



**HAL**  
open science

## La place des TCC dans les applications mobiles. Une forme de Thérapie Digitale?

Luz Adriana Bustamante, Lucia Romo, Fanny Reder, Geoffrey Kretz

### ► To cite this version:

Luz Adriana Bustamante, Lucia Romo, Fanny Reder, Geoffrey Kretz. La place des TCC dans les applications mobiles. Une forme de Thérapie Digitale?. 47<sup>e</sup> congrès TCC, Dec 2019, Paris, France. hal-04317242

**HAL Id: hal-04317242**

**<https://hal.science/hal-04317242v1>**

Submitted on 1 Dec 2023

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Public Domain

# La place des TCC dans les applications mobiles. Une forme de Thérapie Digitale?

Adriana BUSTAMANTE<sup>a</sup>, Lucia ROMO<sup>b</sup>, Geoffrey KRETZ<sup>c</sup>, Fanny REDER<sup>d</sup>

## INTRODUCTION

Grâce à l'évolution des nouvelles technologies, les applications mobiles paraissent un moyen prometteur d'accès aux soins et de transposition de plusieurs principes thérapeutiques. Elles souhaitent devenir une forme de "Thérapie Digitale" et non seulement un outil thérapeutique pour le traitement des différentes pathologies ou l'amélioration d'un état de bien-être<sup>1</sup>.

Pour le sevrage tabagique, plusieurs applications sont proposées au public sur leur smartphone<sup>1</sup>.

Identifier le contenu thérapeutique de cet outil est indispensable pour faire l'état de l'art de la qualité des services proposés, pour communiquer la spécificité d'une intervention et donc pour évaluer clairement l'impact de l'intégration des recommandations futures<sup>2</sup>.

À ce jour, nous n'avons pas de connaissances sur le contenu des applications mobiles mises sur le marché français.

## OBJECTIF

Décrire les ingrédients actifs des applications mobiles actuelles pour le sevrage tabagique en France; par le biais de la taxonomie des techniques TCC<sup>3</sup> pour le traitement du sevrage tabagique et les recommandations « WIDER » pour la présentation des résultats<sup>4</sup>.

## MÉTHODOLOGIE

Identification des applications mobiles sur Google Play et l'App Store de France. Mots clés utilisés :

Arrêter de fumer



Tabac/Stop tabac



Sevrage tabagique



Sélection des applications mobiles pour l'étude en fonction de :

La date de la dernière mise à jour

2016

L'avis des utilisateurs (min 4 sur 5)

