

Application Oviva Version 4

Manuel de l'utilisateur



1	Description du produit	2
1.1	Utilisation prévue	2
1.2	Indication d'utilisation	2
1.3	À qui s'adresse l'application Oviva ?	2
2	Contre-indications	3
3	Mises en garde	3
4	Précautions d'emploi	4
5	Instructions concernant le produit	4
5.1	Connexion à votre application Oviva	4
5.2	Enregistrer une donnée	6
	<i>Aliments</i>	8
	<i>Poids corporel</i>	9
	<i>Activités</i>	9
	<i>Glycémie</i>	10
	<i>Symptômes</i>	10
	<i>Humeur</i>	10
	<i>Pression artérielle</i>	10
	<i>Fluides</i>	11
	<i>Tour de taille</i>	11
	<i>Selles</i>	11
5.3	Journal	12
	<i>Tâches</i>	12
	<i>Journal quotidien</i>	14
5.4	Chat	15
5.5	Éducatifs	16
5.6	Mon profil	17
	<i>Photo de profil</i>	17
	<i>Devise</i>	17
	<i>Résumé hebdomadaire</i>	17
	<i>Suggestions de régime</i>	18
	<i>Graphiques</i>	18
	<i>Paramètres</i>	19
6	Informations complémentaires	19
6.1	Aide & Support	19
6.2	Plateformes prises en charge	19
6.3	Environnement d'utilisation	20
6.4	Glossaire des symboles	20
6.5	Informations sur la sécurité et les réglementations	20



Veuillez lire attentivement ce manuel avant de commencer à utiliser l'application Oviva.

1. Description du produit

1.1 Utilisation prévue

L'application Oviva s'utilise dans le cadre de prises en charge diététiques, avec des programmes thérapeutiques aidant les patients à modifier leur régime alimentaire et leur style de vie afin d'améliorer leur état de santé, de réduire le poids de leur maladie et d'obtenir des résultats cliniques bénéfiques.

1.2 Indication d'utilisation

Patients présentant des diagnostics tels que surnutrition et sous-nutrition, maladies endocriniennes et métaboliques, allergies et intolérances alimentaires, ou maladies digestives et oncologiques.

1.3 À qui s'adresse l'application Oviva ?

L'application Oviva est destinée à une population de patients :

- ayant reçu un diagnostic d'affection liée au régime alimentaire : sur et sous-nutrition, maladies endocriniennes et métaboliques, allergies et intolérances alimentaires, troubles gastro-entérologiques et maladies oncologiques ;
- âgés de 18 ans et plus, ou sous surveillance parentale ;
- sous la supervision d'un médecin ou de tout autre professionnel de santé ;
- présentant les capacités et la motivation requises pour apporter des changements à leur alimentation et à leur style de vie en concertation avec un professionnel de santé Oviva ;
- ayant accès à un smartphone et aux applications de smartphone, et sachant les utiliser.

2. Contre-indications

Il n'existe pas de contre-indication connue à l'utilisation de l'application Oviva.

3. Mises en garde

- L'application Oviva est un dispositif médical approuvé, utilisé en soutien du traitement de pathologies liées à l'alimentation ; elle ne peut cependant pas se substituer aux consultations chez votre médecin/équipe de soins.
- L'application Oviva ne propose pas d'interprétation et n'établit pas de décision sur les données qu'elle contient, pas plus qu'elle n'est destinée à produire des décisions thérapeutiques automatisées ou à être utilisée en substitution de l'avis d'un professionnel.
- Tous les diagnostics et les traitements médicaux doivent être soumis à la surveillance et à la supervision d'un prestataire de soins de santé compétent.
- Veuillez consulter un médecin en cas de problème, d'inquiétude ou de situation particulière concernant votre santé. Ne différez jamais ni ne négligez la prise d'un avis médical sur la base des informations de l'application Oviva.
- Si vous présentez un risque quelconque ou si votre état nécessite des soins urgents, contactez le service des urgences.
- Les suggestions de régime alimentaire fournies par l'appli sont automatisées et ne tiennent pas compte des éventuelles intolérances, allergies ou régimes spécifiques tels que végétalien, végétarien ou autres. En cas de doute, consultez toujours votre professionnel de santé en premier lieu.
- Informez votre professionnel de la santé de tout changement de médicaments ou de tout diagnostic concernant une nouvelle pathologie.

