

PRALIMAP CINECO

Présentation de l'étude

PRALIMAP - CINECO (PRomotion de l'ALIMentation et de l'Activité Physique - Cohorte INES e-Coaching)

Plusieurs études ont montré qu'un surpoids ou une obésité présente à l'adolescence s'accompagne d'une probabilité élevée de perdurer à l'âge adulte. Les interventions de santé publique, et en particulier de promotion de la santé, avec une orientation vers la réduction des inégalités de santé, même si elles sont efficaces à court terme, doivent être également envisagées dans une perspective à moyen terme, intégrant les notions de trajectoire de vie et de construction de la motivation à adopter des comportements préventifs. L'essai PRALIMAP-INÉS (PRomotion de l'ALIMentation et l'Activité Physique - INÉgalités de la Santé) a apporté des arguments en faveur de l'efficacité d'interventions spécifiques à court terme et adaptées aux adolescents. L'importance de l'acquisition de l'autonomie, au moment du passage du statut d'adolescent à celui de jeune adulte, nous incite à proposer à ces jeunes adultes une nouvelle intervention de e-Coaching personnalisé (PRALIMAP-CINECO), permettant de toucher une population nombreuse, éloignée et dispersée, sans contrainte d'horaire et de durée, pour renforcer les compétences d'autorégulation dans les domaines des comportements d'alimentation et d'activité physique.

L'objectif de ce projet est double :

évaluer le devenir de l'impact à l'âge adulte de l'intervention, 5 ans après sa mise en oeuvre chez des élèves en surpoids à 15 ans, et retracer l'évolution des trajectoires de vie depuis l'âge de 15 ans dans leurs dimensions sociales, économiques, éducatives, de santé (en particulier de surpoids)
déterminer l'efficacité d'une intervention e-Coaching en santé utilisant les nouvelles technologies qui favorise les changements de comportements en alimentation et en activité physique chez les jeunes adultes de 20 ans présentant un surpoids ou une obésité, intervention ciblant le développement d'une autorégulation autonome.

Une intervention, essentiellement axée sur le développement de compétences psychosociales générales et spécifiques des conduites alimentaires et des pratiques en activité physique et sur le renforcement de l'autorégulation, dans un essai randomisé, utilisera des outils connectés, le e-Coaching et la coordination des acteurs du système de soins. Elle sera comparée à une intervention témoin orientant vers le système de soins usuels. L'échantillon initial prévu correspond aux adolescents qui étaient éligibles dans l'essai PRALIMAP-INÉS (2113 adolescents). Ils seront invités à un bilan médico et social. Les jeunes adultes présentant un indice de masse corporelle (IMC) supérieur à 25kg/m², avec un pourcentage de masse grasse supérieur à 25% pour les hommes et 33% pour les femmes, se verront proposer soit l'intervention e-Coaching soit une orientation vers le système de soins.