

Atelier 4: Les solutions IT et mobiles dans la nutrition personnalisée – pouvons-nous faire confiance?

Joy Demeulemeester, Fédération Romande des consommateurs FRC

Joy Demeulemeester est responsable politique de la santé à la Fédération romande des consommateurs. Ancienne journaliste, Joy a travaillé près d'une douzaine d'années pour divers médias de défense des consommateurs. Passionnée d'assurances sociales et de vulgarisation, Joy est l'auteur d'un guide pratique sur les trois piliers et donne diverses formations au sujet des assurances.

Moderation: Wafa Badran-Amstutz, SGE



FÉDÉRATION ROMANDE
DES CONSOMMATEURS
Activement à vos côtés

Les solutions IT et mobiles dans la nutrition personnalisée: Pouvons-nous faire confiance?



Joy Demeulemeester, Responsable politique de la santé

La santé à la FRC, c'est...

La FRC défend les intérêts des assurés/consommateurs, puis des patients.

La FRC s'engage en premier pour que la population disposent des moyens de rester en bonne santé et puis de se faire soigner.

La FRC se bat pour que les assurés/consommateurs/patients soient représentés, entendus et considérés comme des acteurs de poids dans toutes les décisions concernant leur santé, leur système de soins et leur système d'assurance maladie.



2

Pouvons-nous faire confiance?



3

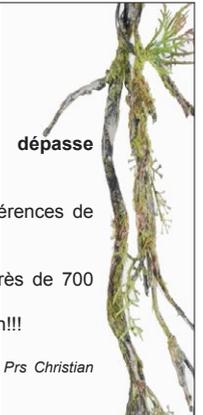
Une jungle de données

La quantité d'information disponible dépasse l'entendement.

Exemple: Pubmed, la plus grande source de références de publication en sciences de la vie

- recherche avec le mot clé «gluten»
- on obtient plus de 12'000 références, dont près de 700 ont été publiées uniquement en 2015
- deux publications indexées par jour sur le gluten!!!

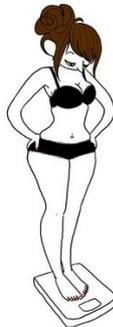
Source: « Santé digitale: petit guide à l'usage du néophyte, Prs Christian Lovis et Clara James, Rev. Med Suisse juin 2016.



4

Se mesurer: un marché doré

- Montres et bracelet connectés ou applications pour smartphone permettent d'avoir un panorama de son activité physique, suivre l'évolution de son poids, sa consommation d'alcool, mesurer sa glycémie, ses points WeightWatchers etc.
- Plus de 100'000 applications de santé et de médecine étaient disponibles dans le monde entier fin 2014.
- Un marché actuellement de plus de 5 milliards de dollars, mais qui devrait s'élever à 26 milliards d'ici à fin 2017, essentiellement grâce aux services fournis.



Source: «mHealth App Developer Economics» 2014, research2guidance



5

Intéressant et utile pour soi...

- Se rappeler son traitement
- Perdre du poids
- Suivre sa grossesse
- Faire le calme dans son esprit
- Prendre son pouls
- Suivre son diabète
- Enregistrer ses entrainements
- Etc.



6

Mais aussi pour d'autres...

Health Insurance Companies should link financial rewards to healthy and cost saving behavior of their members via mHealth apps

27 July 2015

"HICs are best positioned to link financial rewards via incentive schemes to healthy and cost saving behavior of their members. However, only several of the top HICs and start-ups are currently integrating these incentive schemes." This is just one of the findings from our Health Insurance App Benchmarking 2015 report. The structure of mHealth app based incentive schemes... [read more]

mobile apps
Detailed picture & publishing activity
12 pharma comp

2014-10-20 | 93

Health Insuranc
Benchmarking ;
health insuranc
make use of mHealth
Detailed picture &
insurance compa
app strategy

2015-02-24 | 81

EU mHealth Ma
Conditions Ben-
2015
Data report, comp
conditions for m

The 5 main economic advantages for Health Insurance Companies afforded by mHealth apps

8 July 2015

"Currently HICs have rather unforward and small ann...

EU mHealth Ma
Conditions Ben-
2015
Data report, comp
conditions for m



7

et d'autres encore...



8

Du culte de la performance...

- La culture de la performance répond à un besoin d'accomplissement et de dépassement personnel.
- Depuis 1980: culture d'excellence, de performance ou d'amélioration continue dans les organisations professionnelles (évaluations annuelles, objectifs à atteindre etc.)
- On nous l'impose au travail, mais en dehors on se l'impose à soi-même. Jusqu'à la quête de la performance absolue.



9

En quête de quoi?

La performance =



- Véritable stimulant pour l'identité, la réalisation de soi et la valeur personnelle
- Moyen de défense contre l'angoisse de la mort et du vide: transcender la mort en faisant la preuve de son existence et en laissant sa marque
- Aujourd'hui, souvent, on recherche la performance jusque dans les moments de détente... en courant de son cours de yoga, à celui de Pilates, en passant par le magasin bio, etc.



10

Etre performant...

Séduisant...

Valorisant...

Sécurisant...



Rester humain...

Fatigant...

Culpabilisant...

Déprimant...



11

Un plus ou un leurre cette technologie?



