



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI
Office fédéral de la santé publique OFSP

Symposium DEP – 15 décembre 2023

Valeur ajoutée pour la population : de quelle manière la numérisation favorise-t-elle la prévention ?

Alberto Marcacci

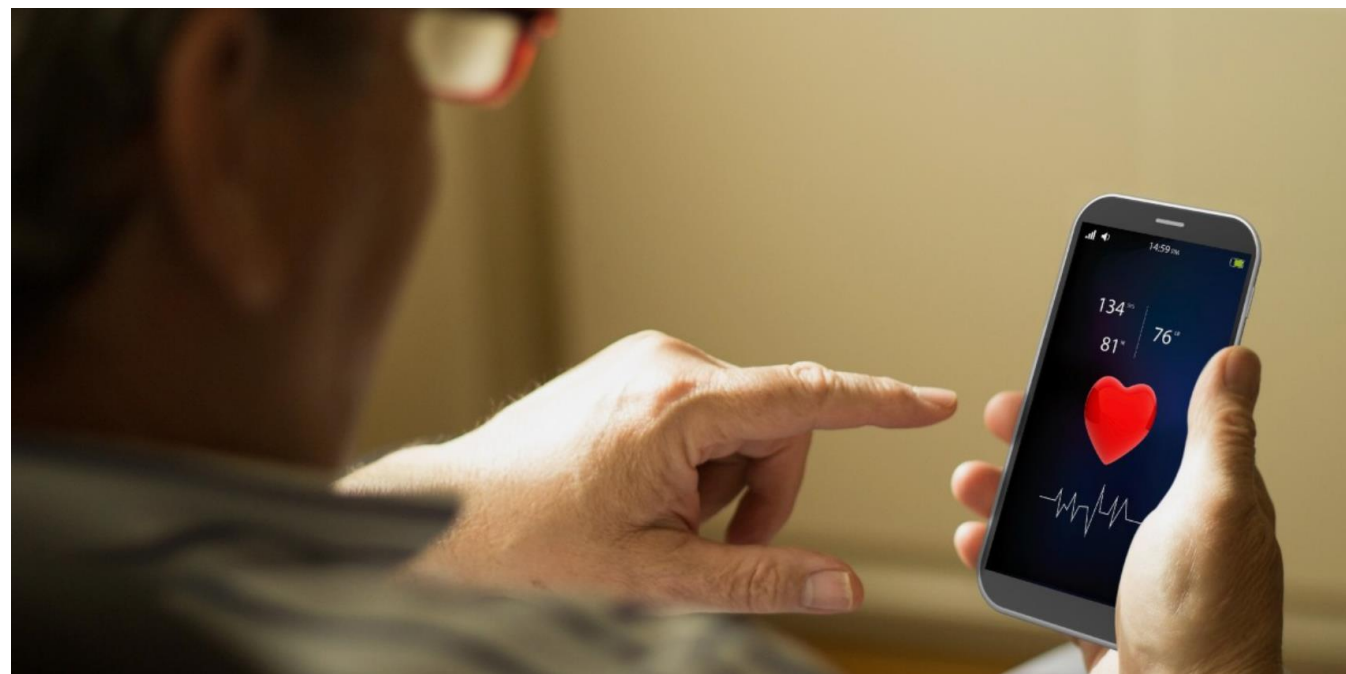
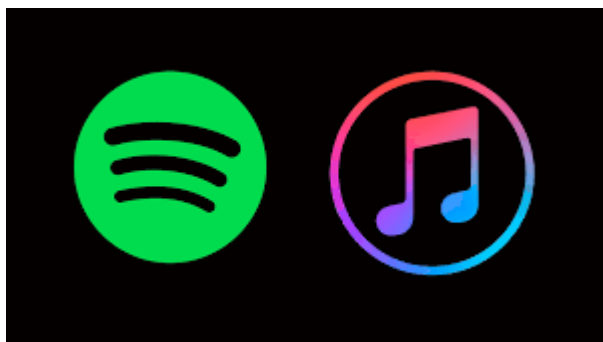
Chef de Section Prévention dans le domaine des soins
Suppléant Chef de Division Maladies non transmissibles

ADDICTIONS Stratégie Nationale Addictions
2017-2024
www.bag.admin.ch/addiction

MNT Stratégie Nationale Prévention des
maladies non transmissibles (MNT-
Stratégie) 2017-2024
www.bag.admin.ch/mnt



L'ère numérique a changé nos habitudes quotidiennes. Qu'en est-t-il de nos comportements en lien avec la santé?



