

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

Module 2 - Session d'enseignement (2.1)
Comment rechercher et
sélectionner des applications de
santé



Cofinancé par
l'Union européenne

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés n'engagent que leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenues pour responsables.



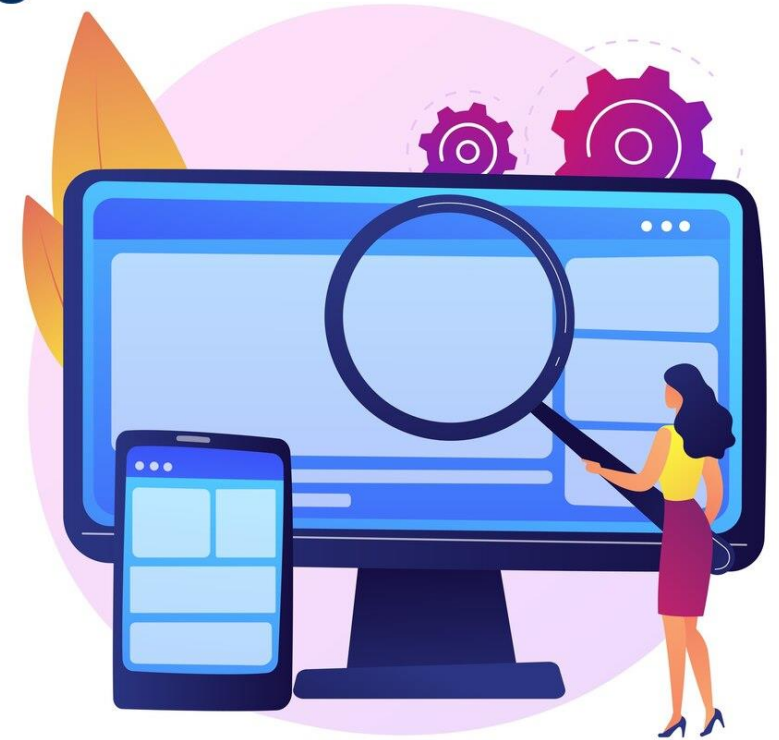


MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

2

Comment rechercher et sélectionner des applications de santé





Partenaires

POLIBIENESTAR
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALENCIA
VALENCIA, ESPAGNE
www.uv.es



OXFAM ITALIA INTERCULTURA
AREZZO, ITALIE
www.oxfamitalia.org/

PROLEPSIS
INSTITUTE

PROLEPSIS
ATHENES, GRECE
www.prolepis.gr

IAT
Institute for Work and Technology

WESTFALISCHE HOCHSCHULE GELSENKIRCHEN,
BOCHOLT, RECKLINGHAUSEN
GELSENKIRCHEN, ALLEMAGNE
www.w-hs.de



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ATHENES, GRECE
www.connexions.gr



RESET
CHYPRE
www.resetcy.com



media k GmbH
Bad Mergentheim, ALLEMAGNE
www.media-k.eu

coördina
Strategy and Sustainable Results

COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
VALENCIA, ESPAGNE
coordin-a-oerh.com



AMSÉD
STRASBOURG, FRANCE
www.amsed.fr



Cofinancé par
l'Union européenne



Session d'enseignement : Contenu

1. [Pourquoi existe-t-il des critères de recherche pour les applications de santé](#)
2. [Domaines et applications typiques de l'application santé](#)
3. [Où et comment rechercher des applications de santé ?](#)
4. [Critères pour trouver des applications de santé fiables et de qualité](#)
5. [Discussion et évaluation](#)





Objectifs

- ✓ Fournir aux participants les connaissances nécessaires pour rechercher des applications de santé et trouver ce qu'ils recherchent.
- ✓ Fournir aux participants des critères de sélection d'une application de santé digne de confiance, d'autant plus que les données de santé sont des données particulièrement sensibles.
- ✓ Étant donné que la culture numérique varie considérablement au sein de la communauté diversifiée des migrants, ce module vise à fournir des informations générales et des compétences dans ce domaine qui peuvent être utiles à tous, y compris aux migrants, afin que chacun soit équipé de la même manière.



Source : Image par nuraghies sur Freepik



Compétences

- ✓ Les apprenants pourront rechercher les applications de santé les plus pertinentes pour eux.
- ✓ Les apprenants seront capables de sélectionner des applications de santé fiables et pertinentes.



