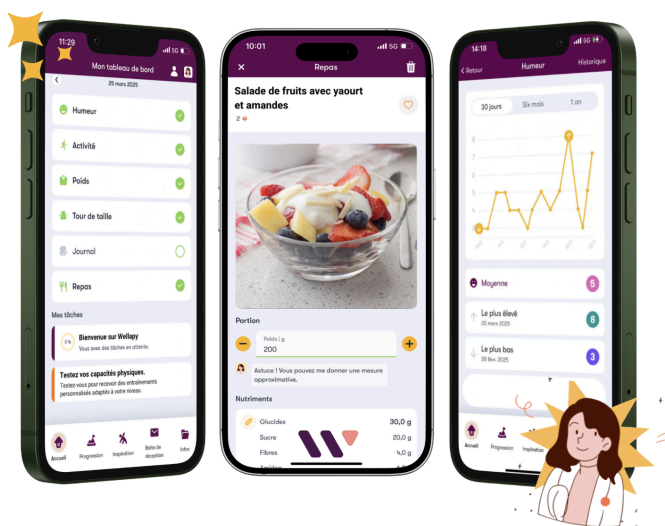


GUIDE DE PRESCRIPTION

À DESTINATION DES PRESCRIPTEURS

Wellapy



Important!
A lire attentivement avant utilisation.
Conserver pour référence future. Mode d'emploi Version : FR-1.0.0



Lifeness AS
Vestregata 33
9008 Tromsø
Norvège





TABLES DES MATIÈRES

TABLES DES MATIÈRES.....	2
En un coup d’œil.....	3
Thérapie numérique pour la prise en charge de l'obésité.....	4
PRÉSENTATION.....	4
Validé cliniquement (ECR) :.....	4
Base scientifique :.....	5
Certifications :.....	6
COMMENT CELA FONCTIONNE ?.....	6
INDICATIONS & PRESCRIPTION.....	7
Critères d'éligibilité :.....	7
Contre-indications :.....	7
Profil des patients particulièrement adaptés.....	7
Prescrire en 3 étapes.....	8
Coût pour le patient.....	8
CONTENU DU PROGRAMME (12 mois).....	9
PARCOURS DE SOINS.....	10
Suivi et renouvellement.....	10
BÉNÉFICES CLINIQUES.....	11
Informations Pratiques.....	12



En un coup d'oeil

Wellapy est un **Dispositif Médical Numérique (CE classe I)** pour la prise en charge de l'obésité, proposant un programme structuré de 12 mois basé sur la **Thérapie Cognitivo-Comportementale (TCC)**, la nutrition et l'activité physique, via une application mobile.

Points clés :

- **Indications** : Patients avec un IMC de 30,0 à 39,9 kg/m² et âgés de 18 ans et plus.
- **Contre-indications** : Grossesse, obésité secondaire, hypothyroïdie non contrôlée et absence de motivation.
- **Prescription** : Se fait en 3 étapes via la plateforme **AppThera** (pro.appthera.fr), avec une prescription initiale de 3 mois.
- **Suivi** : Consultation de suivi recommandée tous les 3 mois. Le prescripteur accède aux données d'engagement et au feedback du patient via AppThera pour le renouvellement.
- **Coût : Gratuit** pour le patient en attente de remboursement.
- **Bénéfices** : Accompagnement quotidien (7j/7) pour le patient et un gain de temps médical pour le prescripteur grâce à l'autonomie renforcée du patient sur le suivi.

Important : Wellapy est un outil de soutien clinique et non un substitut aux soins médicaux.



Thérapie numérique pour la prise en charge de l'obésité

PRÉSENTATION

Wellapy est un Dispositif Médical Numérique (CE classe I) pour la prise en charge de l'obésité. Il propose un programme structuré de 12 mois basé sur la thérapie nutritionnelle, l'activité physique et le soutien comportemental via une application mobile.

Validé cliniquement (ECR)¹ :

Wellapy est un dispositif dont l'efficacité est soutenue par deux essais cliniques rigoureux (essais randomisés contrôlés).

L'étude [Smart Nutrition](#) et l'étude [Moose](#) dont les premiers résultats intermédiaires indiquent une perte de poids et une réduction de l'IMC plus importantes dans le groupe Wellapy comparativement au groupe contrôle. Il y a eu aussi une étude prospective sur une ancienne version de l'app, l'étude [Mobile Health](#).

