

Technologies connectées : un allié pour surveiller sa santé

Actualité scientifique



Grâce à l'essor d'internet, des téléphones intelligents et des tablettes, le marché des applications et des objets connectés est en pleine croissance depuis quelques années et se développe dans plusieurs domaines, dont celui de la santé.

En 2011, l'OMS définit la **santé mobile** (ou m-santé) : « Pratiques médicales et de santé publique supportées par des appareils mobiles, tels que les téléphones mobiles, les dispositifs de surveillance des patients, les PDA (Personal

Digital Assistant) et autres appareils sans fil. »

La France compte **7 millions de personnes qui s'informent sur la santé via leur mobile ou tablette**. Ces personnes ont téléchargé en moyenne 2,7 applications (plus de la moitié se sont contentées d'une seule application), essentiellement **gratuites** (à 87%), qu'ils ont localisées via une recherche sur internet (29%) ou un magasin d'applications (28%). Le Livre blanc *Santé connectée*, publié par l'Ordre des Médecins, recense **plus de 100 000 applications santé en 2013, soit quinze fois plus** qu'en 2010 : le nombre des applications mobiles santé est passé de 6 000 en 2010, à 20 000 en 2012 et 100 000 en 2013. Aujourd'hui, il existerait plus de **165 000 applications mobiles de santé** (IMS Health, Septembre 2015).

Contrairement aux applications, **les objets connectés** sont mieux connus des Français : **53% en ont déjà entendu parler dans le domaine santé et bien-être** (panel CCM Benchmark, mars 2014). Au top 5 des objets les plus prisés: **balances, bracelets, montres, piluliers et tensiomètres**. **23% de Français déclarent utiliser un objet connecté** (sondage BVA/Syntec numérique), et **11% en auraient déjà adopté un dans le contexte santé et bien-être** (parmi eux, un sur dix a plus de 55 ans). Le choix s'oriente dans la majorité des cas vers une balance. Les balances connectées permettent en plus d'informer sur le poids corporel, de réaliser un suivi de l'IMC et de la composition corporelle (masses grasses, hydrique, musculaire...). Le progrès ne s'arrête pas là : bientôt ce seront des objets connectés intégrés au corps, à l'image des lentilles qui mesurent le taux de sucre dans le sang ou du patch électronique greffé sous la peau qui mesure les signes vitaux comme la température, le pouls, la respiration et la pression artérielle et qui envoie les analyses sur votre mobile.

Chez les malades chroniques, la santé mobile est un peu plus répandue que dans l'ensemble de la population, comme le souligne l'étude « À la recherche du ePatient ». **Téléphones portables et e-mail permettent de mettre en relation médecins et malades chroniques** : plus de 20% d'entre eux disposent du numéro de portable de leur médecin et/ou de son adresse de messagerie électronique.

La **santé mobile ouvre des portes à un système de santé plus moderne et peut-être plus efficace**. Les outils de la santé mobile contribuent en premier lieu à **l'éducation à la santé**. Dans son livre vert, la Commission européenne retient essentiellement trois bénéfiques potentiels de ces outils : une **prévention** accrue et une meilleure qualité de vie, des systèmes de santé plus efficaces et plus durables, et des patients plus responsables.

[Source](#) : Livre blanc Santé connectée. Ordre des médecins. Janvier 2015

[Image](#) : Mise à disposition selon les termes de la licence Pixabay.