[Image by vectorjuice on Freepik](#)





Informations de base - s'adresser aux migrants

Les migrants, comme tout le monde, forment un groupe hétérogène dont les niveaux d'accès et d'expérience en matière de smartphones et d'applications varient. Même avec de l'expérience, tout le monde ne pense pas au processus de choix et de sélection des applications. Comme nous voulons promouvoir l'utilisation des applications de santé en tant qu'outil supplémentaire et complémentaire dans différents domaines de la santé, il est important de parvenir à une connaissance et à une compréhension communes de la recherche et de la sélection des applications.



2.1.1

Pourquoi y a-t-il des critères de recherche pour les applications de santé ?

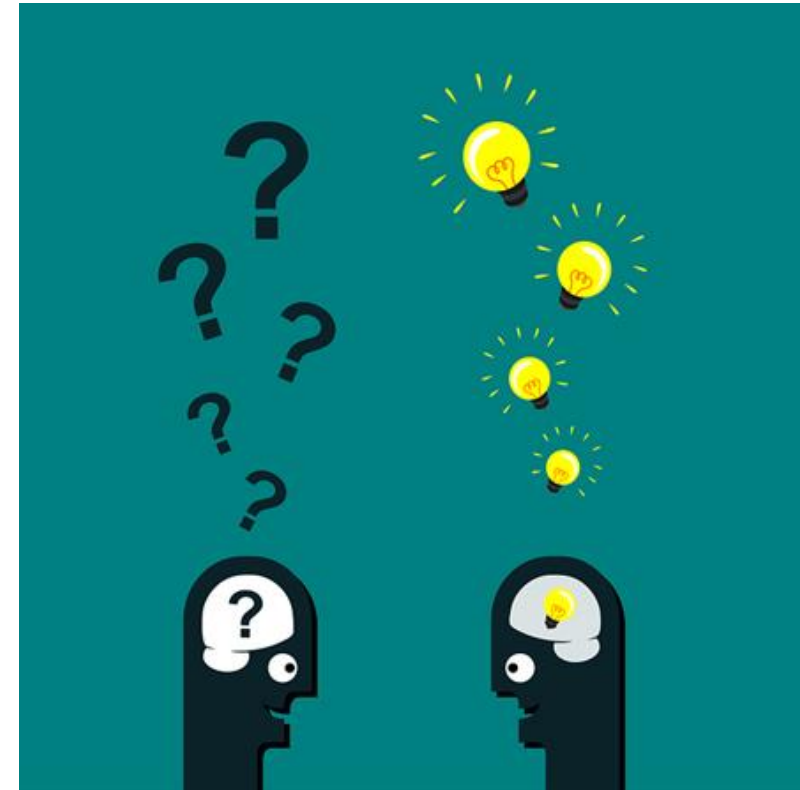
Introduction

- L'utilisation des applications de santé se généralise de jour en jour
- Pourtant, contrairement à un traitement médical, l'efficacité et la véracité d'une application de santé ne sont souvent pas vérifiées scientifiquement ni validées de quelque manière que ce soit.
- Il est donc d'autant plus important de donner aux utilisateurs les moyens de faire la différence entre les "bonnes" et les "mauvaises" applications de santé.



Remue-méninges

- Quels sont donc les risques liés à l'utilisation des applications de santé ?