★★★★☆

La langue proposée

FR

Un total de

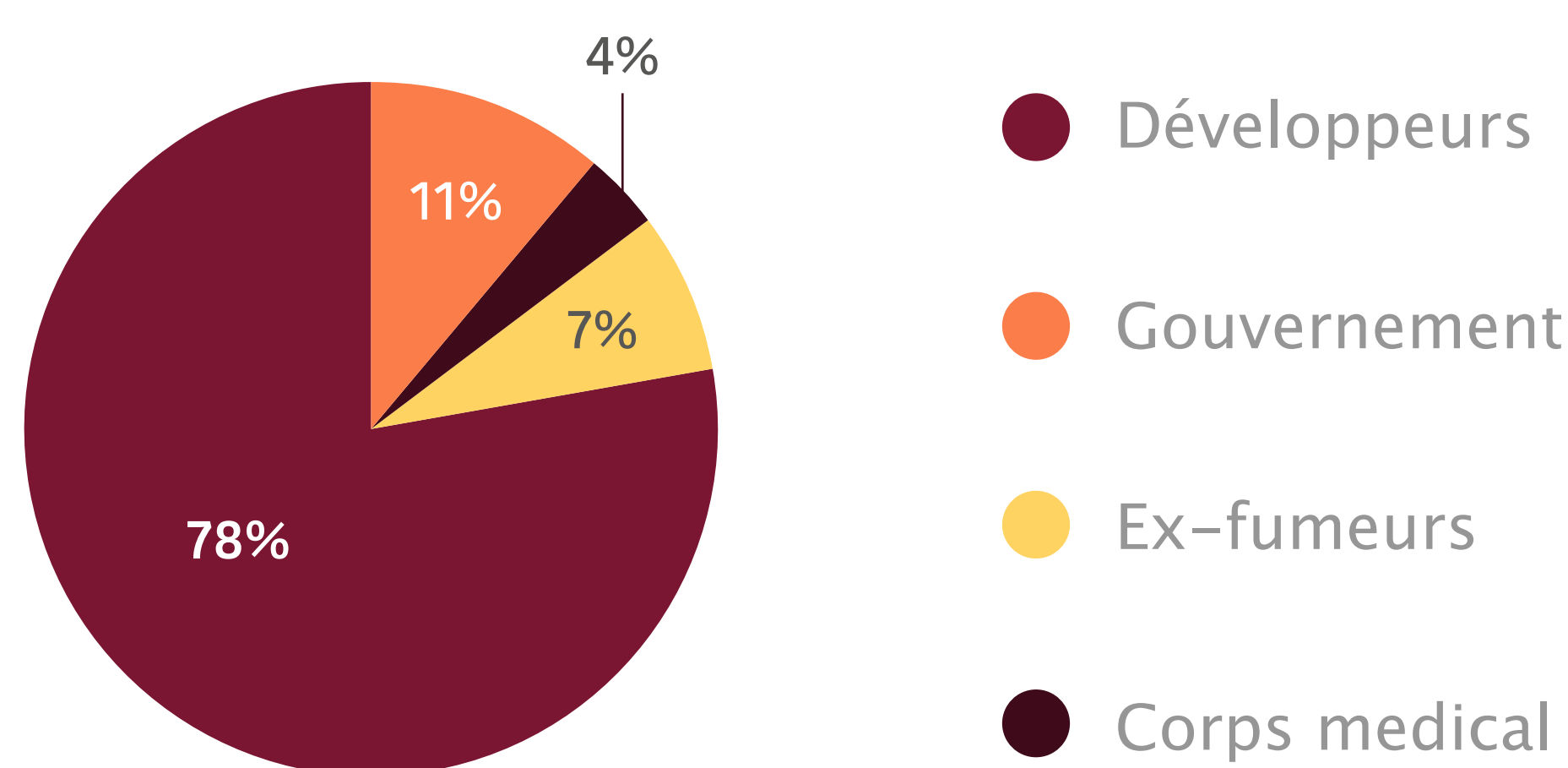
27

Applications évaluées

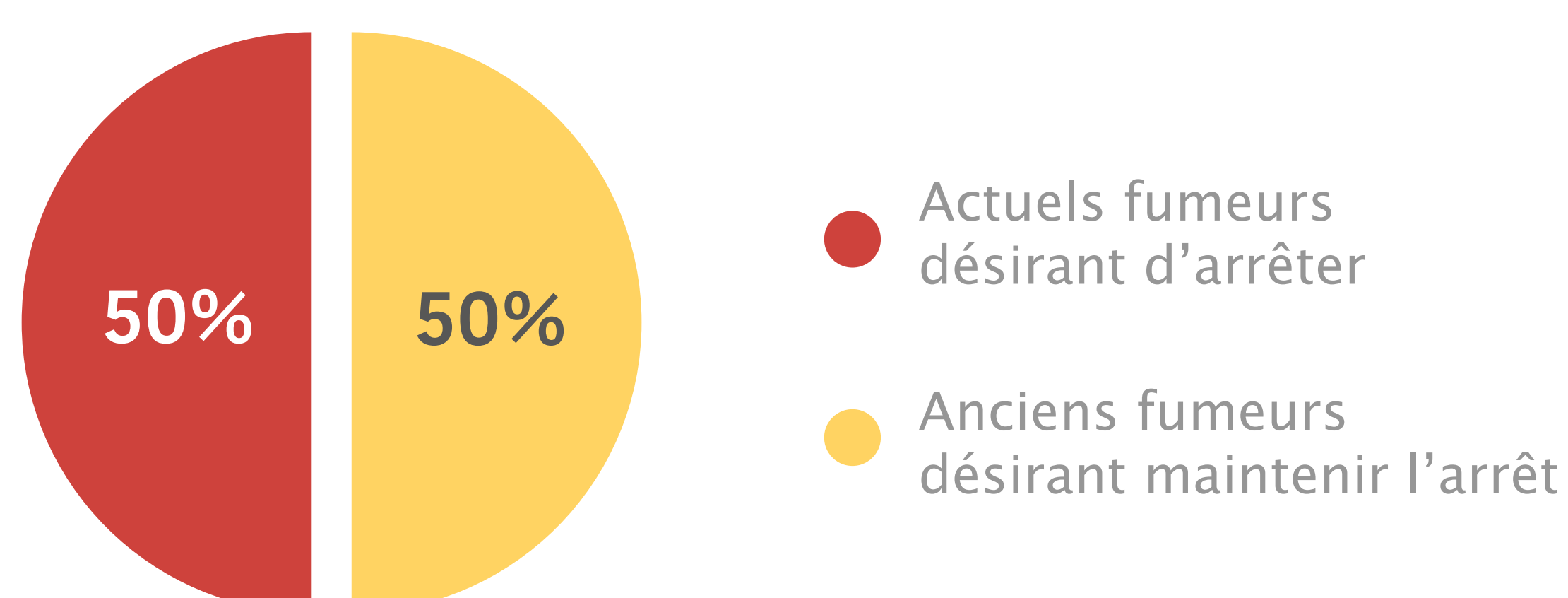
