

Influence des montres connectées sur la prise en charge du patient en médecine de premier recours en Suisse romande.

Ines Gomez, Sabrina Lacroix, Léo Locatelli, Juan Tirado, Charlotte Vandersluis

Introduction

L'évolution constante des nouvelles technologies exerce une influence croissante dans le secteur de la santé, offrant aux patients un élargissement des possibilités de surveillance et de gestion de leur santé personnelle. Parmi ces innovations, les montres connectées occupent une place centrale en offrant une gamme de fonctionnalités qui permettent aux individus de prendre en charge leur bien-être et leur santé de manière proactive (1). Avec une surveillance continue et personnalisée des paramètres physiologiques et comportementaux, les montres connectées transforment la relation entre le médecin et le patient, ouvrant la voie à une approche plus collaborative (2). Cependant, les technologies des montres connectées étant en pleine croissance, la littérature médicale est encore lacunaire concernant cette thématique émergente. Dans cette optique, nous avons exploré le rôle des montres connectées sur la prise en charge et l'autonomisation du patient en médecine de premier recours en Suisse romande, ainsi que les défis et les opportunités pour l'avenir avec une approche communautaire.

Méthode

Nous avons défini notre question de recherche en identifiant des aspects encore peu développés sur la base de la littérature médicale actuelle (Revue Médicale Suisse, PubMed, littérature grise). Nous avons poursuivi une approche de recherche qualitative sous forme d'échantillonnage raisonné en menant dix entretiens semi-structurés avec divers acteurs du système de santé et des experts : trois médecins de premier recours, une pneumologue, un médecin du sport, un médecin spécialiste en santé numérique, un psychologue spécialisé en hyperconnectivité, une chercheuse en sociologie, un professeur à l'EPFL et un ingénieur. En se basant sur une grille structurée, nous avons abordé des thèmes identifiés ciblés sur la question de recherche en lien avec les montres intelligentes, tels que les expériences avec les patients portant ces dispositifs, les avantages et les inconvénients, les approches et les obstacles en médecine ambulatoire, ainsi que le rôle de la formation des médecins. Les enjeux éthiques liés au projet ont été identifiés dans le formulaire de consentement et le protocole de recherche. Les entretiens ont été enregistrés avec le consentement des participants et ont ensuite fait l'objet d'une analyse commune par l'ensemble du groupe pour faire ressortir les éléments essentiels.

Résultats

Il est ressorti de nos entretiens que l'acquisition et l'utilisation de montres connectées ont nettement augmenté au sein de la population. Ce qui limite leur utilisation en tant qu'outils médicaux, c'est qu'elles ne sont pas encore intégrées de manière claire et validée dans des protocoles médicaux. Cela pose un défi lorsqu'il s'agit d'évaluer la pertinence clinique des données affichées par ces appareils. Ceci est notamment lié à la fiabilité des données, qui doivent être validées par des certifications CE ou FDA. De plus, pour être qualifiées d'utiles et éviter un bon nombre de faux positifs, ces montres doivent être utilisées dans une tranche de population à risque et clairement définie, ce qui n'est pas toujours le cas. En conséquence, une méfiance persiste parmi les médecins, dont la formation générale n'intègre pas encore ces technologies.

Les montres connectées ont un impact sur trois acteurs : le système de santé, les patients et les médecins. Concernant le système de santé, ces dispositifs soulèvent un enjeu éthique quant à la protection des données. Selon nos interlocuteurs, si ces données venaient à être rendues accessibles, un grand risque d'utilisation par les assurances se présenterait. Cependant, si ces données venaient à être protégées et anonymisées, elles pourraient permettre d'avoir un immense historique, offrant la possibilité de mener des études de tendance non seulement d'un point de vue personnel sur une échelle à moyen terme, mais également au sein d'une population pour agir à un niveau plus global. Une bonne utilisation de ces outils permettrait également de réduire les facteurs de risque des principales maladies non transmissibles et de prendre en charge les patients avant que leur état ne se détériore, ce qui amènerait à une baisse des coûts des soins et de la surcharge du système de soins hospitaliers.