[mHealth : que peuvent apporter les applications mobiles à la santé ? - Spectra – Gesundheitsförderung und Prävention \(spectra-online.ch\)](#)



Une évolution exponentielle des applications de santé mobiles

En 2020, 327 000 applications de santé étaient disponibles sur l'App Store d'Android et d'iOS, et plus de 250 solutions de santé en ligne étaient ajoutées aux «App store» chaque jour, soit 90 000 par an.

- *La grande majorité de ces solutions n'ont pas fait l'objet d'une validation clinique (qualité inconnue, l'utilisateur ne sait pas si elles sont efficaces et sûres)*
- *Seules 21% d'entre elles ont bénéficié d'études randomisées pour prouver la fiabilité scientifique d'un produit.*



1) Accès facile et rapide à une multitude d'informations



SafeZone.ch
Consultation en ligne sur les addictions

Professionnelle, sécurisée, anonyme: SafeZone.ch est votre plateforme de consultation en ligne sur les dépendances

SafeZone.ch offre des consultations en ligne sur les dépendances aux personnes concernées, leurs parents et leurs proches, aux professionnels et aux personnes intéressées. Les consultations sont gratuites et anonymes.

La plateforme en ligne a été développée par l'Office fédéral de la santé publique et Infodrog en collaboration avec les services spécialisés dans les addictions et différents cantons.

Vous pouvez bénéficier d'une **consultation en ligne** gratuite et anonyme; vous pouvez consulter la rubrique «**Questions-réponses**» ainsi que poser des **questions publiques** ou vous soumettre à une **auto-évaluation** pour faire le point de la situation.



SafeZone.ch
Consultation en ligne sur les addictions

Cannabis – Informations sur la substance, les effets et les effets secondaires

Alerte : cannabis coupé

Le cannabis actuellement vendu sur le marché illégal peut contenir de dangereux cannabinoides synthétiques.

[Plus d'informations](#)

[Toutes les alertes](#)

Le cannabis est une plante qui appartient à la famille du chanvre. Plusieurs parties de la plante sont consommées comme stupéfiant sous forme de haschisch (dope, shit), de marijuana (herbe) ou d'huile de cannabis. Le cannabis est fumé dans la plupart des cas.

Vos questions – nos réponses sur les dépendances, la consommation de substances et l'aide en cas de dépendance

Vous trouvez ici des questions sur la consommation, l'alcool, les drogues illégales et la dépendance. Si vous souhaitez vous confier à quelqu'un, des professionnels sont à votre disposition dans le cadre d'une [consultation en ligne anonyme](#).

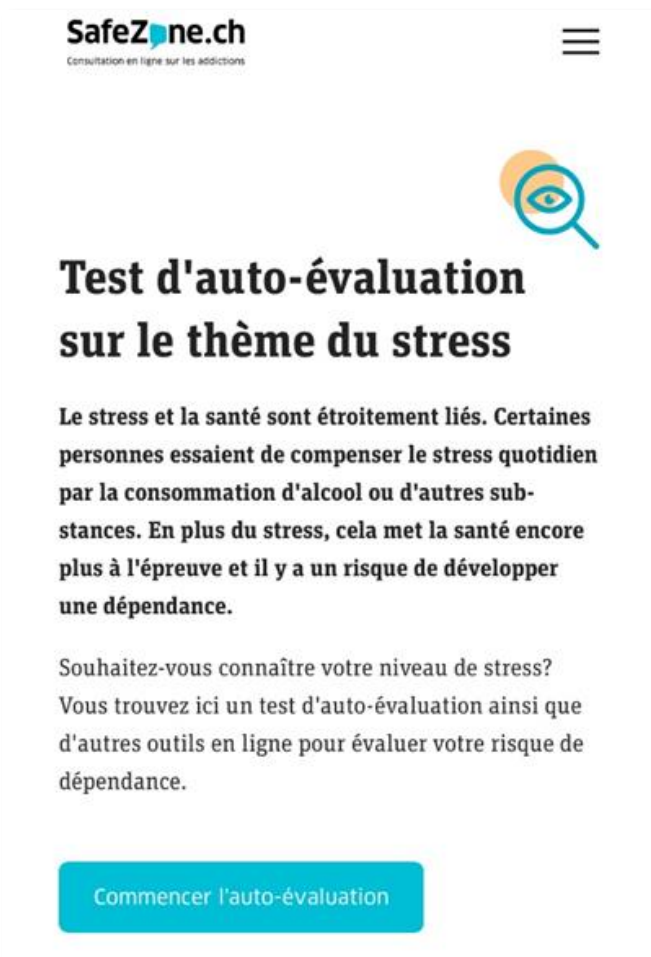
Questions sur sa propre consommation ou son propre comportement de dépendance