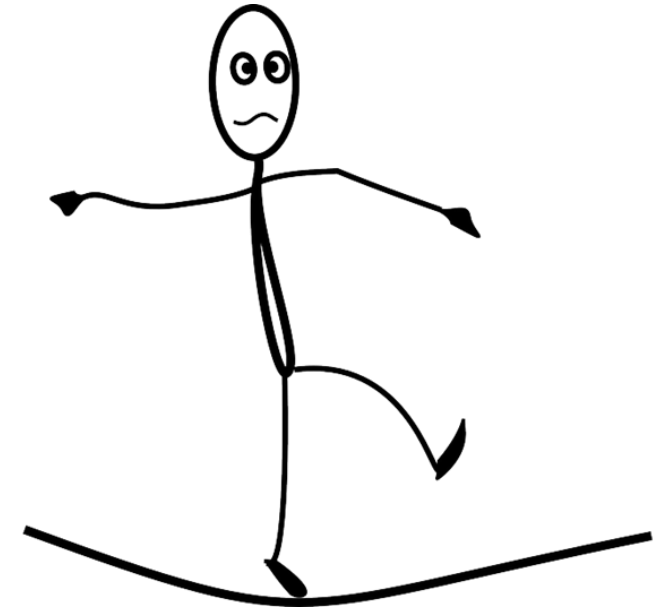
(Mauvaise) information

- Les applications peuvent contenir de fausses allégations de santé
- Les applications peuvent regrouper des informations médiocres, voire incorrectes.
- Une (mauvaise) information peut conduire à une évaluation incorrecte d'une maladie ainsi qu'à des traitements erronés, à une mauvaise prise de décision en général et à des effets néfastes sur la santé.



Mauvaise conception de l'application

Une mauvaise conception de l'application, telle qu'une interface utilisateur peu pratique, peut conduire à une utilisation peu fréquente et à une moindre adhésion au traitement lorsqu'elle est utilisée en complément d'une thérapie.



Protection des données personnelles sensibles

- Les applications de santé peuvent nécessiter des données personnelles sensibles pour être utilisées et fonctionner correctement.
- Cela peut s'avérer problématique dans de nombreux cas, car les applications de santé sont souvent gratuites et reposent donc sur d'autres méthodes de financement, telles que le partage des données personnelles des utilisateurs à des fins publicitaires avec des plateformes de médias sociaux comme Facebook ou Instagram.
- En outre, des normes de protection des données peu exigeantes peuvent accroître le risque de fuite d'informations sur la santé et causer des dommages irréversibles à leurs utilisateurs.



