

14.06.2019 - 14:11 Uhr

## Sanitas Coach: pour un coeur en bonne santé

Zurich (ots) -

Avec l'appli Sanitas Coach, Sanitas lance une nouveauté: un coaching numérique pour un coeur en bonne santé. Un assistant virtuel intelligent accompagne l'utilisateur avec un programme se consacrant à la tension artérielle, l'exercice, l'alimentation et la relaxation.

L'hypertension touche environ une personne sur quatre en Suisse. Or, de nombreuses personnes ne savent pas forcément qu'elles sont touchées, car l'hypertension artérielle passe bien souvent inaperçue. Le stress, l'exercice physique et l'alimentation ont une grande influence sur la santé cardiaque.

C'est ici que l'appli Sanitas Coach entre en jeu: sa pièce maîtresse est un assistant virtuel intelligent qui accompagne l'utilisateur tout au long du coaching en lui proposant des défis et des objectifs adaptés à ses besoins, réalistes et pouvant facilement être intégrés dans la vie quotidienne. L'utilisateur décide lui-même de la fréquence des défis à relever et des objectifs à atteindre. La durée du coaching n'est pas prédéfinie; la phase intensive dure de quatre à six mois, selon le rythme. De plus, le coach fournit de précieuses informations sur la santé cardiaque.

Coopération fructueuse avec Pathmate

L'appli Sanitas Coach a été développée et lancée en partenariat avec Pathmate. Pathmate a été fondée en 2017 comme spin-off du Center for Digital Health Interventions (C4DHI), une initiative de l'EPF de Zurich et de l'Université de Saint-Gall. La technologie du coach santé numérique s'appuie sur plusieurs années de recherche menées au C4DHI. Diverses publications ont montré les effets positifs de l'utilisation d'un coach virtuel sur le comportement.

L'appli Sanitas Coach est la première partie d'une série de coachings numériques conçus pour promouvoir la santé. Après une phase pilote, d'autres offres numériques viendront compléter l'appli Sanitas Coach avec pour objectif d'encourager les clients à adopter un mode de vie plus sain.

L'appli Sanitas Coach, actuellement disponible uniquement en allemand, peut être téléchargée sur l'App Store et le Google Play Store. Elle est gratuite pour tous les clients de Sanitas.

Contact:

Sanitas Assurance Maladie, Claudia Sebald, responsable Communication  
d'entreprise, téléphone 044 298 63 59, [medien@sanitas.com](mailto:medien@sanitas.com)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100005121/100829198> abgerufen werden.