Dernières questions sur le sujet:

Bonjour, J'ai pris pendant 17 ans des benzos (somnifères et tranquillisants) et ceci suite à un cancer avec un récidif. Maintenant je suis occupé un sevrage par un médecin spécialiste. Mais quelle horreur je dois accepter. Quasi impossible de tenir le coup. Mon médecin fait un sevrage avec du valium en réduction minimaliste. J'ai maintenant 7 mois de sevrage et la dose de valium est à 12.5 mg. Avez-vous des moyens pour réduire les "douleurs" ? Aucune idée combien de temps



2) Facilite l'accès aux services de consultation en ligne



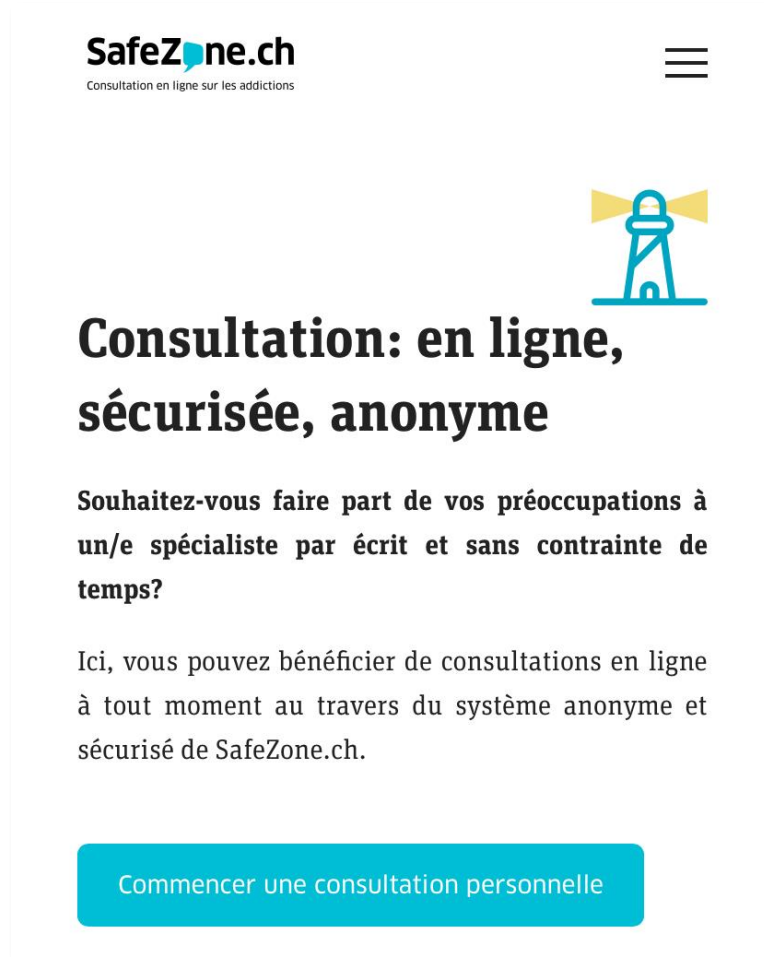
SafeZone.ch
Consultation en ligne sur les addictions

**Test d'auto-évaluation
sur le thème du stress**

Le stress et la santé sont étroitement liés. Certaines personnes essaient de compenser le stress quotidien par la consommation d'alcool ou d'autres substances. En plus du stress, cela met la santé encore plus à l'épreuve et il y a un risque de développer une dépendance.

Souhaitez-vous connaître votre niveau de stress? Vous trouvez ici un test d'auto-évaluation ainsi que d'autres outils en ligne pour évaluer votre risque de dépendance.