Il a également été mentionné que ces dispositifs possèdent également leurs lots de risques face aux patients. Manquant de fiabilité, ils peuvent engendrer des inquiétudes et des angoisses infondées au sein des utilisateurs. De plus, l'utilisation de ces dispositifs sans une démarche strictement médicale et sans encadrement par un médecin peut donner une fausse impression de bonne santé. L'empowerment qui en découle peut mener à l'effet Dunning-Kruger, dans lequel le patient n'écoute plus son instinct lors de situations où il aurait auparavant fait part de sa plainte au médecin, mais se fie davantage à sa montre qui n'indique pas d'anomalies. Ces montres mettent par ailleurs une pression supplémentaire sur l'individu en imposant un idéal. Une forme d'objectivation et une vision quantitativiste au détriment du ressenti du patient se met alors en place. Toutefois, il est aussi ressorti que les montres connectées influencent également positivement le patient. Porter un tel dispositif démontre un individu impliqué dans sa santé et permet d'apporter des informations plus complètes au médecin. En outre, ces montres peuvent être un levier motivationnel, permettant de se fixer des objectifs mesurables et donc plus réalisables mais également de maintenir la prise d'un traitement sur le long terme. Cependant, la plupart du temps, des effets bénéfiques apparaissent au début de l'utilisation, mais diminuent drastiquement après quelques mois, d'où l'importance de l'encadrement par un professionnel de la santé.

Par ailleurs, plusieurs médecins ont mentionné le fait que leur formation manque sévèrement d'informations concernant les nouvelles technologies. C'est donc à eux-mêmes de se renseigner pour avoir les clés nécessaires pour non seulement répondre aux besoins de leurs patients, mais surtout pour les éduquer sur le potentiel et les limites de ces technologies. Lorsque cette démarche est correctement réalisée, ces outils sont un moyen pour les patients de mieux prendre en charge leur santé, étant constamment confrontés aux mesures fournies. En outre, ces montres permettent un suivi longitudinal des patients, offrant ainsi la possibilité au médecin de mieux connaître son patient en fournissant un suivi complet de son quotidien, et non plus uniquement lors des consultations en cabinet, renforçant ainsi le lien entre le médecin et son patient.

Discussion et conclusion

Au premier abord, nous pourrions craindre que les montres connectées, en intermédiaires entre le médecin et le patient, ne créent une distance, transférant graduellement le rôle du médecin à cette technologie. Toutefois, nos entretiens ont révélé qu'au lieu de séparer, ces dispositifs rapprochent. Ils ouvrent la voie à des discussions sur les préoccupations et les risques pour la santé du patient, encourageant une prise de conscience accrue et une volonté d'amélioration de la santé. Ceci confirme ce que nous avons trouvé dans la littérature, qui montre que cet *empowerment* du patient favorise une diminution de l'écart des connaissances entre le médecin et le patient, conduisant à une relation moins paternaliste (3).

Cependant, aujourd'hui ces montres ne sont pas encore optimales. Nos intervenants, tout comme la littérature sont d'accord sur le fait qu'elles présentent de nombreux problèmes et soulèvent des questions éthiques encore non résolues (4). Elles possèdent un potentiel considérable, à condition de mettre en place des protocoles adéquats de fiabilité et de protection des données. Il est crucial de noter que les montres connectées peuvent être très utiles, mais uniquement si leur utilisateur est bien informé sur leur usage. Le rôle du médecin devient alors primordial pour éduquer ses patients sur l'interprétation des données et sur les limites de ces montres intelligentes.

Une amélioration de ces nouvelles technologies pourrait contribuer à l'optimisation de la prise en charge des patients en médecine de premiers recours. L'intégration des montres connectées en médecine ambulatoire pourrait être bénéfique pour la santé communautaire en Suisse romande, en respectant leurs limites et les considérations éthiques.

Références

- 1) Reeder B, David A. Health at hand: A systematic review of smart watch uses for health and wellness. J Biomed Inform. oct 2016;63:269-76.
- 2) Pierre M. Impact des nouvelles technologies. D-Journal [En ligne]. 2019 [cité le 6 juin 2024], Disponible : <https://www.d-journal-romand.ch/savoir-keine/impacts-des-nouvelles-technologies/>
- 3) Kang HS, Exworthy M. Wearing the Future-Wearables to Empower Users to Take Greater Responsibility for Their Health and Care: Scoping Review. JMIR Mhealth Uhealth. 13 juill 2022;10(7):e35684.
- 4) Gremaux V, Saubade M, Besson C, Baggishb A. Le médecin généraliste devant son patient connecté - La quadrature du triangle médecin-patient-coach. Rev Med Suisse. 25 janv 2023;19(811):126-7.

Mots clés : Montres connectées, patients, médecine de premier recours, empowerment, suisse romande.

Date de la version : 01.07.24



Montres connectées, vraiment si utiles ?

