

Verschillende manieren om gezondheid te visualiseren

Kijken naar games en fitness-apps

Willem L. Middelkoop

25 mei 2020



Deze maand heb ik wat onderzoek gedaan naar hoe gezondheid gevisualiseerd wordt in fitness apps en games. Voor een nieuwe app over persoonlijke gezondheid ben ik op zoek naar een intuïtieve manier om te visualiseren hoe gezond iemand is. Er zijn veel kleurrijke benaderingen te vinden!

Hoe gezond ben je

De app waar ik aan werk is nog volop in ontwikkeling, maar biedt een manier om te berekenen hoeveel risico je loopt op een cardiovasculair voorval, zoals een hartaanval of ziekte. Voor deze app zoek ik een moderne, frisse manier om deze risico/gezondheidsratio te visualiseren.

Onderzoek

Ik heb gekeken naar verschillende gezondheids- en fitness-apps om te zien hoe zij gezondheid visualiseren. Naast deze "serieuze" apps leek het me leuk om ook naar games te kijken. Game-ontwerpers vinden soms creatieve manieren om gezondheid te visualiseren. Het kan een goede bron van inspiratie zijn voor de app waar ik aan werk.

Apple Health, Activiteit en Apple Watch

Als companion app voor de Apple Watch is de [Activiteit app](#) de centrale hub voor alles wat de Apple Watch meet met betrekking tot persoonlijke gezondheids- en fitnesstracking.



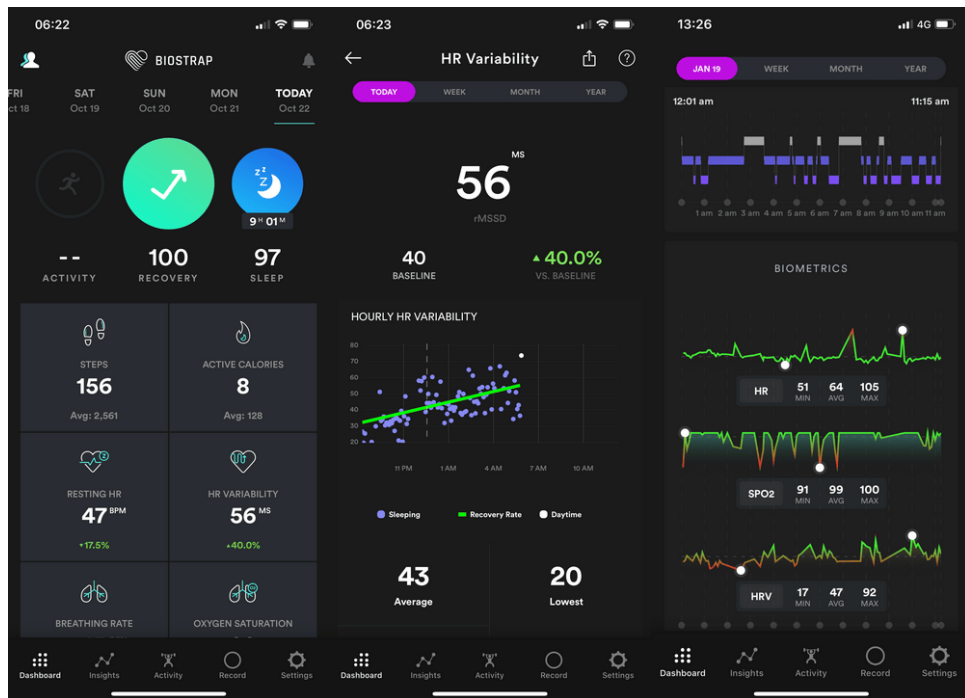
De Activiteit-app van Apple toont gegevens gemeten door de Apple Watch

Mee te nemen:

- felle neonkleuren
- belangrijkste graphics zijn cirkels ("ringen")
- verschillende kleuren geven verschillende statistieken aan
- er zijn kleurrijke medailles te verdienen
- deze medailles kunnen met anderen worden gedeeld (kijk hoe gezond ik ben)

Biostrap

De [Biostrap](#) app is de manier om toegang te krijgen tot gegevens die zijn verzameld door de [Biostrap sensor](#).



De Biostrap-app toont gegevens verzameld door de Biostrap-sensor

Mee te nemen:

- felle neonkleuren
- kleurrijke grafieken en cirkelpictogrammen
- groen geeft 'goed' aan, rood geeft 'slecht' aan

Pillow

Met behulp van de [Pillow](#) app kunnen gebruikers hun slaap analyseren. De app werkt met Apple Watch om slaapgegevens te verzamelen, zoals hartslag en lichaamsbeweging.



Pillow slaap-app

Mee te nemen:

- fel paars als hoofdthema
- felle kleuren in grafieken
- belangrijkste graphics zijn cirkels
- cirkels werken goed op het kleine (vierkante) Apple Watch-display

Whoop

De [Whoop](#) app geeft toegang tot gegevens die zijn verzameld door de [Whoop sensor](#). De app consolideert grote hoeveelheden data in twee belangrijke statistieken "strain" en "recovery".



Whoop toont belasting en herstel

Mee te nemen:

- felle kleuren
- verschillende kleuren hebben verschillende betekenissen
- groen geeft 'goed' aan, rood geeft 'slecht' aan
- belangrijkste graphics zijn cirkels met percentages erin
- graphics worden ondersteund door "the voice of Whoop" tekstvakken

Mario

Nintendo's Mario is mogelijk 's werelds bekendste gamepersonage. Het Japanse gamebedrijf staat bekend om hun creativiteit en vriendelijkheid in hun game-ontwerp.



Mario 64 en een levensbalk uit Super Mario Galaxy

Mee te nemen:

- felle kleuren
- levens teller "4x Mario" (linksboven)
- levensmeter in een cirkel (onderaan)
- verschillende kleuren voor verschillende "levens"-waarden
- cijfers in de ronde graphics

Doom

Mogelijk een van de meest legendarische first-person shooters is [Doom](#) uit 1993. Deze videogame van ID Software heeft veel andere games sterk beïnvloed, het is een absolute klassieker.



Doom en de protagonist "Mud" die laat zien hoe hij zich voelt

Mee te nemen:

- gezondheid wordt uitgedrukt als percentage
- Mud (de protagonist) is zichtbaar, en laat zien hoe hij zich voelt
- Hoe lager zijn gezondheidsscore, hoe meer gehavend hij eruit ziet

Conclusie

Door naar verschillende apps en games te kijken, kun je een idee krijgen van hoe je zelf gezondheidsvisualisatie kunt ontwerpen. Dit is zeker iets dat mij heeft geholpen te begrijpen hoe ik gezondheid kan visualiseren.

Het visualiseren van gezondheid gebeurt op verschillende manieren, maar er zijn gemeenschappelijke thema's in de meeste apps en games. Ronde graphics en felle (neon) kleuren worden vaak gebruikt. Het is grappig om te beseffen dat game-ontwerp overlapt met het ontwerp van de meer serieuze gezondheids- en fitness-apps. Daarom denk ik dat ik meer uren moet gamen, puur voor het werk natuurlijk. :-)