20 Google Play, 7 App Store

## RÉSULTATS

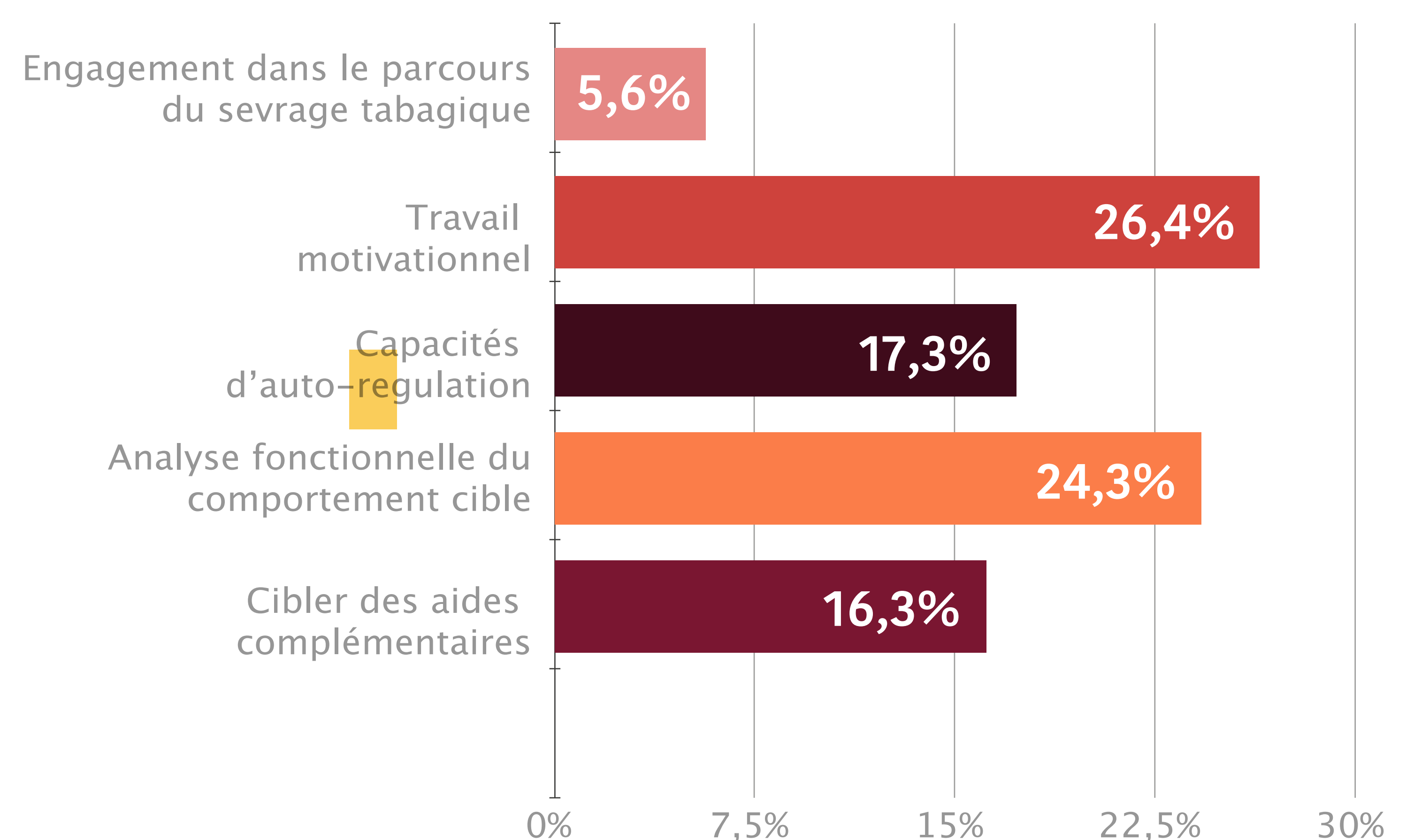
Qui propose ces 32 applications ?



