

Ils sont plébiscités par les uns, sont objets de méfiance pour les autres. Difficile de se faire une opinion sur les objets de bien-être et de santé connectés, tant il y a pléthore de produits différents, pour certains innovants et bientôt indispensables, pour d'autres aux bienfaits plus douteux. Retour d'expérience avec Apivia Mutuelle, suivi d'une interview du docteur Didier Menecier.

—— Apivia Mutuelle, entraîneur de santé !

Dans un précédent reportage, nous avons suivi quelques salariés du Groupe Hervé équipés d'un bracelet connecté comptant les pas. Ils participaient à un challenge d'entreprise qui les motivait à réaliser le plus grand nombre de pas possible par équipe, et finalement à produire des données anonymes qui pourraient être analysées par la mutuelle organisatrice, Apivia Mutuelle.



Si la mutuelle s'intéresse à ce type d'objet connecté, c'est qu'elle souhaite connaître son impact réel sur la santé ou le bien-être. L'objectif n'est pas, comme on peut le lire

parfois, de faire payer les prestations de remboursement plus cher à ceux qui, connectés et sous surveillance, auraient une « mauvaise » hygiène de vie. Contrairement aux Etats-Unis où certaines assurances modulent leurs tarifs en fonction des données de leurs assurés connectés, en France, aucun contrat de mutuelle ne prévoit d'appliquer une adaptation de ses tarifs en fonction de données individuelles de santé, qui restent d'ailleurs du domaine des données sensibles, protégées par la loi de 1978.

En tant qu'acteur majeur de la santé et de la prévention, il est en revanche important qu'une mutuelle puisse mener une réflexion sur la e-santé, dans un contexte où certaines complémentaires commencent à proposer le remboursement d'objets de santé et de bien-être connectés — à différencier des véritables dispositifs médicaux connectés validés par la Haute Autorité de Santé (HAS), et répondant à des cahiers des charges très strictes, et principalement utilisés par les diabétiques. Conseiller, voire rembourser, bracelets connectés et autres pèse-personnes : est-ce utile, dans une logique globale de prévention et d'économie des dépenses de santé ? On ne saurait encore le dire clairement, sans étude qui démontrerait avec certitude les bienfaits de ces objets.

— Quid du remboursement par la Sécu ?

—

Aujourd'hui, un dispositif de santé connecté n'est remboursé par la sécurité sociale qu'après

autorisation de la HAS, qui passe au crible de ses 101 règles de bonne pratique chaque objet, avant de le reconnaître comme dispositif médical véritable, mesurant « réellement ce qu’il dit mesurer » comme le rappelle le Pr Bruno Housset, et non comme un simple gadget. Il est important de rappeler que, parmi les 101 règles de bonnes pratiques de la haute autorité, on trouve « la délivrance de données médicales fiables, la performance technique des appareils, mais surtout la confidentialité des données à caractère personnel. » Seuls certains objets connectés médicaux sont pris en charge par la Sécurité sociale. Il s’agit des lecteurs de glycémie, d’électrodes, de bandelettes et de capteurs, de stylos injecteurs, d’appareils de mesure de la coagulation, d’appareillages de ventilation à pression positive continue (PPC) et de débitmètres de pointe.

Apivia Mutuelle a décidé d’évaluer dans quelle mesure un dispositif connecté (un bracelet Withing/Nokia, porté au poignet) pouvait augmenter, durablement ou non, l’activité physique. Les études scientifiques sur les bienfaits des objets connectés, utilisés de manière préventive, sont en effet rares et contradictoires. Souvent réalisées par les fabricants eux-mêmes, on peut légitimement douter des résultats, toujours en leur faveur. “La Revue médicale suisse” préfère d’ailleurs parler de « gadget » plutôt que d’objet connecté...