12

Encore peu d'études et pas assez de recul

THE LANCET
Diabetes & Endocrinology

Articles

Using social and mobile tools for weight loss in overweight and obese young adults (Project SMART): a 2 year, parallel-group, randomised, controlled trial

Job G Godwin, PhD, Gina Merchant, PhD, Gregory J Norman, PhD, Michael C Donohue, PhD, Simon J Marshall, PhD, Prof James H Fowler, PhD, Karen J Calais, PhD, Jeanine S Huang, PhD, Prof Cheryl L Rock, PhD, Prof William G Griswold, PhD, Anjali Gupta, MS, Fredric Raab, AAS, B J Fogg, PhD, Prof Thomas N Robinson, MD, Dr Prof Kevin Patock, MD

Published Online: 14 July 2016



13

Quelques avis positifs lus par-ci par-là...

Sous la main

Alternative pratique et souple au face à face

Bon aperçu d'ensemble et combinable à souhait

Ludique



14

Plus sympa à utiliser?

This paper is in the following e-collection/theme issue:

Mobile Health (mhealth)

Article Cited By (104) Tweetatons (241) Metrics

Original Paper

Adherence to a Smartphone Application for Weight Loss Compared to Website and Paper Diary: Pilot Randomized Controlled Trial

Michelle Clare Carter, MA, RD; Victoria Jane Burley, MSc, PhD; Camilla Nykjaer, MSc; Janet Elizabeth Cade, MSc, PhD

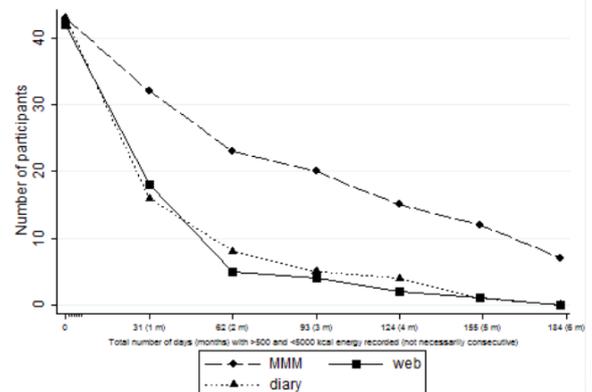
Nutritional Epidemiology Group, School of Food Science and Nutrition, University of Leeds, Leeds, United Kingdom

Corresponding Author:

Michelle Clare Carter, MA, RD



15



16

Une multitude d'outils « nutrition »

- Glycémie
- Additifs alimentaires (FRC)
- Coach minceur
- Compteur de calories
- Quel régime te convient le mieux
- Journal de régime
- Nutrition quizz
- Régime des groupes sanguins...
- Kid TDAH et autisme cooking
- Point acupressure contre allergie



17

La FRC aussi a son appli



18

Notre test des advergames en mai 2016

Advergame = jeu qui a pour but de promouvoir une marque ou un produit.

Selon une étude de l'Université de l'Etat du Michigan en 2013, ils auraient une influence considérable sur le comportement de consommation des jeunes.

Advergames: on ne joue pas avec la nourriture

03.05.2016

Internet et smartphones s'emparant presque au bureau! L'industrie agroalimentaire s'y complait et s'est engagée dans le jeu vidéo pour promouvoir marques et produits. Décryptage.



Cet article fait partie des dossiers suivants:

- Marketing et malbouffe chez les enfants

Articles liés

Choco Leo tout auréolé d'argent

25 Septembre 2015

Le projet pédagogique développé par la FRC démontre une maîtrise prestigieuse. Destiné aux petits comme aux grands...

IGMI 2: les résultats de l'étude

09 Novembre 2012

En Suisse, le surpoids chez l'enfant est préoccupant, et sa prévalence à la télévision est un facteur...

Malbouffe sur plateau télé

03 Juillet 2012

Un petit Hélicé installé devant son programme



19

Concours pour le scan alimentaire



Qui sera en mesure de concevoir un scan à aliments?

<https://www.youtube.com/watch?v=v0uggsi4Ars&feature=youtu.be>



20

Technologies et remise en question

- Le smartphone devient une extension de soi
- La barrière de la peau est en voie d'être franchies, notamment avec les implants de puce NFC (Near Field Communication)
- AAL : Active Assisted Living, et ses recherches intensives
- Il devient discriminant et coûteux de ne pas être connecté.

Des défis à relever:

- scientifiques, pour assurer l'interopérabilité des données et notamment sémantiques
- techniques, pour assurer la sécurité et l'intégrité
- éthiques et juridiques, pour assurer la protection de la sphère privée et l'usage données
- et ce n'est pas fini...

Source www.REVEMD.ch 1^{er} juin 2016, « Santé digitale: petit guide à l'usage du néophyte.



21

Vos expériences et découvertes?



22

Une touche de philosophie... de vie

«Surtout, s'oublier un peu (mais) attention, s'oublier et non se négliger.»

«L'ascèse peut se résumer en un paradoxe apaisant: prendre soin de soi tout en faisant peu de cas de sa personne.»

«Se réconcilier avec l'imperfection du monde, voilà l'ascèse, la conversion.»

Alexandre Jollien,
«Vivre sans pourquoi – Itinéraire spirituel d'un philosophe en Corée»,
Seuil 2015



23

S'écouter...

Chacun est spécialiste de lui-même

Une application peut mesurer, indiquer, alerter...

Certes, il y a les normes...

Et il y a soi!



24

Keep cool,
en forme
et
bonne continuation!



Merci pour votre attention.