4. Précautions d'emploi

- Informez votre professionnel de santé Oviva de toutes vos allergies et intolérances alimentaires.
- Votre compte Oviva est personnel et ne doit pas être partagé avec d'autres utilisateurs.
- Veillez à mettre à jour l'application Oviva afin de toujours bénéficier de la dernière version. Oviva vous recommande de configurer votre smartphone afin que les mises à jour de l'application soient installées automatiquement.
- L'application Oviva ne doit pas être utilisée sur des dispositifs rootés ni sur des smartphones débridés.
- Veillez à saisir des données correctes dans l'application Oviva chaque fois que cela vous est demandé.

5. Instructions concernant le produit

5.1 Connexion à votre application Oviva

L'application Oviva est exclusivement réservée aux utilisateurs d'Oviva ; en conséquence, elle n'est pas accessible au grand public.

Vos informations de connexion vous seront envoyées par email ou par SMS, dès que vous serez référencé(e) chez Oviva et que votre compte aura été créé.

Étape 1: Télécharger l'application Oviva



Installez l'application depuis [l'App Store](#) ou [Google Play](#).

Étape 2a: Se connecter en utilisant votre email :

Vous recevrez un email d'Oviva comportant votre mot de passe de connexion.

Après réception de cet email :

- Appuyez sur la touche "Login via e-mail";
- Saisissez votre adresse mail et votre mot de passe ;
- Appuyez sur la touche "Connexion" ;
- Vous devriez alors être connecté(e) à l'application .

Si vous oubliez votre mot de passe :

- Appuyez sur la touche "Mot de passe oublié" ;
- Saisissez votre adresse électronique puis appuyez sur la touche "Envoyer" ;
- Si l'adresse électronique saisie existe dans notre système, vous recevrez un email de notre part pour réinitialiser votre mot de passe ;
- Dans l'email - cliquez sur le lien pour modifier votre mot de passe ;
- Entrez deux fois le nouveau mot de passe, puis appuyez sur "Confirmer".

Étape 2b: Se connecter en utilisant le numéro de téléphone portable

- Appuyez sur la touche "Login via numéro de portable" ;
- Sélectionnez votre pays ;
- Saisissez votre numéro de portable et votre date de naissance ;
- Appuyez sur la touche "Vérifier" ;
- Si le numéro de mobile et la date de naissance que vous avez saisis sont reconnus dans notre système, vous recevrez un SMS comportant un code de vérification ;
- Saisissez le code de vérification et appuyez sur la touche "Confirmer" ;
- Vous devriez alors être connecté(e) à l'application.

Étape 3: Accepter les Termes & Conditions et la Politique de confidentialité

Pour pouvoir utiliser l'application Oviva, vous devrez accepter les Termes & Conditions ainsi que la Politique de confidentialité ; la dernière version est disponible sur notre site Internet <https://oviva.com>.

5.2 Enregistrer une donnée

Vous pouvez enregistrer différents types de données dans l'application Oviva, tels que les aliments, votre poids corporel, votre niveau d'activité, votre humeur, et bien plus encore (voir ci-dessous). Vous pouvez visualiser vos données dans votre journal et dans la fenêtre 'Moi' (Mon profil) afin d'observer vos tendances, vos profils et vos progrès.

Votre professionnel de santé peut accéder à toutes vos données, ce qui lui permet de vous dispenser des conseils et un soutien personnalisés.

Note importante

Vous ne pouvez enregistrer des données que lorsque vous êtes connecté(e) à Internet.