¹ Référence: 1. Isaksen Aukan M, Larsen MA, Melan TI, Salvesen ØO, et al. Beyond weight loss: digital therapeutic for behavioral change and psychological well-being for individuals with overweight and obesity in a primary healthcare setting—A randomized controlled pilot study. *Frontiers in Digital Health*. 2025 Sep 16; Volume 7: Article 1671649. doi:10.3389/fdgth.2025.1671649; 2. Wellapy DTx Effectively Supports Healthy Weight Loss. Late-Breaking Poster abstract in *Obesity Facts* 2025; 18(Suppl. 1):657 (Abstract No. 000545968). Présenté dans la session de posters du congrès Obesity Facts; l'abstract rapporte que l'application digitale Wellapy (DTx) soutient efficacement une perte de poids saine; 3. Larsen MA, Goll R, Florholmen J. A novel mobile-health platform improves weight-loss outcomes — follow-up for 6 months of individuals with obesity. Poster présenté (Wellapy / M-health pilot study), UiT The Arctic University of Norway; 2025.



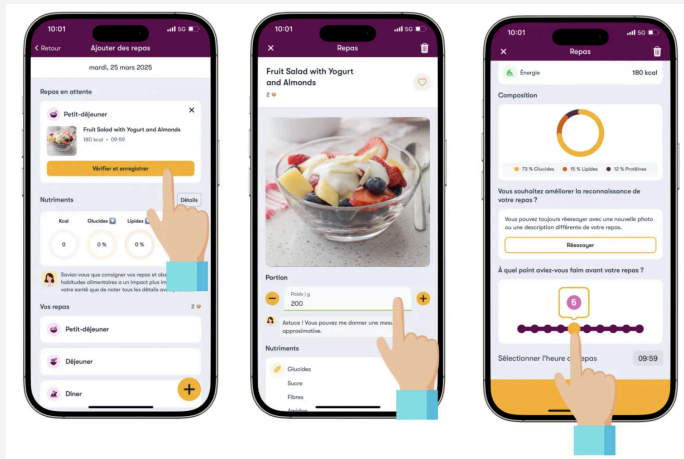
- Améliorations significatives du tour de taille, des habitudes alimentaires et de la qualité de vie
- Jusqu'à 5 fois plus efficace pour la perte de poids par rapport à un suivi standard
- Les patients présentent une probabilité accrue de réduire leur catégorie d'IMC (jusqu'à 5 fois plus) et d'améliorer leur bien-être (jusqu'à 9 fois plus)

Base scientifique :

La thérapie numérique est conçue par des médecins et professionnels de santé, elle vise à renforcer la prise en charge actuelle en complément des pratiques existantes.

La thérapie prend en compte les différents aspects de la prise en charge de l'obésité

- Modifications des habitudes de vie (soutenue par la TCC)
- Education thérapeutique du patient
- Nutrition
- Activité physique adaptée



Certifications :

- Dispositif médical CE classe I
- ISO/IEC 27001:2023 (Note A sécurité données)
- Conformité RGPD stricte
- Conforme aux recommandations HAS
- Hébergement données de santé sécurisé

COMMENT CELA FONCTIONNE ?

Wellapy aide les patients à adopter de meilleures habitudes de vie : la thérapie numérique les guide dans la nutrition, l'activité physique et le changement comportemental, dans un cadre bienveillant et non stigmatisant.

- Thérapie numérique complémentaire aux consultations
- Modules éducatifs, analyse des repas, activité physique, habitudes de vie, sommeil et gestion du stress avec feedback personnalisé.



- Conçu pour les patients en situation d'obésité dans différents contextes de soins : soins primaires, centres spécialisés, ou parcours de chirurgie bariatrique.

INDICATIONS & PRESCRIPTION

Critères d'éligibilité :

- ✓ IMC 30,0 - 39,9 kg/m²
- ✓ Âge ≥ 18 ans
- ✓ Capacités pour suivi autonome via application
- ✓ Possession smartphone (iOS/Android)

Contre-indications :

- ✗ Grossesse
- ✗ Obésité secondaire (Cushing, Prader-Willi, hypogonadisme)
- ✗ Hypothyroïdie non contrôlée
- ✗ Absence de motivation pour changement mode de vie

Profil des patients particulièrement adaptés

Wellapy est conçu pour des patients de la vie réelle, y compris ceux présentant une alimentation émotionnelle ou des comportements liés au stress.

