

# OBJETS CONNECTÉS UN ATOUT POUR LA SANTÉ DES SENIORS ?

Les objets connectés envahissent notre quotidien et augurent une transformation du suivi des maladies chroniques. Et cette révolution ne laisse pas indifférents nos aînés les plus soucieux de leur santé qui souhaitent s'impliquer davantage dans la gestion de leurs maladies.

 Anne-Laure Lebrun

**D**es trackers d'activité intégrés aux bracelets connectés, en passant par les lecteurs de glycémie en continu ou aux tensiomètres... l'offre des objets connectés est large. Si les jeunes se sont davantage approprié ces outils innovants, les seniors à la fibre *geek* ne sont pas en reste. Le Baromètre du numérique 2019 réalisé par le Crédoc révèle que 9 % des 60-69 ans et 5 % des 70 ans et plus en possèdent déjà un. Et près de 17 % des 60-69 ans et 10 % des 70 ans et plus imaginent utiliser des objets connectés relatifs à la santé dans le futur. Mais vers quels outils se tourner ?

Les pharmacies ne sont pas des magasins de high-tech, seuls les objets connectés ayant obtenu le titre de dispositif médical et marqués CE peuvent y être vendus et conseillés. Or c'est là où le bât blesse. Si le marché des objets connectés est en plein essor, une infime partie des fabricants revendique une finalité médicale, ce qui réduit *de facto* le nombre de produits disponibles en officine. Tour d'horizon des objets connectés de santé qui pourraient intéresser les patients seniors, à tort ou à raison. •

## LA BALANCE LE PLUS VENDU

C'est l'objet connecté santé le plus vendu. Mais les pèse-personnes connectés bénéficiant du marquage CE sont rares. On peut notamment citer la balance connectée avec l'impédancemètre Santé Premium capable de mesurer le poids, la masse grasseuse, musculaire et osseuse, la teneur en eau, l'indice IMC et même la pression artérielle. Elle est couplée à l'application mobile « Lifesense » qui affiche, notamment, des courbes d'évolution des paramètres voulus.

**L'avis de l'expert :** « *Ce type de dispositif est intéressant pour les insuffisants cardiaques qui doivent pouvoir*

*repérer une prise de poids rapide, signe qu'un œdème se développe. Cet usage s'inscrit, le plus souvent, dans le cadre de la télésurveillance et exige un travail d'éducation thérapeutique pour que le patient soit en mesure de comprendre les résultats et d'identifier les situations d'alerte »*, commente le Dr Nicolas Postel-Vinay, de l'unité d'hypertension artérielle de l'Hôpital européen Georges Pompidou et fondateur du site *autom mesure.com*. En dehors de cette pathologie cardiaque, les balances connectées ne présentent pas davantage, à ce jour, par rapport à leur version classique.

## LE LECTEUR DE GLYCÉMIE RÉVOLUTIONNAIRE

Les patients diabétiques ont connu une importante révolution technologique. L'avènement des glucomètres connectés (FreeStyle Libre d'Abbott, Guardian Connect de Medtronic, ou encore le système Minimed 640 G) a simplifié leur quotidien et a amélioré leur qualité de vie. Mais ils ont aussi renforcé leur suivi : les données collectées par les glucomètres connectés sont envoyées au diabétologue et analysées chaque semaine.



## LE PILULIER UN BON OUTIL D'OBSERVANCE

Environ 50 à 80 % des personnes âgées ne suivent pas rigoureusement leur traitement. Pour autant, après 75 ans, près de 9 seniors sur 10 préparent toujours seuls leurs médicaments. Pour sécuriser la prise médicamenteuse, le pilulier est une méthode simple et efficace. Une étude réalisée par l'URPS pharmaciens Basse-Normandie en 2013-2014 montre que l'adhésion thérapeutique des patients âgés polymédiqués et vivant à domicile est de 98 % avec un pilulier préparé par le pharmacien, contre 77 % auparavant.

L'avantage de la version connectée du pilulier est le rappel par sonnerie et/ou le flash lumineux au moment de la prise, ainsi que le SMS en cas d'oubli. Un message peut aussi être envoyé aux proches ou à un professionnel de santé. Mieux, certains de ces appareils se bloquent une fois la prise effectuée, ce qui évite les erreurs. Généralement, les piluliers électroniques sont préparés par le pharmacien (DO-Pill de Pharmagest, Imedipac de Medissimo).

## LE TENSIONNÈTRE IL A FAIT SES PREUVES !

L'autosurveillance tensionnelle est recommandée, notamment, pour éliminer l'effet « blouse blanche » et repérer l'hypertension masquée. La littérature scientifique démontre, par ailleurs, qu'elle améliore l'observance du traitement. Pour l'archivage de leurs résultats, les patients sont encore nombreux à remplir un petit carnet. Les plus autonomes peuvent préférer le site Hy-result qui délivre une interprétation automatique des résultats sous la forme d'un schéma, d'un code couleur mais aussi de messages de conduite à tenir vis-à-vis des traitements et du délai de consultation. Conçu par des experts de l'hypertension, l'algorithme a été étudié et validé scientifiquement.

Les tensiomètres connectés à des smartphones ou des ordinateurs évitent aux patients cette étape de recopiage. Les mesures apparaissent intensément à l'écran et peuvent, elles aussi, être accompagnées d'un code couleur facilitant leur interprétation.

Le patient peut choisir ensuite d'envoyer ses résultats par mail à son médecin, ou à l'infirmier libéral.

**L'avis de l'expert :** Pour faire confiance en ces données encore faut-il s'équiper d'un appareil fiable. « *Un bon tensiomètre, connecté ou non, doit s'adapter au bras, et non pas au poignet. Les applications smartphones qui mesurent la tension juste en posant le doigt sur la caméra du smartphone doivent être évitées* », insiste le Dr Postel-Vinay. Sur le marché des objets connectés, les modèles Omron M3, Beurer BM58 (tous les deux se connectent à un ordinateur via un câble USB), Withings BP-801, Withings BP connect ainsi que iHealth BP5 sont les plus sérieux. Restent quelques bémols : la connexion Bluetooth dysfonctionne parfois, la synchronisation entre l'application et le tensiomètre échoue... Des désagréments qui peuvent décourager les seniors, pas forcément à l'aise avec la technologie.

## L'OXYMÈTRE DE POULS PEU FIALE

La mesure de la saturation de l'hémoglobine en oxygène (SpO<sub>2</sub>) est intéressante chez les patients atteints de BPCO, notamment les cas les plus graves sous oxygène. En revanche, contrairement à ce qu'affirment les industriels, l'usage d'un saturomètre est peu utile chez les insuffisants respiratoires chroniques qui arrêtent de fumer, ou qui reprennent une activité physique.

**L'avis de l'expert :** Les évaluations récentes de ces appareils révèlent une fiabilité médiocre. « *La saturométrie est une mesure sensible, et la fenêtre d'alerte est étroite. Les résultats obtenus par trois dispositifs testés ne concordent pas toujours à ceux donnés par un oxymètre professionnel utilisé en réanimation* », indique le Dr Postel-Vinay.