

### Lâ€™addiction au smartphone est-elle bonne pour la santé ?

#### Mobilité

Post  par : JulieM

Publiée le : 2/11/2017 13:00:00

Une rapide observation des transports en commun ou de la rue nous confirme lâ€™omniprésence du digital dans le quotidien des Fran sais â€ en rendant la connexion ubiquitaire, le smartphone a considérablement accru notre consommation dâ€™applications et dâ€™Internet mobile

Lâ€™ARCEP1 indique â€ cet Ă©gard que la consommation Internet sur mobile double presque chaque année et lâ€™on se connecterait une heure et huit minutes2 tous les jours sur son mobile.



Nous sollicitant constamment pour nous â€ activer â€, les annonceurs et Ă©diteurs dâ€™applications inspirent nos faits et gestes, nourrissant nos impulsions et captant tous les temps morts que nous comblons avec nos smartphones par cette boulimie dâ€™informations.â€

Michel Serres3 est all  jusquâ€™Ă parler de â€ la troisième révolution anthropologique

majeure à».

On s’inquiéterait presque des conséquences de santé publique que de tels usages pourraient avoir : une telle dépendance, un tel effet sur nos comportements caractériseraient presque une addiction.

Si addiction il y a, si le digital nous engage au point de transformer nos comportements, il pourrait alors y avoir une opportunité de retourner cela en véritable atout de santé publique.

C est une réflexion qu’ont eu certains laboratoires pharmaceutiques, confrontés à des comportements durs à changer, de bonnes habitudes difficiles à conserver, notamment en matière de prévention et d’observance : comment tirer parti de cet engagement pour créer des comportements santé vertueux ?

\*\*/ En janvier 2017 Statcounter annonçait qu’une page Web sur deux était consultée sur un mobile (50,3%).

\*\*/ 92% des français possèdent un téléphone mobile (dont deux tiers de smartphones).

\*\*/   GlobalWebindex - (Q3-Q4 2016)   périmètre France

\*\*/   Philosophe et membre de l’Académie Française

Les patients ne les ont pas attendus ; spontanément, ils sont allés sur les réseaux sociaux échanger conseils et bonnes pratiques santé.à

Des applications de bien-être, de sport, de nutrition ou de suivi d’activité se sont multipliées ; la mise en perspective de façon ludique de données de plus en plus précises a fait leur succès.

Conscientes de l’importance du digital dans le quotidien de leurs patients, les laboratoires pharmaceutiques innovent à leur tour et imaginent de nouvelles manières de les accompagner en capitalisant sur le caractère éminemment engageant du smartphone.

Ainsi, en 2013, à« Mon Glucocompteur à est lancé sur les stores. Cette application a été réalisée en collaboration avec Jacqueline Delaunay, di ticienne du CHU de Toulouse. Gr ce   à« Mon Glucocompteur à, les patients diabétiques peuvent d’ormais calculer en toute simplicité le nombre de glucides contenu par repas et ainsi estimer leur dose d’insuline rapide nécessaire, directement depuis leur smartphone.à

Elle a mis fin aux calculs fastidieux sur papier que devaient faire à chaque repas de la journée les diabétiques.

 « C Partner à est un autre exemple de mariage réussi entre le digital et la santé. Récemment publiée sur les stores, l’application permet aux personnes atteintes de l’hépatite C d’être accompagnées durant l’intégralité de leur traitement.à

Elle alerte au jour le jour sur les prises de médicaments et de rendez-vous, aide au suivi de l’état de santé et informe sur la maladie.

 

Ce compagnon est un réel soutien aussi bien pour les professionnels de santé que pour les patients qui voient le traitement de la maladie mieux suivi, donc plus efficace.

S’appuyer sur les usages et adopter une vision centrée utilisateur a permis aux entreprises pharmaceutiques de prendre le virage du digital et d’apporter à leurs patients un

accompagnement plus poussé, facilitant leur quotidien.

Au plus près de leurs usages, ils ont mis la puissance du digital au service de la prévention et de l'aide à l'observance.

Le champ des possibles s'ouvre avec la montée de la datascience et les progrès technologiques. Par les objets connectés, l'intelligence artificielle ou la domotique, nous pouvons déjà nous enquêter de l'état des utilisateurs en temps réel, interagir avec eux en visio, suivre leur état de santé à distance, etc. en toute simplicité.

Nous avons donc bon espoir que l'innovation digitale aille plus loin dans sa participation au bien-être collectif et s'intègre dans des dynamiques de progrès social et d'utilité publique.

Marine Huynh, Chef de Projet Digital ;

Jon Hauet, Consultant expérimenté

Quentin Bardet, Directeur Général Adjoint, VISEO Digital