels
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

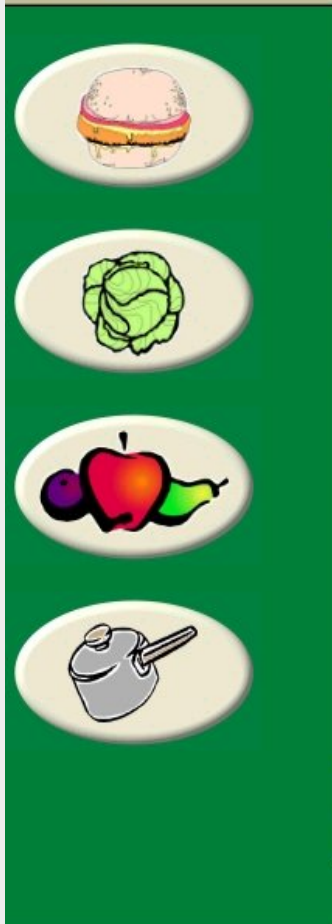
<< vorige
volgende >>

File Edit View Favorites Tools Help

Back Forward Stop Refresh Home Search Favorites History Mail Print

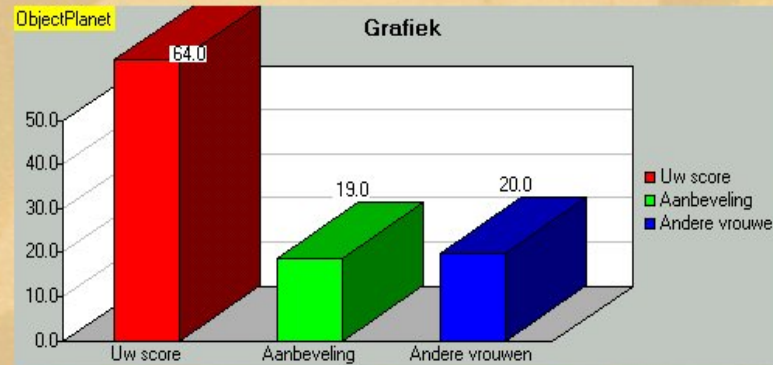
Address F:\vragen\index.html

Go Links »



UW PERSOONLIJKE VETSCORE

U geeft aan dat u denkt heel veel vet te eten. Inderdaad blijkt uit de antwoorden op de vragen dat u waarschijnlijk meer vet eet dan door deskundigen wordt aanbevolen. U eet ook meer vet dan de meeste andere vrouwen van uw leeftijd. U heeft 64 vetpunten. Eén vetpunt is ongeveer 4 gram vet per dag. U zou niet meer, en liefst minder, dan 19 vetpunten moeten hebben. In de grafiek hieronder staat dat weergegeven.



BELANGRIJKE VETLEVERANCIERS EN SUGGESTIES OM MINDER VET TE GAAN ETEN

Hieronder noemen wij één of meer belangrijke vetleveranciers in uw voeding en geven daarna informatie over hoe u die kunt vervangen door minder vette producten

My Computer



Gezondlevencheck van de Hartstichting - Microsoft Internet Explorer

File Edit View Favorites Tools Help

Address <http://rns.info.nl/advies/evex/wizard/algemeen>

Algemeen

Overzicht

Hart
29 september 2004

Algemeen

Uw gegevens

Hoeveel denkt u dat u beweegt?

☐ Heel weinig
☐ Weinig
☐ Niet veel/niet weinig
☐ Veel
☐ Heel veel

Hoeveel vet denkt u dat u eet?

☐ Heel weinig
☐ Weinig
☐ Niet veel/niet weinig
☐ Veel
☐ Heel veel

Rookt u?

☐ Ja
☐ Nee

[<< Vorige](#) [Volgende >>](#)

Done Internet

Gezondlevencheck van de Hartstichting - Microsoft Internet Explorer

File Edit View Favorites Tools Help

Address <http://rns.info.nl/advies/evex/wizard/algemeen>

Algemeen

Overzicht

Anke
23 september 2004
Uitbroggen

Algemeen

Uw gegevens
Uw Gezondlevencheck

Roken

Bewegen

Uw beweegscore
Uw suggesties
Uw motivatie
Uw succesfactoren
Uw actieplan

Voeding

Uw vetconsumptie
Uw suggesties

Beste Anke,

U hebt een van de onderdelen in de Gezondlevencheck afgerond. Wij hopen dat dit naar tevredenheid is geweest. U kunt van hieruit verder gaan naar één van de andere onderdelen. Mocht u nu geen tijd hebben om verder te gaan, dan kunt u op een later tijdstip nog eens terugkomen. Als u alle onderdelen al hebt doorlopen, dan is het programma voor nu afgelopen. U kunt later het programma nog eens opnieuw bezoeken.