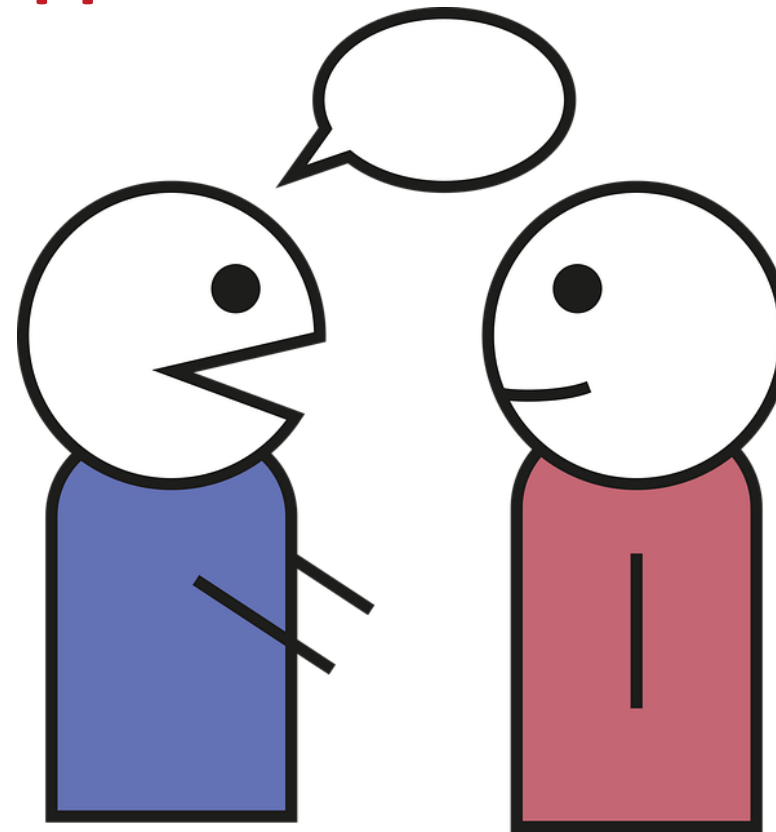


2.1.2

Domaines et applications typiques de l'application santé

Partageons notre expérience

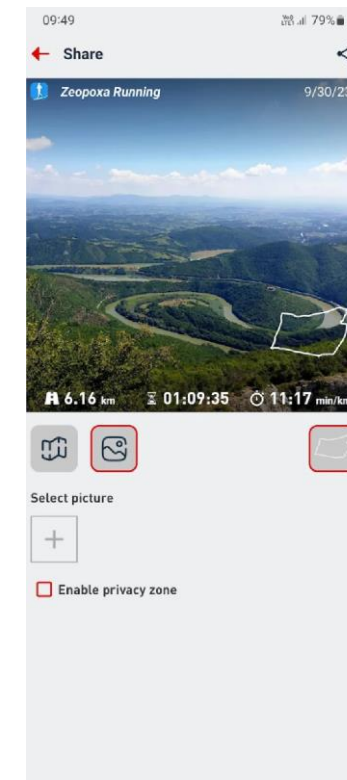
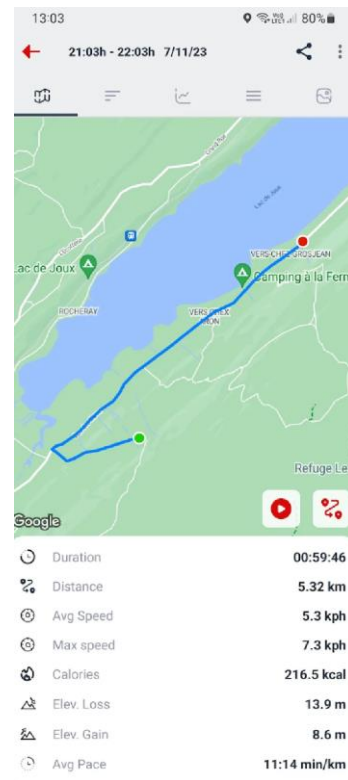
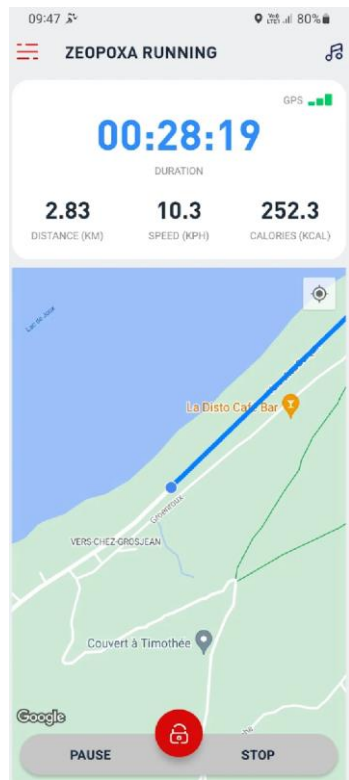
- Lorsque vous pensez à votre propre expérience des applications de santé, y en a-t-il que vous utilisez actuellement ou que vous avez utilisées par le passé ?
- À quelles applications de santé pensez-vous ?



Source : [licence Pixabay](#)



Exemples d'applications de santé : Course à pied et jogging, Suivi de course



Exemples d'applications de santé : NeuroNation - Entraînement cérébral

- <https://www.youtube.com/watch?v=8zyLk8PY03>

!



Source : [Google Play Store - NeuroNation](#)



Source | [Licence Pixabay](#)



Remue-méninges

- Regardons les choses de plus près.
- Quels sont les différents domaines de l'application santé auxquels vous pouvez penser ?



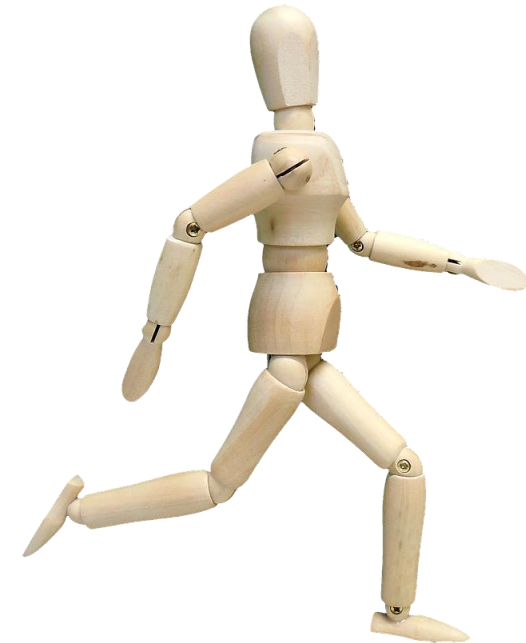
Exemples

- Podomètre et traqueur d'activité
- Gymnastique et fitness
- Régime et nutrition
- Santé mentale et cognitive
- Applications de gestion de l'assurance maladie (rendez-vous et dossiers médicaux)
- Gestion des maladies chroniques



Podomètre et traqueur d'activité

- Suivez vos pas
- Fixer des objectifs quotidiens
- Messages push pour vous rappeler votre quota quotidien
- Motivation par l'illustration des progrès
- Amélioration des paramètres de santé



Régime et nutrition

- Suivi nutritionnel et calorique par lecture de code-barres
- Des plans de repas et des recettes basés sur vos préférences
- Forum communautaire de soutien et de motivation





2.1.3

Où et comment rechercher des applications de santé ?

