

Un accompagnement à la carte

L'e-clinique pour perdre du poids

11.06.2015

E-méthodes personnalisées et suivi à distance de patients en surpoids ou obèses par des professionnels paramédicaux - sensibilisant aux bonnes habitudes de diététique et d'activité physique - peuvent aider au contrôle du poids sur la durée. **Estelle Andrin**, fondatrice de **Thaïs** - entreprise de services de e-santé - en est persuadée.



Un accompagnement téléphonique par une équipe dédiée

MOTS CLÉS : E-santé, Education thérapeutique, Obésité

Comment accompagnez-vous les personnes souhaitant perdre du poids de façon dématérialisée ?

C'est l'alliance thérapeutique du numérique et de l'humain pour améliorer la santé et, d'abord, « bien manger-bouger » !

L'équipe de Thaïs est composée de diététiciens et de coaches sportifs (et prochainement de psychologues) tous expérimentés dans la prise en charge des problèmes de poids. **L'approche est de bon sens** : la perte de poids durable n'est que la conséquence d'un changement d'hygiène de vie. L'objectif à atteindre (celui qui importe vraiment) étant l'amélioration de la santé, car les problèmes de poids sont très liés au risque de diabète, de maladies cardiovasculaires mais aussi de certains cancers. Nous avons donc développé une gamme de e-solutions accessibles partout en France, à tous ceux et celles qui souhaitent installer un changement de comportement durable favorable à la santé.

Quels sont les programmes proposés ?

Avec **le comité scientifique de Thaïs** (1), nous avons défini l'approche de prise en charge, élaboré la méthode (intitulée « Bien manger-bouger ») et les parcours de soins, en prenant en compte l'état de l'art médical (Recommandations sur la prise en charge du surpoids et de l'obésité chez l'adulte, de la Haute Autorité de Santé) et aussi la revue de la littérature scientifique en médecine préventive. Notre méthode est donc amenée à évoluer, en fonction des avancées médicales. Toutefois, si la recherche en nutrition avance à grands pas, le modèle alimentaire occidental qui montre des résultats inégalés en matière de prévention et de santé depuis maintenant plus de 15 ans reste **le régime méditerranéen (crétois)**. C'est de ce modèle alimentaire, dans une version modernisée et compatible avec toutes les traditions culinaires que s'inspire **la méthode « Bien manger-bouger »**.

Quel est le profil des utilisateurs ?

Tout d'abord, Thaïs ne se substitue pas à l'exercice médical, elle est complémentaire. Par ailleurs, **nous ne vendons aucun produit mais de l'autonomie**, via trois types de solutions de service :

L'offre Solo (sans coaching) donne accès pendant une durée d'un an à la méthode « Bien manger-bouger » (disponible sur notre plateforme Internet), pour acquérir de bonnes habitudes de vies, propices à la perte de poids.

L'offre Duo propose, quant à elle, (en plus de l'accès à la méthode « Bien manger-bouger »), un accompagnement téléphonique pendant trois mois (12 rendez-vous) par une équipe dédiée diététicien(ne)-coach sportif. Après un bilan initial téléphonique (alimentation et activité physique), ces coaches suivent de près les progrès de chaque patient en termes de mode de vie, livrent leurs conseils personnalisés au téléphone et par mail. Et favorisent l'adhésion du patient aux changements de comportements.

Enfin, **l'offre Duo Bis** permet de prolonger cet accompagnement durant neuf mois supplémentaires (soit 12 mois au total).

Nos offres sont remboursables par certaines mutuelles.

L'e-coaching patients peut-il durer plus d'un an ?

Tout à fait, dans certains cas particuliers (forte obésité, suivi post-chirurgie bariatrique...). Toutefois, **notre objectif n'est pas de fidéliser les patients** : l'approche de prise en charge, qui est éducative et au rythme du patient, doit permettre d'éviter le taux de rechute et de reprise de poids. C'est en tout cas ce qui a été expérimenté avec succès pendant deux ans auprès de volontaires de 40 à 70 ans en surpoids ou obésité légère.

(1) Composé du Dr Maxime Guenoun (cardiologue à Marseille), du Dr Jean-Michel Lecerf (nutritionniste à Lille), du Dr Patrick Jourdain (cardiologue à Pontoise), du Dr François Diévert (cardiologue à Dunkerque) et de Mme Renée Lauribe (coordinatrice d'un réseau de soin en cardiologie à Saintes).

www.thais.fr

Hélia Hakimi-Prévot

Source : Nutrition-QDM n°9419

See more at: http://www.lequotidiendumedecin.fr/specialites/article/2015/06/11/le-clinique-pour-perdre-du-poids_759861?origin=sosmedecins#sthash.WYfGVQIC.dpuf