U kunt nog eens terugkijken in de informatie die u al hebt gekregen, door één van de onderwerpen in het overzicht van uw persoonlijke dossier aan te klikken. U vindt dit overzicht aan de rechterkant van deze pagina. Als bij alle onderdelen in het overzicht van uw persoonlijke dossier iets is ingevuld, dan hebt u alle onderdelen doorlopen.

Krijg een persoonlijk advies over stoppen met roken
Doe de Niet-meer-rokencheck >>

Krijg een persoonlijk advies over bewegen
Doe de Beweegcheck >>

Bepaal uw vet-score en krijg persoonlijk advies over uw eetgewoonten.
Doe de Voedingscheck >>

Wilt u meer weten? We hebben links naar extra informatie voor u op een rij gezet.

Done Internet

Gezondlevencheck van de Hartstichting - Microsoft Internet Explorer

File Edit View Favorites Tools Help

Address <http://rns.info.nl/advies/evex/wizard/voeding/step=advies-voeding-gewoonten>

Voedingscheck

0% 100%

Persoonlijk advies Anke

Op basis van uw antwoorden op de vragen hebben we uw persoonlijke vet-score uitgerekend. Die vet-score wordt uitgedrukt in vetpunten en geeft aan hoeveel verzadigd vet u gemiddeld per dag eet. Uw vet-score wordt verder vergeleken met de aanbevolen maximum hoeveelheid verzadigd vet. U vindt uw persoonlijke vet-score verderop op deze pagina. Eerst geven we nog een korte uitleg over wat verzadigd vet eigenlijk is en waarom wordt aangeraden om weinig verzadigd vet te eten.

Verzadigd vet, onverzadigd vet en cholesterol

Verzadigd en onverzadigd vet zijn de meest voorkomende vormen van vet in onze voeding. Verzadigd vet wordt ook wel 'slecht' vet genoemd, omdat het zorgt voor een hoog cholesterolgehalte in het bloed. Door een hoog cholesterolgehalte in het bloed is de kans op het ontstaan van hart- en vaatziekten groter. Verzadigd vet zit vooral in producten van dierlijke afkomst (lees en volle zuivelproducten) en in 'harde' vetten, maar ook vaak in snacks, koekjes en gebak. [Lees meer over verzadigd en onverzadigd vet.](#)

Onverzadigd vet wordt ook wel 'goed' vet genoemd, omdat stoffen in dit soort vet ervoor zorgen dat een level aan cholesterol in het bloed juist wordt afgevoerd. Onverzadigd vet gaat een te hoog cholesterolgehalte in het bloed dus tegen. Onverzadigd vet komt vooral voor in vloeibare vetten. Onverzadigd vet levert wel evenveel calorieën als verzadigd vet. [Lees meer over verzadigd en onverzadigd vet.](#)

Door weinig verzadigd vet, maar wel onverzadigd vet te eten, is de kans op het krijgen van een hoog cholesterolgehalte in het bloed kleiner. Daarom wordt aanbevolen om zo weinig mogelijk verzadigd vet te eten en zeker niet meer dan de maximum aanbevolen hoeveelheid.

Uw vet-score

Overzicht

Anke
23 september 2004
Uitbroggen

Algemeen

Uw gegevens
Uw Gezondlevencheck

Roken

Bewegen

Uw beweegscore
Uw suggesties
Uw motivatie
Uw succesfactoren
Uw actieplan

Voeding

Uw vetconsumptie
Uw suggesties

Done Internet

Gezondlevencheck van de Hartstichting - Microsoft Internet Explorer

File Edit View Favorites Tools Help

Address <http://rns.info.nl/advies/evex/wizard/voeding/step=advies-voeding-gewoonten>

hoog cholesterolgehalte in het bloed kleiner. Daarom wordt aanbevolen om zo weinig mogelijk verzadigd vet te eten en zeker niet meer dan de maximum aanbevolen hoeveelheid.

Uw vet-score

U gaf aan dat u denkt heel veel verzadigd vet te eten. Inderdaad blijkt uit uw antwoorden op de vragen dat u waarschijnlijk meer verzadigd vet eet dan door deskundigen wordt aanbevolen. U eet ook meer verzadigd vet dan de meeste andere vrouwen van uw leeftijd. U hebt **56** vetpunten. Andere vrouwen van uw leeftijd hebben gemiddeld 19 vetpunten. Een vetpunt is ongeveer 2 gram verzadigd vet per dag.