App Stores

- Google Play Store (Android)
- App Store (Apple)



Source : [Apple App Store](#) ; [Google Play Store](#)

Comment trouver l'application qui vous convient !

- Vos premiers résultats sont-ils des contenus sponsorisés ?
- Ne vous laissez pas piéger par les placements de produits dans vos résultats de recherche !
- Vérifiez la présence du terme "ad" (publicité) dans les résultats de votre recherche et évitez ces résultats !
et évitez ces résultats !



Activité

- À vous de jouer : quelles applications de santé pouvez-vous trouver dans les domaines de santé identifiés ?
- Prenez des notes, nous reviendrons sur vos conclusions à la fin de la session !





2.1.4

Critères pour trouver des applications de santé de qualité et dignes de confiance

Remue-méninges :

- Quels sont les critères qui vous permettent de trouver des applications de santé fiables et de qualité ?



Source : [licence Pixabay](#)



Liste de contrôle : Vérifier si une application est fiable et peut être utilisée en toute sécurité (1)

- Vérification pour les développeurs de l'application
- Ont-ils déjà conçu d'autres applications de santé ?
- Depuis combien de temps développent-ils des applications de santé ?
- Ont-ils consulté des professionnels de la santé ou coopéré avec eux lors de l'élaboration de cette application ?



Liste de contrôle : Vérifier si une application est fiable et peut être utilisée en toute sécurité (2)

- Des hôpitaux ou des organismes de santé réputés soutiennent-ils l'application ?
- Soyez alerté si une application promet d'excellents résultats en peu de temps
- Ne vous laissez pas tromper par de beaux graphiques et illustrations



Liste de contrôle : L'efficacité de l'application est-elle validée par un organisme indépendant ?

- Vérifiez si l'application a été testée et jugée efficace dans le cadre d'une étude ou d'un autre organisme indépendant et digne de confiance.
- Soyez sceptique lorsque les seules données sur son efficacité sont fournies par l'entreprise elle-même.
- Consultez les avis et les rapports d'expérience d'autres utilisateurs.



Liste de contrôle : Vérifier le respect de la vie privée et la sécurité

- L'application contient-elle des directives claires en matière de protection de la vie privée sur la manière dont les données partagées par l'intermédiaire de l'application seront stockées et utilisées ?
- L'application demande-t-elle l'autorisation d'accéder à des informations non liées susceptibles d'être utilisées à des fins publicitaires ou commerciales ?
- L'application requiert-elle les données de votre carte de crédit avant que vous ne l'utilisiez ?



Liste de contrôle : Choisissez des applications qui utilisent des stratégies fondées sur des données probantes

- Autocontrôle/suivi
- Fixation des objectifs
- Signaux ou notifications push
- Récompenses liées au soutien social



Liste de contrôle : Testez plusieurs applications avant de vous engager (par exemple via un abonnement).

- Sachez que si l'utilisation n'est pas pratique, il y a de fortes chances que vous ne l'utilisiez pas régulièrement.
- Vérifiez si l'application nécessite des achats in-app pour être utile.



Activité

Maintenant que nous avons une meilleure compréhension des critères à prendre en compte lors de la sélection d'une application de santé, formez des groupes de 3 à 5 personnes et discutez de l'application que vous devriez choisir parmi les diapositives suivantes en fonction de ces critères !



Exemple 1 : Headspace

- Une application pour améliorer votre santé mentale grâce à des méditations guidées et des exercices de pleine conscience
- De bonnes critiques de la part des utilisateurs - 4,8 étoiles sur 5 dans l'App Store (Apple)
- Soutenu par diverses études scientifiques menées par des entités indépendantes et reconnues et publiées dans des revues scientifiques.
 - Université du Nord-Est
 - Journal des soins infirmiers pédiatriques
- Aucune indication explicite dans l'App Store que les données personnelles seront transmises à des tiers.