Analyse de leur influence sur la prise en charge par le médecin généraliste

Ines Gomez, Sabrina Lacroix, Léo Locatelli, Juan Tirado, Charlotte Vandersluis

Introduction

Les montres connectées sont des outils accessibles et très commercialisés. Quelle est leur influence sur la prise en charge du patient par le médecin de premier recours en Suisse Romande? Favorisent-elles un plus grand pouvoir sur sa propre santé?

Résultats

- **Peu utilisées** dans la pratique médicale
- Leur bonne utilisation **dépend énormément de l'utilisateur** (personnalité, connaissances, habitudes,..)
- Nécessitent un **contexte d'utilisation précis et spécialisé**

BÉNÉFICES

- **Élément déclencheur et motivationnel**
- **Encouragent l'activité physique**
- **Possibilité de mesures continues quotidiennes**
- **Suivi longitudinal**
- **Investissement du patient dans sa santé et "empowerment"**

PROBLÈMES

- **Fiabilité souvent loin des exigences médicales**
- **Mauvais contexte et but d'utilisation**
- **Protection des données floue**
- **Informations que l'utilisateur ne sait pas interpréter**
- **Risque de donner trop d'importance aux chiffres donnés par la montre au détriment de son propre ressenti corporel**
- **Biais causé par le marketing**
- **Stress causé par un "idéal de santé" inatteignable, venant entre autres des algorithmes utilisés**

Méthodologie

- Revues de la littérature (PubMed, Revue Médicale Suisse)
- 10 entretiens semi-structurés multidisciplinaires avec:
 - 1 Psychologue spécialisé en hyper-connectivité
 - 1 Chercheuse en sociologie
 - 1 Professeur à l'EPFL
 - 1 Ingénieur en technologies et santé
 - 6 Médecins dont: - 1 spécialiste en santé numérique
 - 1 spécialiste en médecine du sport
 - 3 généralistes, dont 1 responsable d'enseignement en médecine
 - 1 pneumologue

Discussion

- Ont plutôt tendance à rapprocher qu'à éloigner le patient du médecin
- Ouvrent la voie à des discussions et favorisent la prise de conscience et de motivation
- Diminuent l'écart de connaissances entre le patient et le médecin
 - Pas encore optimales
- Primordial d'informer sur les limites de ces montres et sur comment bien les utiliser
- Avenir prometteur mais demandant un cadre très précis, tel que par exemple la détection d'arythmies avec des modèles spécialisés comme SmartCardia
- Pour améliorer leur efficacité, ont besoin d'être prescrites par un professionnel de la santé **dans la recherche de paramètres ciblés et dans un objectif bien défini**
 - > exemples: l'analyse du sommeil, du stress, de la TA,... mais pas mesurables suffisamment précisément pour le moment
- Amènent à nous interroger sur la question de la confidentialité des données personnelles

Conclusion

- L'utilité concrète des montres connectées est pour l'instant majoritairement limitée à des situations spécifiques, tels que les entraînements sportifs.
- De nombreux obstacles rendent difficile leur utilisation dans une prise en charge globale par le médecin de premier recours.
- En revanche, en admettant que la problématique de la protection des données et de la fiabilité des mesures soit améliorée, ces technologies offrent des perspectives intéressantes pour le futur.
- **Les bénéfices pour la santé se manifestent surtout sous recommandation du médecin dans le suivi d'une maladie connue, d'un objectif d'activité physique ou encore de surveillance de certains paramètres vitaux.**

Références images et autres :

- 1) <https://www.iwc.com/fr/fr/past-collections/ingenieur/iw380703-ingenieur-chronograph-edition-74th-members-meeting-at-g.html>
- 2) <https://fr.vecteezy.com/png-gratuit/battement-de-coeur> 3) <https://fra.animalia-life.club/patient-chez-le-medecin-dessin-animé>
- 4) Kang HS, Exworthy M. Wearing the Future- Wearables to Empower Users to Take Greater Responsibility for Their Health and Care: Scoping Review. JMIR Mhealth Uhealth. 13 juill 2022;10(7):e35684. 5) Gremaux V, Saubade M, Besson C, Baggish A. Le médecin généraliste devant son patient connecté - La quadrature du triangle médecin-patient-coach. Rev Med Suisse. 25 janv 2023;19(811):126-7.

Remerciements :

Nous souhaitons remercier notre tuteur Ioannis Kokkinakis, qui nous a été d'une grande aide, ainsi que tous les intervenants qui ont accepté de participer à notre travail.

Contacts :

ines.gomez@unil.ch, sabrina.lacroix@unil.ch, leo.locatelli@unil.ch, juan.tiradotorralvo@unil.ch, charlotte.vandersluis@unil.ch