Aanbevolen vet-score

Volgens de aanbeveling zou u maximaal **16** vetpunten moeten hebben. Minder vetpunten is nog beter, want hoe minder verzadigd vet u eet hoe beter dat is voor uw hart en bloedvaten. Als u minder verzadigd vet eet, krijgt u nog steeds voldoende belangrijke vetten binnen in de vorm van onverzadigd vet.

In de **grafiek** staat alles nog eens weergegeven.

Aantal vetpunten per dag

	Uw huidige score 56
	Uw eerste score 52
	Aanbeveling 16
	Andere vrouwen van uw leeftijd 19

Minder verzadigd vet?

Omdat u meer verzadigd vet eet dan wordt aanbevolen zou het verstandig zijn om wat minder

Done Internet


Web-based tailored nutrition education: results of a randomized controlled trial FREE


A. Oenema, J. Brug, L. Lechner


Health Education Research, Volume 16, Issue 6, 1 December 2001, Pages 647–660,
<https://doi-org.proxy.uba.uva.nl:2443/10.1093/her/16.6.647>


Published: 01 December 2001 **Article history** ▼

 Views ▼

 PDF

 Cite


 Permissions

 Share ▼

Abstract

There is ample evidence that printed, computer-tailored nutrition education is a more effective tool for motivating people to change to healthier diets than general nutrition education. New technology is now providing more advanced ways of delivering tailored messages, e.g. via the World Wide Web (WWW). Before disseminating a tailored intervention via the web, it is important to investigate the potential of

Characteristics of visitors and revisitors to an Internet-delivered computer-tailored lifestyle intervention implemented for use by the general public FREE


Wendy Brouwer , Anke Oenema, Hein Raat, Rik Crutzen, Jascha de Nooijer, Nanne K. de Vries, Johannes Brug


Health Education Research, Volume 25, Issue 4, 1 August 2010, Pages 585–595,
<https://doi-org.proxy.uba.uva.nl:2443/10.1093/her/cyp063>


Published: 06 November 2009 **Article history** ▼

 Views ▼

 PDF

 Cite

 Permissions

 Share ▼

Abstract

The Internet has become important for the delivery of behavior change interventions. This observational study examines how many people visited, registered and revisited a web-based computer-









OPEN ACCESS PEER-REVIEWED

RESEARCH ARTICLE

Effectiveness of YouRAction, an Intervention to Promote Adolescent Physical Activity Using Personal and Environmental Feedback: A Cluster RCT

Richard Geuchien Prins , Johannes Brug, Pepijn van Empelen, Anke Oenema

Published: March 5, 2012 • <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0032682>**56**
Save**10**
Citation**3,010**
View**0**
Share

Article

Authors

Metrics

Comments

Related Content



Download PDF

Print

Share

Abstract

Introduction

Methods

Results

Discussion

Supporting Information

Acknowledgments

Abstract**Background**

In this study the one and six months effects of the computer-tailored YouRAction (targeting individual level determinants) and YouRAction+e (targeting in addition perceived environmental determinants) on compliance with the moderate-to-vigorous physical activity (MVPA) guideline and weight status are examined. In addition the use and appreciation of both interventions are



Check for updates

ADVERTISEMENT



active2gether.few.vu.nl

loonopgaveCitrix ReceiverStrava | Hom...ohannes BrugCameraHome - Uitzending GemistJohannes Brug, PhDNS > HomeGoogle MapsKLM - Royal ...es - KLM.comSave to PocketSave to Mendeley>>

krups orchestro sch...HG Reinigingstabelt...Active2Gether | Homeoenema a and brug j...Home - Library UvA...Database selectorWeb-based tailored...Effectiveness of You...+

HomeAbout Active2GetherPrivacy PolicyAbout Us ▾PublicationsStudent Projects ▾AanmeldenContact



ACTIVE2GETHER

Active2Gether

Welcome to the website of Active2Gether!