Commencer l'auto-évaluation



SafeZone.ch
Consultation en ligne sur les addictions

**Consultation: en ligne,
sécurisée, anonyme**

Souhaitez-vous faire part de vos préoccupations à un/e spécialiste par écrit et sans contrainte de temps?

Ici, vous pouvez bénéficier de consultations en ligne à tout moment au travers du système anonyme et sécurisé de SafeZone.ch.

Commencer une consultation personnelle



3) Applications de santé mobile

- 1. Ressourcenstärkung**
Fördert individuelle Fähigkeiten zur Alkoholreduktion.
- 2. Personalisierte Tipps**
Bietet angepasste Ratschläge für die persönliche Situation.
- 3. Rückfallprävention**
Hilft, Versuchungen zu erkennen und zu bewältigen.
- 4. Datenschutz**
Speichert Daten verschlüsselt auf Schweizer Servern.
- 5. Trink-Tagebuch**
Eigenen Konsum und Ziele im Blick behalten.
- 6. Begleitung**
Kann mit persönlicher Beratung bei Fachstellen kombiniert werden.

NoA-Coach: Dein Chatbot in Form eines digitalen Coachs für die Reduzierung des Alkoholkonsums. Sicher, privat und auf jedem Schritt dabei. Hol Dir die Unterstützung, die Du brauchst. Jetzt installieren.

Alle Infos zur App sowie anonyme Online-Beratung:

SafeZone.ch
Online-Beratung zu Suchtfragen



NoA-Coach: Deine Smartphone-App

316.021.d

NOA
COACH



<https://www.safezone.ch/de/noa-coach>



4) Suivi et détection précoce des problèmes de santé

Order by December 12th for Christmas delivery.

AKTi!A Evidence 24/7 Insights Accessories Clinicians English Buy Now

SEASON'S GREETINGS

Heart health made easy with Aktiia
this festive season

Buy Now

150M+
MEASUREMENTS
TO DATE
Aktiia continues to learn and improve in the fight against hypertension.

CLINICALLY
VALIDATED
Medically supported by five clinical trials and 20+ peer-reviewed papers, validated accuracy. Learn more

4.8 ★
TRUSTED BY
USERS
4.8 out of 5 star Authentic Customer reviews on the Aktiia product and App. Learn more

CE
MEDICAL
DEVICE
Class IIa Medical Device



5) Sensibilisation via les réseaux sociaux et médias numériques



@swiss.public.health



BAG OFSP UFSP



@BAG_OFSP_UFSP



BAG OFSP UFSP



@swisspublichealth



BAG OFSP UFSP

14:09



SWISS.PUBLIC.HEALTH
Publications



swiss.public.health



98 J'aime

swiss.public.health #jedebewegungzählt
Tag 3 der Aktionswoche: Miss dich im Treppen-Battle...
plus

Voir les 2 commentaires

6 septembre · Voir la traduction



swiss.public.health





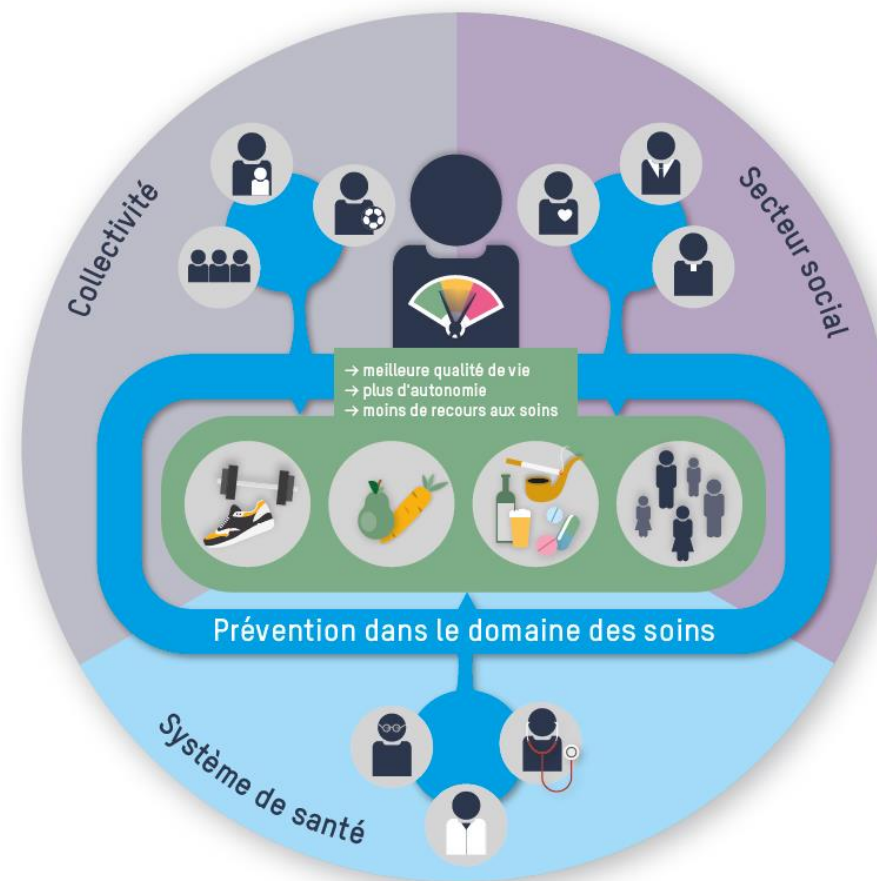
6) Opportunité de recherche dans le domaine de la prévention (Big Data)

