

## FICHE DE RECUEIL DES FAITS MARQUANTS DES DEPARTEMENTS/CENTRES

(Renseigner une fiche par fait marquant.

Les départements/centres peuvent choisir de faire la synthèse de plusieurs FM en une seule fiche s'ils le jugent pertinent)

**Année concernée :** 2020 (Publication ou réalisation de 2020)

**Fiche envoyée par :** IHAC

**Priorité attribuée au FM (à renseigner par le CD/PC) :**

**Titre du fait marquant :** Les outils numériques peuvent-ils améliorer l'alimentation? Projet Did'IT DIET 3.0, volet Sciences de la Consommation

### Catégorie Publication

Besson, M., Gurviez, P., & Carins, J. (2020). Using digital devices to help people lose weight: a systematic review. *Journal of social marketing*. [10.1108/JSOCM-07-2019-0115](#)

Madeleine Besson, Patricia Gurviez, Olivier Segard. Santé connectée : co-design d'un nouveau service avec les consommateurs. *Journal of Marketing Trends*, International Marketing Trends Conference, A paraître. ([hal-02404995](#))

**Contact :** Patricia Gurviez

**Unité :** IHAC

**Département :** SayFood

**Centre INRAE :**

**Méta-programme (si adapté):** DID'IT

**Thème principal (cf. classification proposée en annexe) :**

Alimentation

**Thème complémentaire éventuel :**

Société et Territoires

**Metaprogramme (si adapté) :**

DID'IT

**Mots-clés (rubrique libre) :**

Marketing social ; Objets connectés ; comportement alimentaire ; co-construction

**Résumé (10 à 15 lignes max. à rédiger sous une forme exportable dans le Rapport Annuel.)**

A l'heure de la révolution numérique, l'un des défis majeurs est celui de l'application des nouvelles technologies au domaine alimentaire. Les chercheuses chargées du volet Sciences de la consommation du projet Diet 3.0 avait un double objectif :

Extraire d'une revue systématique des publications scientifiques internationales les critères d'efficacité des programmes ayant utilisé des outils connectés (site Internet, SMS, téléphone, réseaux sociaux, applications) afin d'encourager les participants à améliorer leur alimentation.

Partant des résultats obtenus, animer des groupes de co-création avec des personnes ciblées afin de préciser leurs attentes envers un outil numérique qui les aide à perdre du poids durablement.

(400 à 500 mots/ 2700 à 3400 caractères max. pour l'ensemble des 4 rubriques ci-dessous)

**Contexte et enjeux :**

Si l'usage des outils numériques à des fins de santé est de plus en plus fréquent, encore convient-il d'analyser quels sont en pratique les usages de ces outils, les motivations des utilisateurs et les conséquences sur leurs comportements de santé.

Il n'existait pas de revue systématique permettant d'évaluer l'impact des outils numériques sur les changements de comportement alimentaire. Adoptant une démarche scientifique rigoureuse, les chercheurs ont cherché à quantifier les résultats des usages de ces outils à l'occasion de programmes de santé destinés à améliorer la santé des participants. Quels sont les enseignements apportés par les expériences déjà publiées ?

Dans le second temps de l'étude, celle-ci a porté plus spécifiquement sur les motivations de participants à des ateliers, en leur proposant de co-construire un dispositif « idéal ». L'objectif final était d'en tirer des recommandations de santé publique.

**Résultats :**

La revue systématique internationale a permis de retenir 15 articles sur les 1535 repérés dans les bases de données. La synthèse montre que ces programmes offrent l'opportunité de résultats modérés mais probants de baisse de poids à un coût faible et qu'ils peuvent apporter une aide aux politiques publiques. Néanmoins, la motivation des participants est un facteur essentiel pour qu'ils suivent ces programmes dans leur intégralité et que les effets soient durables.

Quatre groupes d'hommes et de femmes ayant cherché à perdre du poids dans les 5 dernières années ont ensuite été interrogés pour aider à concevoir l'objet connecté qui pourrait les aider dans leurs efforts de gestion de leur alimentation (ateliers de création de 3 à 4h). Les participants avaient des profils variés en termes d'âge, de catégorie professionnelle et de niveau d'études. Ils ont choisi de travailler sur une application qu'ils voudraient avant tout pratique, disponible, et surtout aidante et bienveillante. Ils ne veulent pas se sentir contrôlés ou jugés et souhaitent être soutenus au quotidien pour rester motivés. Moins les personnes sont diplômées, moins elles sont technophiles, et plus elles sont réticentes à son usage.

**Perspectives :**

Cette recherche a été sélectionnée par la cellule DID'IT pour figurer dans son bilan final d'activités. Dans une optique de santé publique et dans un contexte de croissantes inégalités de santé, la prise en compte des conditions économiques et culturelles, sociales et psychologiques, d'usages et de perception s'avère indispensable. Grâce à un financement de la Fondation AgroParisTech, une étude terrain est actuellement en cours pour observer et analyser l'impact de l'usage d'une application numérique sur l'alimentation de 25 familles modestes des Hauts de France.

**Valorisation :**

En attente des résultats finaux de la phase terrain auprès de familles modestes.

**Références bibliographiques :**

Besson, M., Gurviez, P., & Carins, J. (2020). Using digital devices to help people lose weight: a systematic review. *Journal of social marketing*. [10.1108/JSOCM-07-2019-0115](https://doi.org/10.1108/JSOCM-07-2019-0115)

Madeleine Besson, Patricia Gurviez, Olivier Segard. Santé connectée : co-design d'un nouveau service avec les consommateurs. *Journal of Marketing Trends*, International Marketing Trends Conference, A paraître. ([hal-02404995](https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02404995))

**Illustrations** (photos au format jpg, avec légende, auteur de la photo, et copyright s'il y en a un)