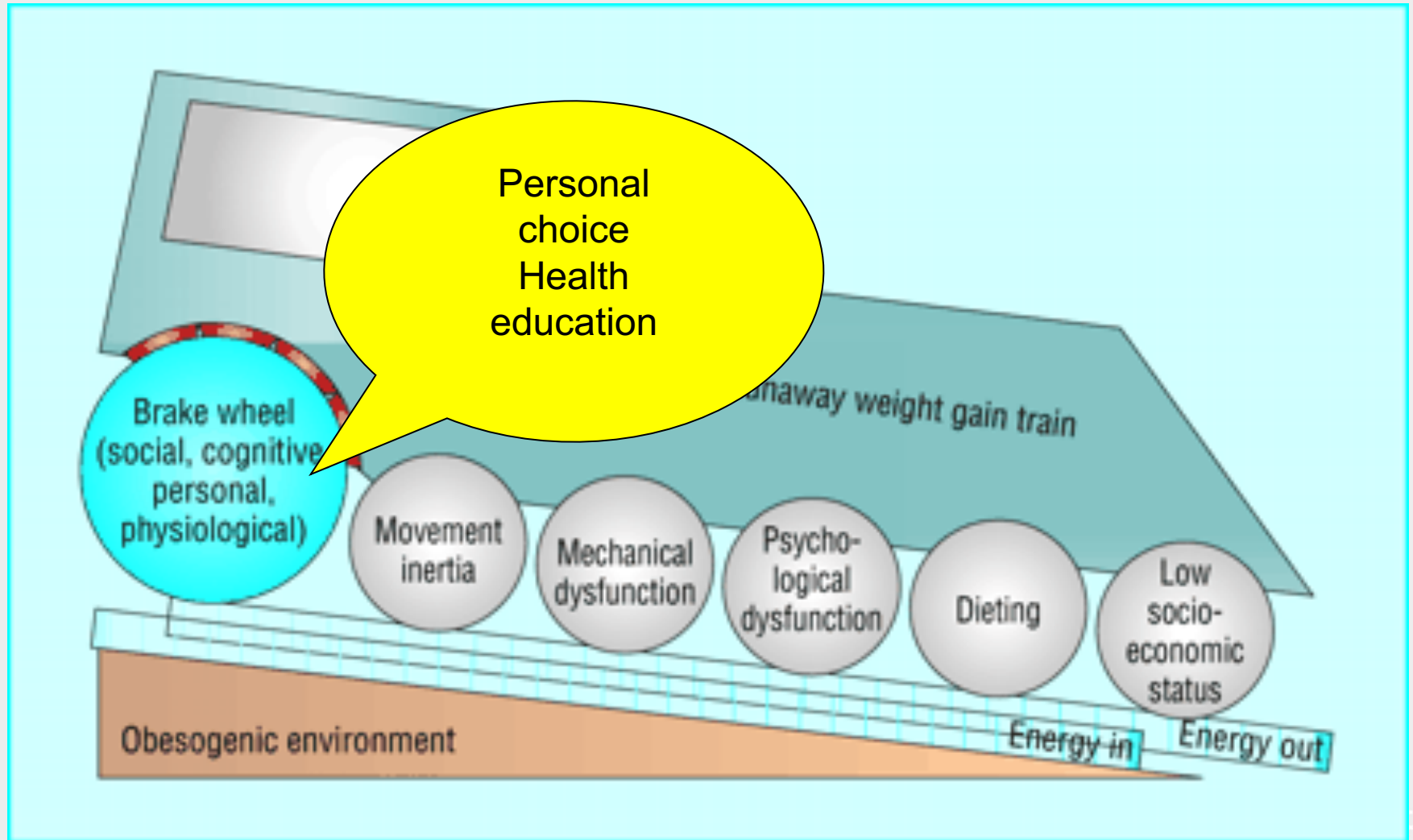
We are an interdisciplinary research project at the [VU University](#) and the [VU University Medical Center](#) in Amsterdam. On this website, we aim to inform you about the goals, the background and the status of our project. Also, you can find more information about participating in one of our studies.