5. Instructions concernant le produit - Enregistrer une donnée

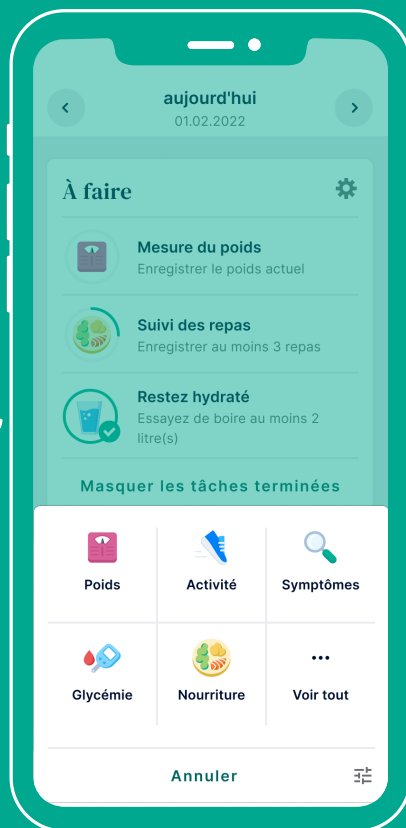


1. Pour enregistrer une nouvelle donnée, appuyez sur le bouton Plus (+) dans la barre de navigation du bas.
2. Un menu apparaîtra, dans lequel vous pourrez sélectionner le type de donnée que vous souhaitez enregistrer.

1.



2.





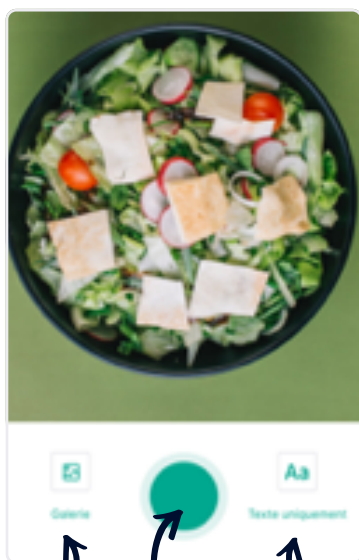
Aliments

Plus vous enregistrez de repas & collations, meilleur sera le retour pouvant être fourni par votre professionnel de santé. Vous pouvez garder une trace de vos repas en :

1. Prenant une photo dans l'application Oviva
2. Téléchargeant une photo depuis votre galerie en appuyant sur le bouton "Galerie"
3. Les décrivant sous forme de texte en cliquant sur "Texte uniquement".

Lorsque vous insérez une photo de vos plats (option recommandée), vous pouvez également ajouter une note pour décrire ce que vous avez mangé en appuyant sur "Ajouter un commentaire".

Si vous téléchargez une photo depuis votre galerie ou décrivez votre repas dans un texte uniquement, vous pouvez sélectionner la date et l'heure à laquelle vous avez pris votre repas en appuyant sur "Select a date" (Sélectionner une date), de sorte que la donnée reflète le moment où vous avez réellement mangé.



2.

1.

3.

← Enregistrer l'alimentation ✓

Sélectionner une date

aujourd'hui ▼ à 12:30 ▼

Description du repas

Salade avec tomates |

Sélectionner les catégories

Pain Pâtes Riz

Pommes-de-terres Salade

Reconnaissance automatique des aliments et utilisation des étiquettes alimentaires

L'application Oviva reconnaît automatiquement les aliments que vous avez dans votre assiette et propose les étiquettes alimentaires correspondantes. Si l'application n'a pas reconnu les étiquettes alimentaires appropriées, il suffit de cliquer sur le bouton "Ajouter des aliments" pour voir toutes les étiquettes alimentaires disponibles, organisées par catégorie. Dans l'écran d'ajout d'aliments, vous pouvez sélectionner et désélectionner des étiquettes en les touchant. Lorsque vous êtes satisfait de votre sélection, il vous suffit de cliquer sur "Ajouter" pour revenir à l'écran précédent et enregistrer vos aliments.

