

Een narcistische dataseksueel



De journaliste hing op. Vertwijfeld legde ik mijn telefoon weg. “Heb ik mijn punt echt goed over kunnen brengen?”, dacht ik. Toen ze de conceptversie van het interview stuurde, glimlachte ik om haar truc. Nee, ze had mij geen narcistische dataseksueel genoemd. Maar de trend die ik in Nederland representeer? Die wel.

De trend waar ze op doelde is *quantified self*, oftewel de meetbare mens. De term met kleine letters staat voor iedereen die een onderdeel van zijn of haar lichaam of leven meet. Denk aan apps, slimme horloges en andere gadgets die je beweging, eten, slaap, stress en nog veel meer van je leven kunnen monitoren en analyseren.

De term met hoofdletters staat voor de internationale organisatie. In 2008 zagen twee redacteurs van magazine *Wired* steeds meer sensortechnologie op de markt komen voor consumenten. Vanuit hun nieuwsgierigheid organiseerden ze conferenties en lokale meetups. Sinds vorig jaar ben ik in Nederland verantwoordelijk voor het organiseren van deze meetups. De opzet is eenvoudig. Op een podium vertelt iemand wat diegene wilde leren, hoe dat is gemeten en wat hij of zij ervan heeft geleerd.

Toen ik in 2004 voor het eerst zo'n meetup bezocht, viel me al snel iets op. Het waren sprekers die vanuit een medische noodzaak waren begonnen met het meten van hun lichaam en gezondheid. Soms gefrustreerd door het traject dat ze binnen de reguliere zorg hadden doorlopen, maar nog veel vaker opgewekt en welwillend om hun inzichten en data met anderen (en vooral met de professionals in de gezondheidszorg) te delen.

Zo vertelde Justin Lawler hoe hij zijn beginnende osteoporose op allerlei manieren meet. De Ierse programmeur kijkt hiervoor naar zijn voeding, de samenstelling van zijn darmflora, zijn trainingen, slaap en dichtheid van de botten. Op een methodische manier zoekt hij uit hoe hij meer grip kan krijgen op zijn gezondheid.

Op het podium zag ik zijn vastberadenheid en actiebereidheid om alles te doen om de kwaliteit van leven te verbeteren. Justin was ook realistisch. “Ik verwacht niet dat mijn arts al die gegevens bijhoudt. Maar met de mogelijkheden die we nu hebben, wil ik dat toch zeker zelf doen.”

Dat is de situatie waar de gezondheidszorg zich snel naartoe beweegt. Steeds meer patiënten willen controle over hun eigen gezondheid. Ze richten zich op preventie in plaats van genezen en gebruiken daar nieuwe technologie voor.

Deze ontwikkeling is de grote technologiebedrijven natuurlijk niet ontgaan. Google, Amazon, Apple en andere bedrijven proberen consumenten te verleiden om met hun apparatuur te meten, dan wel om alle gezondheidsdata op hun platformen te bundelen. Zij beloven op basis van die datasets, met behulp van kunstmatige intelligentie, ‘gezondheidszorg op maat’ aan te bieden. In een tijd waarin we een abonnement hebben op muziek (Spotify) en televisie (Netflix), is de volgende stap wellicht een preventie-abonnement op je gezondheid.

Of dat erg is? Zolang het duidelijk is wat er met alle data gebeurt en de adviezen toegevoegde waarde hebben, is het wat mij betreft geen probleem. Vooralsnog klinkt dit als toekomstmuziek en zijn er nog veel juridische, technische en morele discussiepunten. Maar de trend is onmiskenbaar, dat is duidelijk.

En natuurlijk, wat mij betreft houd je het recht om hier niet aan mee te doen. Dan krijg je in ieder geval niet, zoals ik, het label van een narcistische dataseksueel opgeplakt.

*Peter Joosten,
biohacker Peterjoosten.net*