

Communiqué de presse

## **Santé connectée : Dynacare lance le programme Dynamoove pour lutter contre les risques liés à la sédentarité**

**Lille, le 11 avril 2016 – 37 millions de Français sont aujourd'hui considérés comme sédentaires\* Pour les inciter au mouvement et participer à la lutte contre les risques liés à la sédentarité, Dynacare, acteur français de la santé numérique, lance la commercialisation de son programme Dynamoove. Validé par un comité médical et scientifique, Dynamoove propose à ses utilisateurs une approche du mouvement personnalisée, ludique et non-contraignante pour qu'ils deviennent acteurs de leur santé de façon durable.**

### **L'activité physique modérée comme réponse à la lutte contre la sédentarité**

Depuis les années 1970, la baisse d'activité physique chez les Français n'a cessé de s'accroître et le développement des technologies ces quinze dernières années accentue ce phénomène. Toutes les catégories de population sont touchées, les séniors, les actifs et même les enfants. La sédentarité est considérée comme le quatrième facteur de risque de décès dans le monde selon l'Organisation Mondiale de la Santé.

Aujourd'hui, les études scientifiques prouvent que l'activité physique permet de réduire le risque de maladies cardiovasculaires, de diabète de type 2, d'obésité, de cancers et d'ostéoporose. Classé enjeu prioritaire de santé publique, les pouvoirs publics mettent en place des programmes valorisant l'exercice physique (manger bouger.fr) et, fin 2015, la législation est venue confirmer cette tendance de fond avec le vote de l'amendement « sport sur ordonnance » (dit amendement Fourneyron). Cette mesure devrait permettre aux médecins traitants de prescrire des activités physiques adaptées aux patients souffrant d'affections de longue durée.

### **Dynacare, « préventeur de santé »**

C'est dans ce contexte de lutte contre la sédentarité que la société Dynacare a développé une gamme de programmes **alliant conseils et technologies connectées**. Sa mission : **agir sur les comportements à risque de ses utilisateurs pour promouvoir une santé durable**.

Pour pérenniser l'activité physique de ses utilisateurs – retraité, salarié ou personne atteinte d'une maladie chronique, Dynacare propose **une approche du mouvement ludique, motivante et non-contraignante, adaptée aux problématiques de chacun**.

Ainsi, l'utilisateur augmente ses chances de rester en forme notamment en vieillissant et de baisser sa consommation médicamenteuse.

Les programmes développés par la société sont validés par un Comité scientifique placé sous la présidence de l'IRBMS (Institut de Recherche du Bien-être de la Médecine et du Sport santé) et de son médecin en chef Patrick Bacquaert.

Elle ambitionne ainsi d'offrir une approche de la santé **plus personnalisée et plus préventive, rendue possible par l'utilisation des nouvelles technologies**.

### **La recommandation : 30 minutes d'activité physique par jour, à intensité modérée**



## Dynamoove, un programme complet pour pérenniser l'activité physique



Au moyen d'un capteur d'activités, d'une application mobile et d'une plateforme web communautaire, Dynamoove relance, en 4 étapes, l'activité physique naturelle de l'utilisateur, par des exercices adaptés à son mode de vie et à ses habitudes :

- **Le diagnostic** : la 1<sup>ère</sup> semaine, le capteur enregistre l'activité physique naturelle de l'utilisateur et mesure son niveau de sédentarité. Ces données sont complétées par un questionnaire d'évaluation des facteurs de risque sur l'appli mobile. Au terme des 7 premiers jours, l'utilisateur reçoit par mail son bilan sport santé, validé par un médecin de l'IRBMS. Ce bilan est accompagné d'une recommandation sport santé (pratiques conseillées, pratiques à éviter) et d'un programme d'activité physique personnalisé. Si des points de vigilance ou d'éventuels facteurs de risque ont été détectés, le médecin de l'IRBMS adresse également à l'utilisateur un mail l'invitant à consulter son médecin traitant (21 jours plus tard l'utilisateur reçoit une relance, pour vérifier qu'il a bien consulté son médecin traitant).
- **Des objectifs adaptés, sécurisants et progressifs** : des objectifs hebdomadaires sont préconisés, basés sur une unité de mesure de l'activité physique naturelle, appelée le MOOVE. Ludiques, ils encouragent l'utilisateur à marcher et à bouger toujours plus au quotidien. Le capteur, qui enregistre l'activité physique, indique régulièrement à l'utilisateur son score, et ce qu'il lui reste à faire pour atteindre ses objectifs
- **L'accompagnement** : une plate-forme web communautaire et des coachs, véritables community manager experts du mouvement, dialoguent régulièrement avec l'utilisateur et veillent à stimuler sa motivation.
- **La récompense** : à chaque fois que l'utilisateur atteint ses objectifs, il accumule des Healthy, monnaie virtuelle créée par Dynacare, lui permettant de bénéficier de chèques de réduction auprès des partenaires de Dynacare.

Dynamoove est commercialisé auprès des compagnies d'assurances et mutuelles, des entreprises, des collectivités et des pharmacies.

\* D'après le rapport du Pr Toussaint intitulé « Retrouver sa liberté de mouvement - PNAPS », paru en 2008

### A propos de Dynacare

Créée en juillet 2015 par Freddy Wacheux et Anthony Bacquaert, Dynacare est une société œuvrant dans le secteur de la santé connectée. Basée au sein du pôle d'excellence Eurasanté de Lille, elle compte 11 collaborateurs. Elle propose des programmes d'incitation à l'activité physique pour aider ses utilisateurs à maintenir une qualité de vie le plus longtemps possible et baisser leur éventuelle consommation de médicaments.

Seule start-up de la santé connectée dans les Hauts de France, Dynacare a reçu plusieurs distinctions ces derniers mois : en février 2016 : lauréat LMI Innovation et en décembre 2015 : obtention de la bourse French Tech / BPI

Pour plus d'informations : [www.dynacare.fr](http://www.dynacare.fr)

Suivez-nous :    

### Contacts presse :

Emilie Green  
BPR France  
Tél : 03 66 72 44 78 / 06 88 76 90 11  
E-Mail : [emilie@bprfrance.com](mailto:emilie@bprfrance.com)

Pierre Bethuel  
BPR France  
Tél : 01 83 62 88 10  
E-Mail : [pierre@bprfrance.com](mailto:pierre@bprfrance.com)