Les étiquettes alimentaires sont un élément important de l'application Oviva, car elles vous permettent d'obtenir les meilleurs conseils possibles de la part de votre diététicien(ne) et de notre fonction de suggestions de régime.





Poids corporel

Même si la perte/prise de poids n'est pas votre priorité, il peut néanmoins s'avérer utile d'en effectuer un suivi et de rester informé(e) de votre poids et de votre état de santé. Nous vous recommandons d'enregistrer votre poids une fois par semaine. Vous pouvez modifier l'unité (kg, livre ou stone) dans les paramètres.



Activités

Après avoir sélectionné une activité (faites défiler la liste ou saisissez son nom), saisissez la durée en heures et minutes.

Vous pouvez suivre vos progrès en synchronisant l'application Oviva avec Apple Health, Google Fit, ou une montre connectée Fitbit si vous en avez une. Allez à la rubrique "Moi" (Mon profil) et appuyez sur l'icône paramètres figurant en haut à gauche.



Glycémie

Si vous avez reçu un diagnostic de diabète et avez besoin de contrôler vos taux de glycémie, vous pouvez tenir un relevé dans l'application. Cela permettra à votre professionnel de santé de comprendre comment vous gérez votre maladie et de vous aider à gérer toutes mesures élevées ou basses.

Pensez à informer votre professionnel de santé de tous changements apportés à vos traitements ou si vous recevez un diagnostic de toute nouvelle affection médicale.



Symptômes

Si vous présentez des symptômes gastro-intestinaux (estomac), vous pouvez les enregistrer dans l'application afin que votre professionnel de santé puisse vous aider.

Vous pouvez noter la sévérité d'un symptôme de 0 (pas de symptôme) à 10 (symptôme sévère).



Humeur

Vous pouvez enregistrer votre humeur et comment vous vous sentez. Cela peut vous aider à mieux prendre conscience des fluctuations de votre humeur tout au long de la journée ou de la semaine, ainsi que de la manière dont cela peut impacter votre comportement.



Pression artérielle

Pour effectuer le suivi de votre santé cardiovasculaire, vous pouvez enregistrer votre pression artérielle systolique et diastolique.



Fluides

Vous pouvez suivre votre degré d'hydratation en enregistrant une donnée à chaque fois que vous buvez. Vous pouvez spécifier le volume et le type de liquide (eau, café, jus, etc.) consommé.



Tour de taille

Parallèlement à votre poids, l'enregistrement de votre tour de taille représente également une bonne méthode pour suivre vos progrès, en particulier si vous essayez de perdre de la graisse abdominale (surplus de poids autour de votre taille).



Selles

Vos selles constituent un indicateur utile de votre santé gastro-intestinale. Vous pouvez enregistrer leur type en utilisant l'échelle de Bristol incluse dans l'application.

5.3 Journal

Dans la rubrique “Journal”, vous pouvez visualiser vos tâches actives du jour, ainsi que l’ensemble de vos données. Vous pouvez revenir en arrière et revoir les jours précédents en utilisant les flèches situées en haut de la page.

Tâches



Tâches

Dans la rubrique “À faire”, vous pouvez voir toutes les tâches actives du jour. À gauche figure un indicateur de progrès (cercle) qui montre vos progrès par rapport aux tâches. Il sera remplacé par une coche lorsqu’une tâche sera effectuée. La sélection d’une tâche vous dirigera sur la fonction associée afin que vous puissiez effectuer l’action.

Créer une tâche

Vous pouvez ajouter une nouvelle tâche en appuyant sur la touche (roue dentée) située en haut à droite de la carte des Tâches. Vous verrez apparaître une liste de tâches potentielles que vous pouvez commencer. Sélectionnez celles qui correspondent à vos objectifs et suivez les étapes pour fixer votre objectif quotidien et le jour d'activation de la tâche, et ajoutez des rappels.