Les données numériques collectées peuvent être analysées pour identifier des tendances, des schémas de comportement et des facteurs de risque. Ces informations peuvent aider à orienter les stratégies de prévention.



Promouvoir la prévention et la consultation numériques

- **Efficacité des applications de santé mobile** : déterminer dans quelles conditions l'utilisation de nouvelles technologies peut avoir un impact au niveau comportemental.
- **Dossier électronique du patient** : encourager la saisie structurée de données relatives aux mesures de prévention.



Document de base PDS, OFSP 2021: www.bag.admin.ch/pds



Facteurs de succès des applications mHealth

- **Fixer des objectifs** individuels et adaptés en tenant compte des besoins personnels ;
- **Observer les comportements** de façon régulière et interactive ;
- Donner immédiatement un/des **feedback-s** motivant-s.

Schlussbericht

Literaturstudie zu Verhaltensänderungen durch mHealth Applikationen

Severin Haug
Mareike Augsburg
Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung - ISGF, Zürich

Robert Jakob
Tobias Kowatsch
Zentrum für digitale Gesundheitsinterventionen - CDHI, Zürich/St. Gallen

<https://www.prevention.ch/fr/article/erfolgskfaktoren-von-mhealth-applikationen>



Prévention et DEP: point de vu des patients

- **Création d'un profil santé dans le DEP** (Tabac, Alcool, Consommation de drogues, Dépendance aux jeux et à l'internet, Stress et dépression, Activité physique, Alimentation, Santé sexuelle, Troubles du sommeil, Relations sociales.)
 - **Informations** (fiables et personnalisées)
 - **Echange** avec les professionnel-le-s de la santé (préparation, compléments hors consultations)
 - **Soutien** en vue d'un changement de comportement (encourager, motiver, soutenir)

eHealth Suisse

Prévention et promotion de la santé dans le DEP

Aide à la mise en œuvre à l'attention des communautés de référence

Bern, juillet 2022

ehealthsuisse

Kompetenz- und Koordinationsstelle
von Bund und Kantonen
Centre de compétences et de coordination
de la Confédération et des cantons
Centro di competenza e di coordinamento
di Confederazione e Cantoni



Le DEP offre des opportunités pour la prévention

« L'accès à des informations complètes sur la santé aide à prendre des décisions en connaissance de cause et à avoir un mode de vie sain. »

Smith et al., 2020, Journal of Medical Internet Research, 22(11)