Pour la mutuelle, qui a pu analyser les données anonymes recueillies, les résultats sont intéressants. Frédéric Côme, directeur de l'innovation, constate « un effet booster du port du bracelet sur l'activité physique, qui augmente en moyenne de 25%, sachant que cette mesure porte uniquement sur le nombre de pas. Il y a donc un véritable effet sur la motivation engendré par la mesure de l'activité et renforcé par l'effet du challenge ». La seule mesure de l'activité produit déjà des effets car les participants prennent conscience qu'ils ne font pas les 10.000 pas quotidiens préconisés par l'Organisation Mondiale de la Santé (souvent ils n'en font que le tiers). Mais le fait de se challenger les uns les autres, en équipes, favorise aussi l'envie de faire mieux : le challenge intéresse et fédère, il génère de nombreux échanges entre collègues, qui parfois se côtoient peu. Liens sociaux et activité physique se trouvent augmentés, dans une démarche très vertueuse pour la santé. Nous avons interrogé les salariés de l'entreprise Groupe Y, qui ont participé à un des challenges connectés organisés par la mutuelle. Tous décrivent l'engouement immédiat pour le dispositif.

Il n'est pas encore possible de savoir si ce type de challenge a un effet sur les frais de santé. L'analyse, ne portant que sur des moyennes puisque la mutuelle ne suivait pas de sujets en particulier, montre un certain recul des dépenses, mais il reste limité sur la durée. Il n'est pas possible de tirer

des conclusions sur un lien entre activité physique et consommation de soins, cette étude aurait nécessité une démarche scientifique qui n'était pas celle d'Apivia Mutuelle.

« Nous ne saurions dire si ces effets se confirment sur une longue durée par de véritables changements d'attitude » poursuit Frédérique Côme, mais « 6 mois après le début de notre dernier challenge, encore la moitié des participants portaient leurs bracelets connectés. Nous nous attendions à un certain désintérêt plus rapide ».

Prochaine étape ? L'organisation de challenges sur une plus longue période, dans laquelle des phases de challenges d'activité physique seront entrecoupées de périodes de « repos » pendant lesquelles seront prodigués des conseils de santé. Cela permettra d'éviter un essoufflement sur le long terme, et relancera la motivation dans les périodes challengées d'activité physique. A suivre.

Du bien-être à la santé

Pour le docteur Didier
Mennecier, interrogé sur la
question, il faut bien

différencier objets de bien-être connectés, et objets de santé connectés.

Les premiers possèdent souvent une dimension ludique intéressante, qui facilite l'accès à des comportements préventifs : pratique plus régulière d'un sport ou prévention des coups de soleil (bracelets connectés), contrôle de la prise de poids (balances connectées), etc. Mais ils font souvent l'objet d'un engouement provisoire, comme un jeu qui finit par lasser.

Les seconds écrivent l'avenir de la médecine en modifiant en profondeur les procédures de diagnostic, de prise en charge et d'anticipation des problèmes de santé. C'est l'ensemble de notre système de santé qui devra s'adapter à ces changements majeurs. Ce qu'il est déjà en train de faire, encouragé par les mutuelles dans une logique

de prévention.

—
**Docteur
Didier
Mennecier** —

Directeur des
Systèmes
d'Information et
du
Numérique
(DSIN)
du
Service
de
Santé
des
Armées
(SSA), il
est
aussi le
créateur

du blog
[medecin](#)
[geek.co](#)
[m.](#)
Précurs
eur
dans les
domaine
s de la
e-Santé
et de la
m-
Santé, il
a
dévelop
pé, dès
2000, le
site
internet
[www.he](#)
[patoweb](#)
[.com](#), un
outil
complé
mentair
e à sa
consulta
tion qui
est
devenu,
au fil
des ans,
la

concrétisation de la triade relationnelle : patient, médecin , internet. En 2012, il a développé son blog www.mededecing.com pour partager sa passion dans le domaine de la santé numérique. Enfin, il élabore des applicati

ons
mobiles,
pour les
patients
et les
praticie
ns, qui
ont
remport
é
plusieur
s prix
(Dr
MICI,
Hepato
web). Il
a été
lauréat
de
l'Acadé
mie
National
e de
Médecin
e en
innovati
on en
2015.

POUR ALLER PLUS

LOIN

- Le Conseil national de l'ordre des médecins (CNOM) a publié un livre blanc sur les enjeux de la santé connectée, présenté à l'occasion d'une matinée-débat organisée le 3 février sur ce thème.

Objectif : contribuer au débat public, et rappeler la nécessité d'une régulation assurant à l'utilisateur « la fiabilité des technologies et la protection des données personnelles ».

- Un autre livre blanc, intéressant à lire, édité par la fabricant d'objets connectés Withings avec l'appui de médecins : le Livre blanc de la santé connectée.