Activité :

**Bon ou mauvais exemple ?
Discutez-en !**

Mauvais

Bon



Exemple 2 : Sleepio

- Application pour améliorer votre sommeil grâce à une approche cognitivo-comportementale sur une période de six semaines, par exemple les comportements à modifier pour calmer un esprit qui s'emballe.
- Techniques cognitivo-comportementales étayées par des décennies de recherche clinique et douze études contrôlées randomisées portant sur l'application elle-même.
- Pas de transparence sur les entités qui ont réalisé les études
- Indication claire de ce que l'application peut faire et de ce qu'elle ne peut pas faire
- Aucune transparence, ni sur le nombre de téléchargements, ni sur l'évaluation par les utilisateurs dans l'App Store



Activité :

**Bon ou mauvais exemple ?
Discutez-en !**

Mauvais

Bon



Activité

- *Quels sont vos résultats quant à l'application à choisir ?*
- *Discutons des résultats dans le plénum !*



Activité

- *Revenons maintenant aux résultats de la recherche individuelle d'applications de santé que vous avez effectuée plus tôt dans la journée.*
- *Vérifiez que les applications que vous avez trouvées correspondent aux critères que vous venez d'apprendre !*
- *Quel est votre résultat ? Utiliseriez-vous toujours l'application ou l'utiliseriez-vous désormais avec certaines restrictions ?*



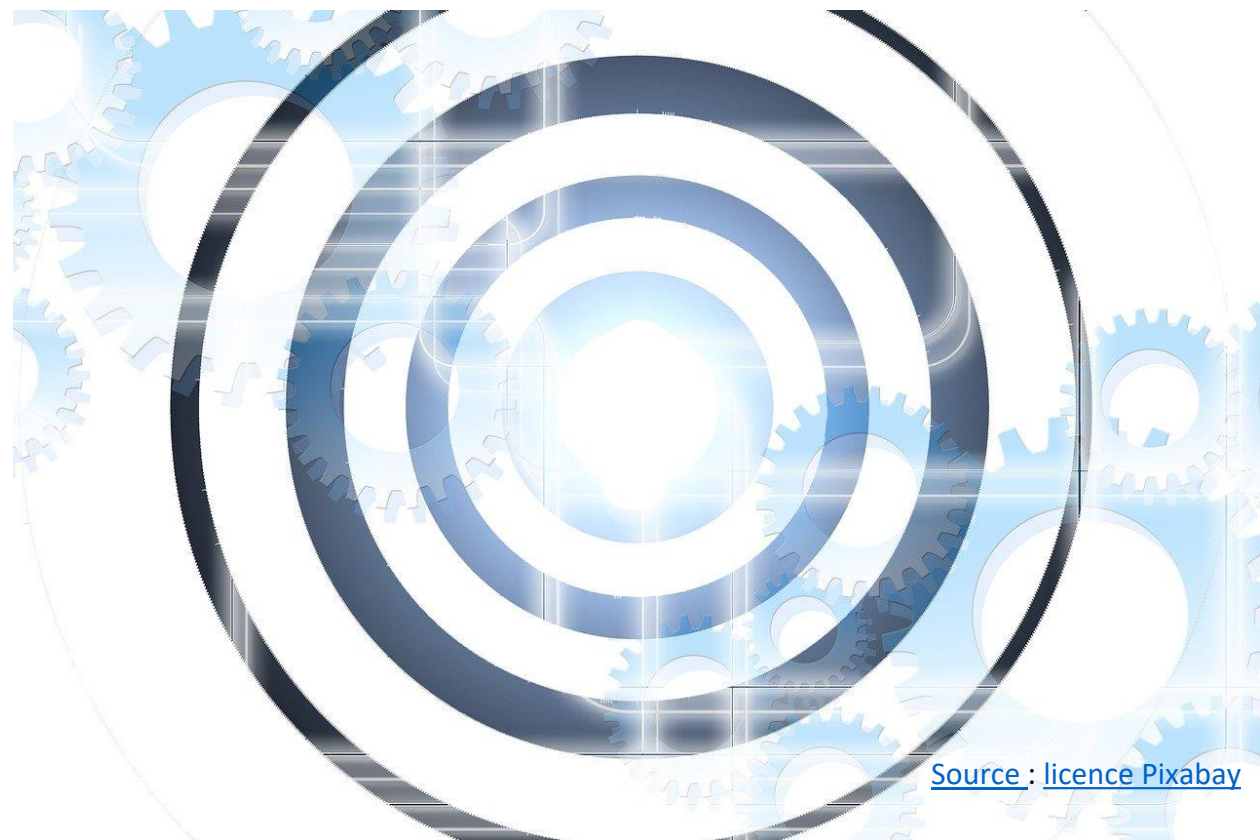


2.1.5

Discussion et évaluation

Objectifs

- Résoudre et clarifier les malentendus qui ont émergé de toutes les informations théoriques précédentes.
- Assurer une compréhension approfondie du contenu du module.
- Pour évaluer le module.