Modifier une tâche

Vous pouvez modifier une tâche existante en appuyant sur la touche située en haut à droite de la carte des Tâches (roue dentée). Vous verrez apparaître une liste de vos tâches actives. Recherchez celle que vous souhaitez modifier et appuyez dessus. Mettez à jour les éléments que vous souhaitez modifier ("jours actifs", "rappels", "objectifs") et appuyez sur enregistrer. Les modifications seront appliquées le jour même (mais non rétrospectivement).

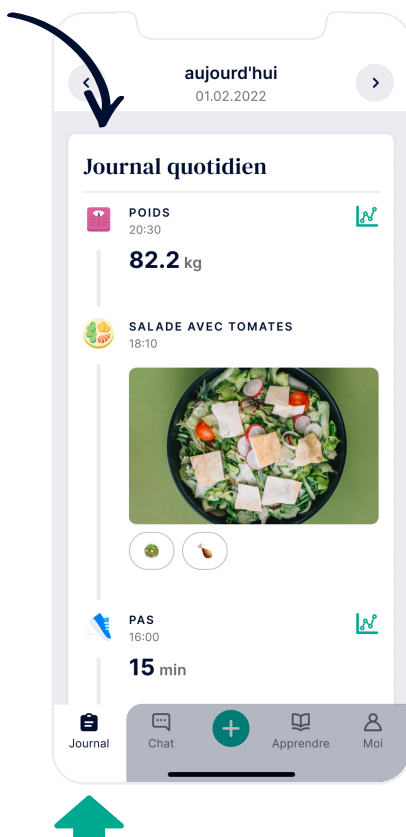
Supprimer une tâche

Vous pouvez supprimer une tâche existante en appuyant sur la touche située en haut à droite de la carte des Tâches (roue dentée). Vous verrez apparaître une liste de toutes vos tâches actives. Recherchez celle que vous souhaitez supprimer et appuyez dessus. Vous pouvez ensuite appuyer sur la touche "Supprimer" pour la retirer. Elle sera supprimée le jour même (mais non rétrospectivement).

Journal quotidien

Dans la rubrique “Journal quotidien”, vous pouvez visualiser toutes vos données du jour, présentées par ordre chronologique, en commençant par la plus récente. En appuyant sur une donnée, vous pouvez la modifier/supprimer ou accéder au graphique pour voir vos progrès au fil du temps.

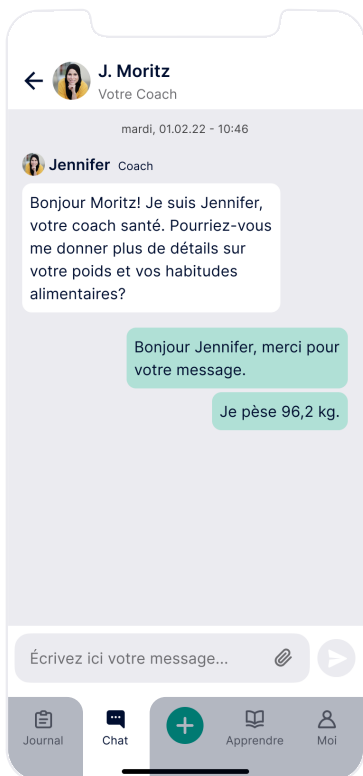
Journal
quotidien



5.4 Chat

Dans cette rubrique de l'application, vous pouvez discuter avec votre professionnel de santé et avec d'autres patients (uniquement si vous faites partie d'un groupe de discussion dans le cadre de votre programme). Si vous ne faites pas partie d'un groupe, vous n'aurez accès qu'à la discussion avec votre professionnel de santé. Si vous faites partie d'un groupe, vous verrez apparaître une liste de toutes vos discussions.

Dans une discussion, vous pouvez envoyer des messages et des images directement à votre professionnel de santé ou au groupe ; vous pouvez également voir leurs réponses, leurs conseils et leurs commentaires.



Utilisez le chat pour :

- Poser des questions
- Partager vos réussites et vos difficultés
- Obtenir soutien et motivation de votre professionnel de santé

Astuce

Vous pouvez répondre directement à un message par un appui prolongé ou en le faisant glisser sur la droite.