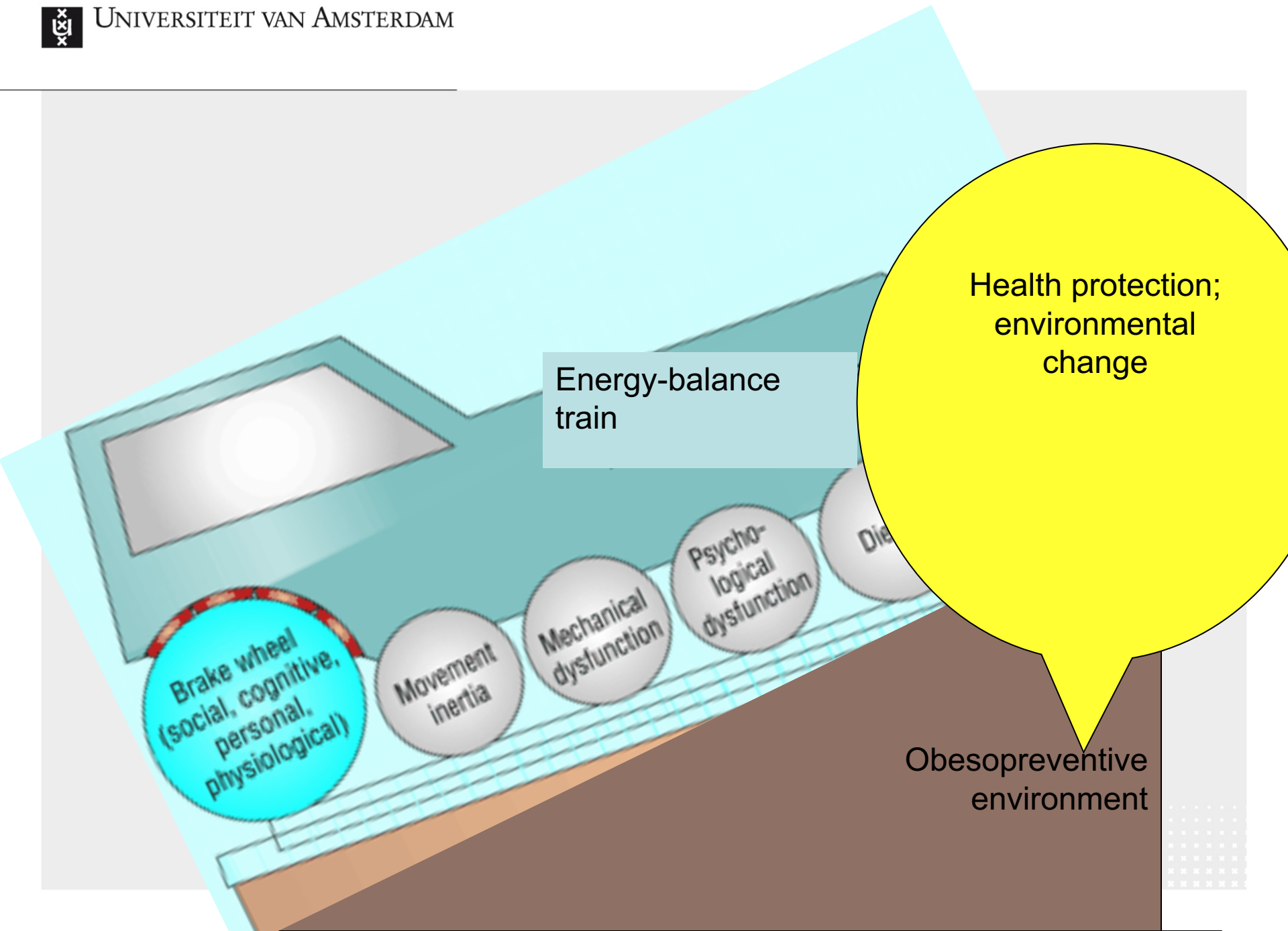
Present day perspectives...

- Artificial intelligence
- Machine learning
- Collective intelligence recommender systems (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4802103/>), co-creation and self-tailoring...
- ...as (supportive) part of more comprehensive strategies....











OPEN ACCESS PEER-REVIEWED

RESEARCH ARTICLE

Systematic review of dietary salt reduction policies: Evidence for an effectiveness hierarchy?

Lirije Hyseni , Alex Elliot-Green, Ffion Lloyd-Williams, Chris Kyridemos, Martin O'Flaherty, Rory McGill, Lois Orton, Helen Bromley, Francesco P. Cappuccio, Simon Capewell

Published: May 18, 2017 • <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0177535>

15
Save**2**
Citation**1,494**
View**10**
Share

Article

Authors

Metrics

Comments

Related Content



Download PDF

Print

Share

Abstract[Introduction](#)[Methods](#)[Results](#)[Discussion](#)[Conclusions](#)[Supporting information](#)[Acknowledgments](#)**Abstract****Background**

Non-communicable disease (NCD) prevention strategies now prioritise four major risk factors: food, tobacco, alcohol and physical activity. Dietary salt intake remains much higher than recommended, increasing blood pressure, cardiovascular disease and stomach cancer. Substantial reductions in salt intake are therefore urgently needed. However, the debate continues about the most effective approaches. To inform future prevention programmes, we systematically reviewed the evidence on the effectiveness of possible salt reduction



Check for updates

ADVERTISEMENT

Take home messages

- Its just health education....
- Exposure is key....
- Motivation, abilities and opportunities
- Education, facilities, rules and regulations....