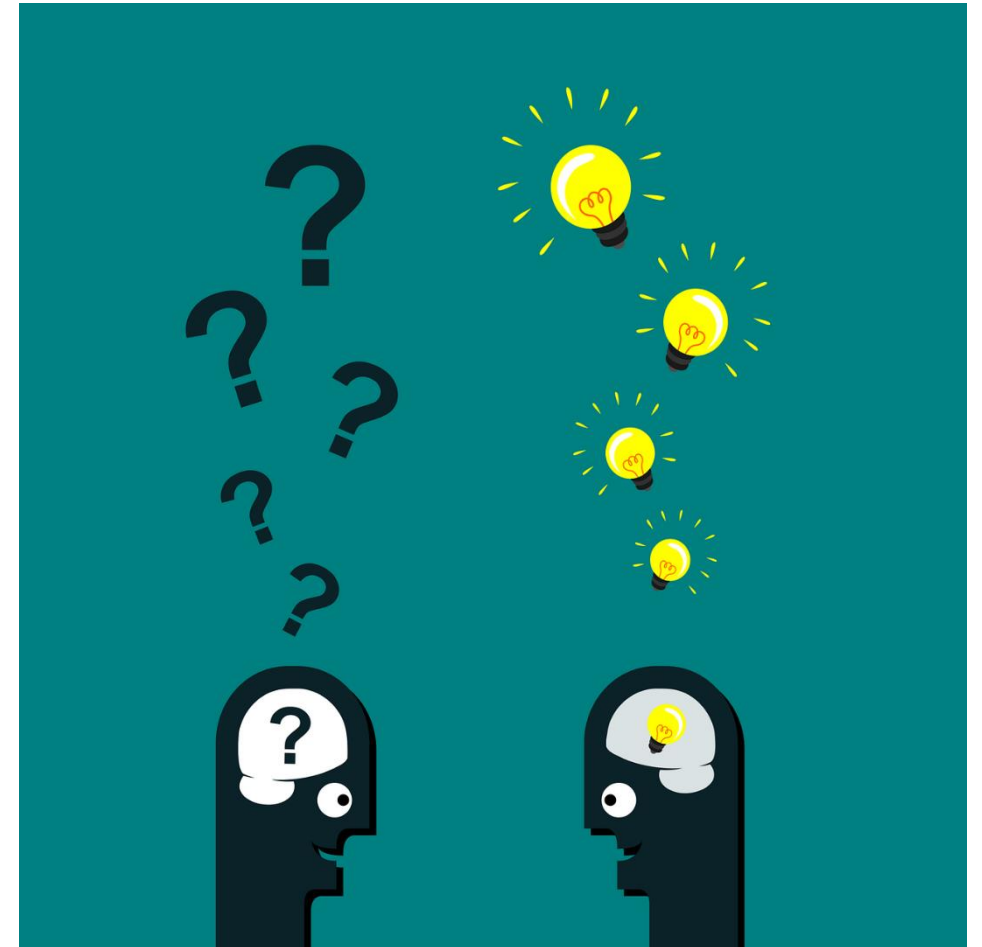


Source : [licence Pixabay](#)



Discussion

- *Des questions ?*
- *Des éclaircissements ?*
- *Des commentaires ?*



Questionnaire d'évaluation

Le contenu du module était stimulant et intéressant (1 minimum, 5 maximum)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Le contenu du module était clair, compréhensible et facile à suivre (1 minimum, 5 maximum)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Le formateur était bien préparé (1 minimum, 5 maximum)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Questionnaire d'évaluation

Le module a amélioré ma connaissance du sujet (1 minimum, 5 maximum)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Je recommanderais ce module à d'autres personnes (1 minimum, 5 maximum)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Je suis globalement satisfait du module (1 minimum, 5 maximum)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Références et lectures complémentaires