Public visé par les applications ?



Dans quelle proportion les applications retenues intègrent les techniques d'une thérapie TCC pour le sevrage tabagique ?



Le nombre des techniques TCC variait de 0 à 32 par application sur 43 techniques possibles ( $\bar{x} = 8.42$ ;  $SD = 9.96$ ).

6 apps utilisaient entre 17 et 32 techniques  
21 apps utilisaient entre 0 et 16 techniques

## DISCUSSION ET CONCLUSIONS

Bien que la plupart des applications mobiles visent plusieurs aspects de la thérapie, la marge d'amélioration reste importante avant de parler proprement de « thérapie digitale ».

À titre comparatif, le nombre des techniques TCC variait entre 7 et 37 ( $\bar{x} = 22.1$ ;  $SD = 6.9$ ) dans les manuels proposés par le gouvernement anglais pour le traitement du sevrage tabagique<sup>3</sup>.

Nous avons un premier aperçu des techniques TCC utilisées par les applications mobiles proposées en France pour le traitement du sevrage tabagique.

En outre, la technologie a un caractère dynamique avec des mises à jour régulières; par conséquent, ce type d'étude doit être actualisé périodiquement<sup>3</sup>.

1. Pagoto, S., & Bennett, G. G. (2013). How behavioral science can advance digital health. *Translational Behavioral Medicine*, 3(3), 271-276.  
2. Nouri, R., R Niakan Kalhori, S., Ghazisaeedi, M., Marchand, G., & Yasini, M. (2018). Criteria for assessing the quality of mHealth apps: a systematic review. *Journal of the American Medical Informatics Association*, 25(8), 1089-1098.  
3. West, R., Walia, A., Hyder, N., Shahab, L., & Michie, S. (2010). Behavior change techniques used by the English Stop Smoking Services and their associations with short-term quit outcomes. *Nicotine & Tobacco Research*, 12(7), 742-747.  
4. Abraham, C., Johnson, B. T., De Bruin, M., & Luszczynska, A. (2014). Enhancing reporting of behavior change intervention evaluations. *JAIDS Journal of Acquired Immune Deficiency Syndromes*, 66, S293-S299.

a. Doctorante en Psychologie, subventionnée par l'ANRT en Thèse CIFRE. Convention avec le Laboratoire Clinique Psychanalyse et Développement (CLPSYD - EA4430), le Laboratoire de Psychologie de Cognitions (LPC - EA4440) et la société Kwit. Auteur de correspondance - labustamante@unistra.fr  
b. Professeur pour l'Université de Paris-Nanterre au Laboratoire Psychanalyse et Développement (CLPSYD - EA4430) et GHU Paris Psychiatrie et Neurosciences.  
c. CEO Kwit SAS - geoffrey@kwit.app  
d. Maître de conférences pour l'Université de Strasbourg au Laboratoire de Psychologie des Cognitions (LPC - EA4440)