Il est particulièrement adapté aux patients qui :

- sont en **phase de transition** (motivés mais en difficulté avec la régularité).
- ont déjà tenté des changements de mode de vie sans succès durable.
- ont besoin de **structure, de compréhension et de suivi.**



- peuvent être en train de commencer, de reprendre ou de stabiliser un traitement.

Il est efficace :

- **avant ou en complément d'un traitement médicamenteux.**
- **après une perte de poids initiale** (pour soutenir le maintien).
- avant ou après une chirurgie bariatrique.

Prescrire en 3 étapes

1. **Évaluation patient** : Vérifier critères d'éligibilité + contre-indications.
2. **Prescription via AppThera** : → pro.appthera.fr → Sélectionner "Wellapy" → Générer ordonnance en 1 clic.
3. **Activation automatique** : Lien téléchargement + code d'activation envoyés au patient. Code valide 90 jours (renouvelable jusqu'à 1 an).



Coût pour le patient

Gratuit - Mise à disposition par le fabricant dans l'attente du remboursement.



CONTENU DU PROGRAMME (12 mois)

Nutrition

- Enregistrement des repas avec module photo IA : reconnaissance des aliments et analyse nutritionnelle instantanée.
- Suivi nutritionnel précis (macronutriments, équilibre alimentaire).
- Échelles faim/satiété pour développer les signaux corporels.
- Contenu éducatif

Activité Physique

- Programmes d'exercices personnalisés et séances guidées.
- Adaptation selon les capacités, le matériel, et le temps disponible.
- Tracker d'activité (y compris avec montres connectées et smartphones).

Soutien Comportemental (TCC)

- Modules d'apprentissage structurés (14 jours/module).
- Suivi quotidien : poids, tour de taille, humeur, activité.
- Objectifs SMART hebdomadaires et long terme avec revue et ajustements hebdomadaires.



Outils d'Accompagnement

- Chatbot Livy pour questions quotidiennes.
- Messagerie sécurisée avec équipe Wellapy.
- Support technique français

PARCOURS DE SOINS

- **Prescription initiale : 3 mois** (phase intensive de changement comportemental et d'éducation).
- Objectifs : Identifier patients éligibles, initier un accompagnement structuré et documenter le plan de traitement global.

Suivi et renouvellement

- Consultation de suivi recommandée : tous les 3 mois.
- **À 3 mois** : Évaluation pour renouvellement selon évolution clinique, engagement et bénéfices observés.
- Données accessibles au prescripteur (via AppThera) : Initiation de la thérapie, Feedback patient (note /5) et Rapport d'utilisation (à sa demande).



BÉNÉFICES CLINIQUES

Pour vos patients

- **Autonomie renforcée** : Accompagnement continu entre les consultations (7j/7)
- **Approche holistique** : Prise en charge complète (nutrition + activité + comportement).
- **Engagement durable** : 87,5% des patients rapportent une motivation accrue.²

Pour votre pratique

- **Gain de temps médical** : Réduction de la charge d'éducation thérapeutique, le patient étant autonome sur le suivi quotidien.
- **Efficacité démontrée** : Données probantes sur l'amélioration du poids, de l'IMC et qualité de vie.
- **Intégration simple** : Prescription en 1 clic via AppThera.

Wellapy n'est pas un substitut aux soins médicaux. C'est un outil de soutien clinique qui aide les patients à rester engagés et à atteindre leurs objectifs de traitement, et qui aide les médecins à maintenir la continuité dans une condition chronique complexe.

² <https://wellapy.eu/fr/studies>



Informations Pratiques

- **Support Prescripteurs** : pro@appthera.fr / pro.appthera.fr
- **Support Patients** : contact@wellapy.eu / wellapy.eu/support
- **Documentation scientifique et Notice d'utilisation** :
wellapy.eu/studies / wellapy.eu

Dispositif médical marqué CE classe I

© 2026 Wellapy - Lifeness AS

Document à usage des professionnels de santé