Note

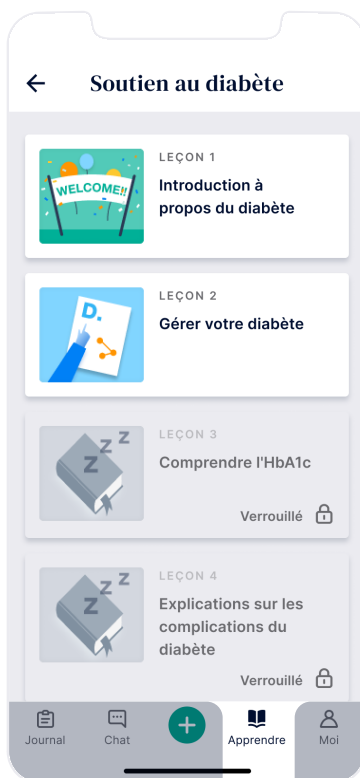
Pensez à NE PAS envoyer de questions cliniques urgentes ou de changement de rendez-vous de dernière minute via l'application, car votre professionnel de santé ne la consulte peut-être pas tous les jours. Si vous avez besoin d'une aide urgente ou si vous présentez un risque, contactez le service des urgences.

5.5 Éducatifs

Pour votre programme, il existe des matériels de support et des contenus sur l'apprentissage Oviva que vous pourrez parcourir au cours du programme en appuyant sur la touche "Apprendre".

Un programme est un cours structuré composé de différents modules. Pour accéder au contenu, cliquez sur le bouton "Apprendre" et sélectionnez votre module. Vous pouvez naviguer à travers ce programme en utilisant les touches "Suivant" et "Précédent".

Le contenu peut être constitué de différents éléments, tels que des articles, des vidéos, des podcasts et des quizz.



5.5 Mon profil

La rubrique “Moi” (Mon profil) se rapporte à vous.

Vous pouvez ajouter une devise personnelle ou une photo de profil, et accéder aux paramètres pour personnaliser votre expérience.

Vous pouvez également visualiser les graphiques reflétant vos progrès ; si votre professionnel de santé a soumis des suggestions de régime alimentaire, vous les verrez apparaître dans cette rubrique.



Photo de profil

Pour mettre à jour votre photo de profil, appuyez sur l'image en haut de l'écran ; vous pouvez prendre une photo ou la télécharger depuis votre galerie. Votre photo de profil sera visible par vous et par votre professionnel de santé.

Devise

Dans votre devise, vous pouvez saisir votre motivation, une citation ou votre objectif final afin qu'il soit toujours visible et puisse vous servir de rappel. Pour modifier la devise, appuyez sur l'espace réservé ou sur la touche “Modifier” située en haut à droite. Appuyez sur “Enregistrer”.

Résumé hebdomadaire

Chaque semaine, un récapitulatif est généré pour vous donner un aperçu de l'évolution de votre poids et de votre adhésion aux tâches listées. Ceci vous aidera à réfléchir à vos progrès au cours de la semaine passée, ainsi qu'au programme dans son ensemble.

Suggestions de régime

Reflète votre équilibre nutritionnel
Conseils pour une alimentation équilibrée

4 DERNIERS JOURS

 Glucides féculents

 Fruits et légumes

 Protéine

 Produits laitiers et substituts

 Huile et produits à tartiner

 Gâteries

 pas assez
  équilibré
  trop

Suggestions de régime


Dans la section des suggestions de régime, si vous avez ajouté des étiquettes d'aliments à au moins trois repas au cours des quatre derniers jours, nous vous indiquerons en détail si vous mangez trop, trop peu ou de manière équilibrée dans chaque catégorie d'aliments, sur la base des directives reconnues en matière d'alimentation saine. En outre, vous verrez pour chaque catégorie des recommandations personnalisées sur ce que vous pourriez ajouter ou supprimer de votre alimentation pour atteindre un mode de vie plus sain et équilibré.