- Akbar, S., Coiera, E. et Magrabi, F. (2020). Préoccupations en matière de sécurité des applications de santé mobile destinées aux consommateurs et leurs conséquences : A scoping review. *Journal of the American Medical Informatics Association : JAMIA*, 27(2), 330-340. <https://doi.org/10.1093/jamia/ocz175>
- Albrecht, U.-V. (2016). Chances et risques des applications mobiles de santé (CHARISMHA). Publication anticipée en ligne. <https://doi.org/10.24355/dbbs.084-201210110913-73>
- Boudreaux, E. D., Waring, M. E., Hayes, R. B., Sadasivam, R. S., Mullen, S. et Pagoto, S. (2014). Evaluating and selecting mobile health apps : Strategies for healthcare providers and healthcare organizations (Évaluation et sélection des applications de santé mobile : stratégies pour les prestataires de soins de santé et les organisations de soins de santé). *Translational Behavioral Medicine*, 4(4), 363-371. <https://doi.org/10.1007/s13142-014-0293-9>
- Boulos, M. N. K., Brewer, A. C., Karimkhani, C., Buller, D. B. et Dellavalle, R. P. (2014). Mobile medical and health apps : State of the art, concerns, regulatory control and certification (applications mobiles médicales et de santé : état de l'art, préoccupations, contrôle réglementaire et certification). *Online Journal of Public Health Informatics*, 5(3), 229. <https://doi.org/10.5210/ojphi.v5i3.4814>
- Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik. (2023, 5 septembre). Sicherheit bei Apps. https://www.bsi.bund.de/DE/Themen/Verbraucherinnen-und-Verbraucher/Informationen-und-Empfehlungen/Cyber-Sicherheitsempfehlungen/Basisschutz-fuer-Computer-Mobilgeraete/Schutz-fuer-Mobilgeraete/Sicherheit-bei-Apps/sicherheit-bei-apps_node.html



Références et lectures complémentaires

- Lecomte, T., Potvin, S., Corbière, M., Guay, S., Samson, C., Cloutier, B., Francoeur, A., Pennou, A. et Khazaal, Y. (2020). Applications mobiles pour les problèmes de santé mentale : Meta-Review of Meta-Analyses. *JMIR MHealth and UHealth*, 8(5), e17458. <https://doi.org/10.2196/17458>
- Martínez-Pérez, B., La Torre-Díez, I. de, & López-Coronado, M. (2015). Privacy and security in mobile health apps : A review and recommendations. *Journal of Medical Systems*, 39(1), 181. <https://doi.org/10.1007/s10916-014-0181-3>
- Milne-Ives, M., Lam, C., Cock, C. de, van Velthoven, M. H., & Meinert, E. (2020). Mobile Apps for Health Behavior Change in Physical Activity, Diet, Drug and Alcohol Use, and Mental Health (Applications mobiles pour le changement de comportement en matière d'activité physique, d'alimentation, de consommation de drogues et d'alcool, et de santé mentale) : Systematic Review. *JMIR MHealth and UHealth*, 8(3), e17046. <https://doi.org/10.2196/17046>
- Institut national du vieillissement. (2024, 28 février). Comment trouver des informations fiables sur la santé en ligne. <https://www.nia.nih.gov/health/healthy-aging/how-find-reliable-health-information-online#apps>
- Papageorgiou, A., Strigkos, M., Politou, E., Alepis, E., Solanas, A., & Patsakis, C. (2018). Analyse de la sécurité et de la confidentialité des applications de santé mobile : L'état alarmant des pratiques. *IEEE Access*, 6, 9390-9403. <https://doi.org/10.1109/ACCESS.2018.2799522>
- Plachkinova, M., Andres, S. et Chatterjee, S. (2015). A Taxonomy of mHealth Apps -- Security and Privacy Concerns. In T. X. Bui & R. H. Sprague (Eds.), 2015 48th Hawaii International Conference on System Sciences (HICSS 2015) : Kauai, Hawaii, USA, 5 - 8 janvier 2015 (pp. 3187-3196). IEEE. <https://doi.org/10.1109/HICSS.2015.385>





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Félicitations !
Vous avez terminé la session
d'enseignement de ce module !



Cofinancé par
l'Union européenne

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés n'engagent que leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenues pour responsables.