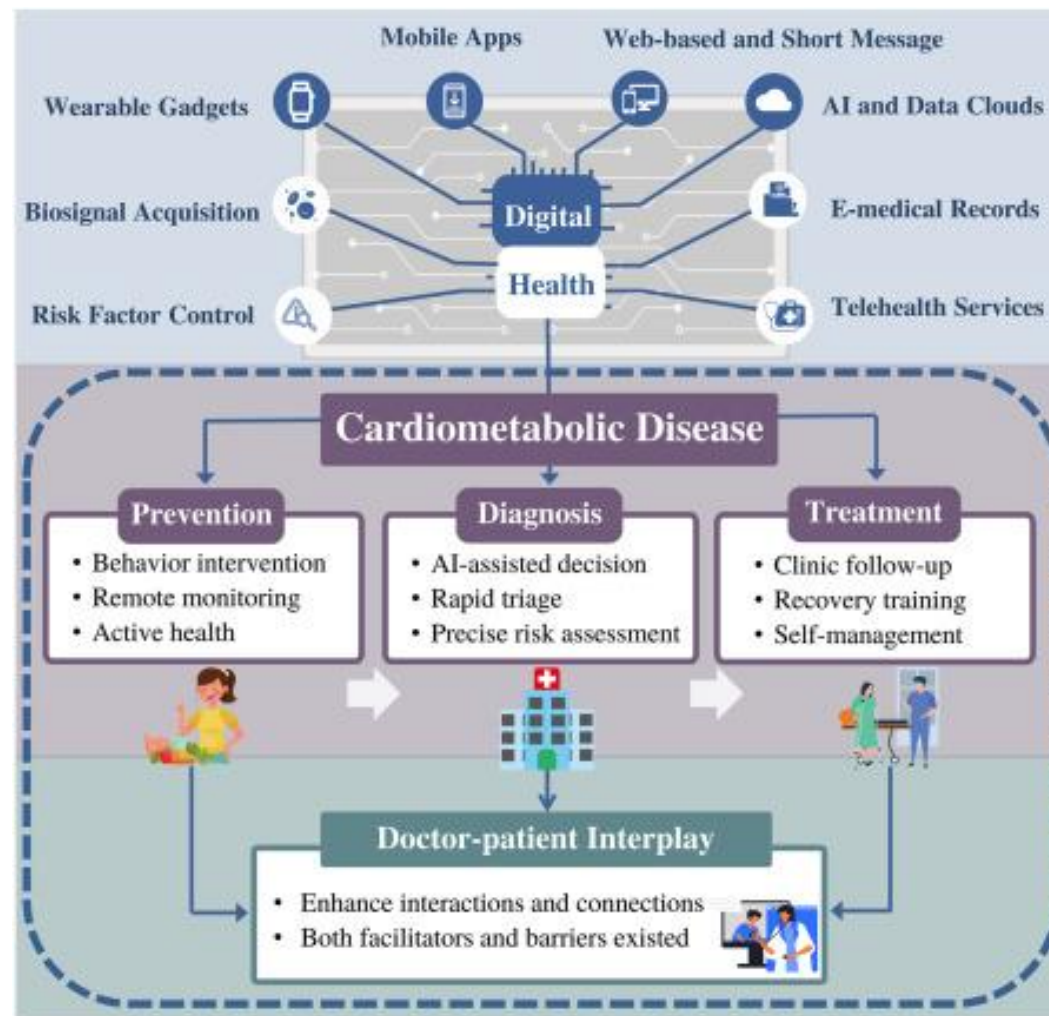
Défis futures :

- ❖ Conditions cadres Prévention-DEP.
- ❖ Faciliter l'interface mHealth-DEP.
- ❖ Accessibilité, équité.
- ❖ ***Collaboration avec les usagers.***



Quel futur pour la numérisation et la prévention?

“Evidence indicated that dHealth services promoted early prevention by behavior interventions, and AI-based innovation brought automated diagnosis and clinical decision-support.”



- ### Advantages
- Efficient and timely signal measurement
 - Personalized healthcare services
 - Benefits for self-management
 - Less geographical or temporal barriers
 - Low maintenance cost
 - Increasing accessibility to healthcare during COVID-19 pandemic

- ### Challenges
- Regional inequalities of dHealth usage in WPR
 - Policy support
 - Technique applicability, safety, and effectiveness
 - Needs of infrastructures and digital literacy
 - Education and training for elderly
 - Cost-effectiveness evaluation for dHealth



Pour plus d'informations

Prévention dans le domaine des soins

www.bag.admin.ch/pds

Stratégie et Plan de mesures NCD

www.bag.admin.ch/mnt

Stratégie et Plan de mesures Addiction

www.bag.admin.ch/addictions

mHealth et DEP

<https://www.e-health-suisse.ch/>

Santé2030

[Politique de la santé : stratégie du Conseil fédéral 2020–2030 \(admin.ch\)](#)

mail: pgv@bag.admin.ch

Tél.: +41 058 463 88 24