Mise en garde :

Notez que nous recueillons des informations sur vos préférences alimentaires générales (végétarien, végétalien, etc.) pour filtrer vos suggestions de régime. Néanmoins nous ne pouvons pas couvrir tous les cas (par exemple, allergies, intolérances). En cas de doute, consultez toujours en premier lieu votre professionnel de santé.

Graphiques


Activité
 Dernière modification
 01.01.2022


Poids
 Dernière modification
 01.01.2022

 **Montrer plus**

Graphiques

Dans cette rubrique, vous pouvez accéder aux graphiques de vos progrès pour tous les types de mesures (à l'exception des aliments et des symptômes).

Dans la fenêtre de graphique, l'écran est divisé en deux parties : le graphique en haut et la liste des mesures en bas.

Graphique

Vous verrez apparaître toutes les données que vous avez enregistrées pour une évaluation spécifique. Vous pouvez changer d'intervalle en sélectionnant les onglets "Journalier", "Hebdomadaire" ou "Mensuel" en haut de l'écran.

Liste des mesures

Vous verrez apparaître toutes les données que vous avez enregistrées pour une évaluation spécifique, affichées par ordre chronologique. Vous pouvez appuyer sur une donnée (uniquement si elle a été enregistrée manuellement) pour la modifier ou la supprimer.

Paramètres

Vous pouvez accéder aux paramètres en appuyant sur le bouton situé en haut à gauche de l'écran (icône en forme d'engrenage). Vous pouvez connecter ou déconnecter votre pellicule, l'app Apple Santé, ou Google Fit et Fitbit; accéder aux informations réglementaires; afficher et gérer vos autorisations; exporter toutes vos données de santé; modifier les unités de vos enregistrements de données; vous déconnecter.

6. Informations complémentaires

6.1 Aide & Support

En cas de problème lors de l'utilisation de l'application, parlez-en à votre professionnel de santé qui pourra vous aider. Vous pouvez également contacter notre support technique à l'adresse support@oviva.com.

Veuillez nous informer sans délai de tout incident grave survenu dans le cadre de l'utilisation de l'application Oviva à l'adresse support@oviva.com.

6.2 Plateformes prises en charge

L'application Oviva peut être utilisée sur les appareils suivants :

- Smartphones sous iOS 13.0 ou une version ultérieure.
- Smartphones sous Android 6.0.0 ou une version ultérieure.

6.3 Environnement d'utilisation

Aucun environnement spécifique. L'application Oviva peut être utilisée dans les mêmes environnements que les smartphones. N'utilisez l'application que dans un environnement sécurisé. En WIFI public, connectez-vous à des réseaux sécurisés chaque fois que possible.

6.4 Glossaire des symboles

Symbole	Signification
	Fabricant
	Attention
	Représentant autorisé dans l'Union européenne
	Marquage CE
	Oviva App logo
	Dispositif médical
	Consultez le mode d'emploi

6.5 Informations sur la sécurité et les réglementations

Informations sur la sécurité et les réglementations Europe (UE/AELE)

Déclaration de conformité par rapport au règlement de l'Union européenne sur les dispositifs médicaux 2017/745. Oviva AG est autorisée à appliquer le marquage CE sur son produit, déclarant ainsi les dispositions de conformité du règlement de l'Union européenne sur les dispositifs médicaux (règlement (UE) 2017/745). La déclaration de conformité complète peut être consultée dans la section spécifique au produit sur www.oviva.com/quality.

Nom du fabricant :

Oviva AG

UDI-DIs:

07649993906017 (iOS)

07649993906031 (Android)

Adresse du fabricant :

Oviva AG, Zürcherstrasse 64, CH-8852 Altendorf, Suisse



MT Promedt Consulting GmbH, Altenhofstrasse 80, 66386 St. Ingbert,
Allemagne

Date de publication: Septembre 2022

Version du document: v1.3.3



oviva.com



oviva.com