

Les documents avec une * sont disponibles directement au Centre de Ressources Documentaires du CHS de la Savoie, sous format "papier" et/ou électronique (04.79.60.30.89 ou crd@chs-savoie.fr) ou par le biais d'ASCODOCPSY - à demander au CRD du CHS de la Savoie.
Les documents avec deux ** sont consultables et/ou téléchargeables gratuitement.

Semaines d'information sur la santé mentale

« Comment impliquer les usagers dans le développement des outils d'e-santé afin qu'ils répondent à leurs besoins ? »



Grand public

Articles	2
Ouvrages.....	4
Rapports.....	5
Applications.....	5
Sites Web.....	5
Vidéos	6

Articles

- * BERNARD-CHATELAIN Carolyne. **Le forum de Maman Blues : prendre soin des mères en difficultés maternelles.** L'INFORMATION PSYCHIATRIQUE, 2010 ; 86(9) : 771-776.

<https://www.cairn.info/revue-l-information-psychiatrique-2010-9-page-771.htm>

[Article payant]

De très nombreux sites Internet parentaux ont vu le jour à travers le monde depuis les années 1990. Ils incluent souvent des forums facilitant la mise en lien et la discussion autour des préoccupations parentales. Il est ainsi possible de trouver sur la Toile des renseignements multiples et variés, qu'il s'agisse du choix de la poussette à celui de la maternité la mieux cotée, des conseils de soins à donner au bébé ou de remise en forme pour les mamans. La santé mentale peut également faire partie de leurs questionnements. Lors d'une décompensation en post-partum ou en ante-partum, rechercher sur la Toile des informations pour comprendre son état et éventuellement pour trouver des solutions afin de s'en sortir est aisé. C'est souvent de cette façon que certaines femmes trouvent le site Maman Blues (www.maman-blues.fr) et son forum de discussion, dont l'objectif est le soutien aux mères en difficulté maternelle. Comment celles qu'on nomme les « usagères » en santé mentale peuvent-elles contribuer à prendre soin des mères en difficulté psychique ? [Extrait d'auteur]



*



- DEBIEN Christophe, MARCAGGI Geoffrey. **Le Psylab : des psychiatres 2.0.** EUROPEAN PSYCHIATRY, 2015 ; 30(8) : S144. [Article payant]

L'information, la prévention et la déstigmatisation en matière de santé mentale sont des enjeux majeurs de santé publique. À l'ère du numérique, l'accès à l'information et au contenu pédagogique passe de plus en plus par des sites Internet dédiés, les réseaux sociaux, mais aussi par des vidéos hébergées sur des sites de partage, dont Youtube représente le leader mondial. Le projet : nous avons créé en 2014 une chaîne sur le site YouTube : le Psylab. La chaîne propose une publication régulière de vidéos de vulgarisation de la psychologie et de la psychiatrie, en lien avec la culture populaire. En effet, le propos est illustré par de courts extraits de films, de séries télévisées ou même de jeux vidéo. La popularité grandissante de la chaîne nous a rapidement fait réaliser que la demande du grand public était très forte. Outre le contenu que nous proposons, nous établissons une correspondance la plus régulière possible avec nos abonnés via les réseaux sociaux (facebook, twitter) ainsi que dans la section des commentaires sur le site Youtube. [Résumé d'auteur]

- DUMEZ Hervé, MINVIELLE Etienne. **L'e-santé rend-elle la démocratie sanitaire pleinement performative ?** SYSTEMES D'INFORMATION ET MANAGEMENT, 2017 ; 22(1) : 9-37.

<https://www.cairn.info/revue-systemes-d-information-et-management-2017-1-p-9.htm>

[Article payant]

Le patient peut aujourd'hui échanger sur des forums Internet avec d'autres patients touchés par la même maladie. Il peut mesurer lui-même sa glycémie ou sa température et transmettre ses analyses à des professionnels de santé. Il peut faire des exercices sur son téléphone ou son ordinateur sous forme de jeux sérieux (serious games) pour mieux se soigner, piloter son régime alimentaire et son hygiène de vie. Les échanges à distance entre patients et services de santé permettent aux premiers d'exprimer des demandes jusque-là mal traitées par les seconds, par exemple, obtenir une information pour mieux comprendre leur traitement. Et la meilleure prise en considération de ces demandes génère de la confiance dans le système, point crucial pour l'efficacité des traitements. [Extrait d'auteur]

- * FOVET Thomas, MICOULAUD-FRANCHI Jean-Arthur, VAIVA Guillaume, THOMAS pierre, JARDRI Renaud, Amad Ali. **Le serious game : applications thérapeutiques en psychiatrie.** ENCEPHALE, 2016 ; 42(5) : 463-469.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0013700616000403>

[Article payant]

Les serious games (SG) sont des applications informatiques visant à combiner des aspects utilitaires avec des ressorts ludiques issus du jeu vidéo. Le



développement récent des technologies du numérique dans le domaine de la santé mentale permet d'envisager à ces nouveaux supports, une application dans la prise en charge des pathologies psychiatriques. Nous avons réalisé en mai 2014 une recherche des études explorant l'utilisation du SG dans la prise en charge des pathologies psychiatriques. Cependant, la plupart des données actuellement disponibles présentent un faible niveau de preuve et les études contrôlées randomisées sont rares. Les perspectives d'utilisation du SG pour la prise en charge des pathologies psychiatriques s'avèrent toutefois prometteuses que ce soit dans le cadre d'approches globales de pathologies psychiatriques ou d'approches plus ciblées de certains symptômes. Elles pourront s'inscrire dans le cadre des approches dimensionnelles développées actuellement dans le champ de la recherche. Des propositions pour les futurs projets de SG sont également discutées dans cet article. [Résumé d'auteur]

- * LAUBIE Raphaëlle. **Le patient connecté ou les métamorphoses de la santé.** L'EXPANSION MANAGEMENT REVIEW, 2011 ; 143(4) : 24-31.

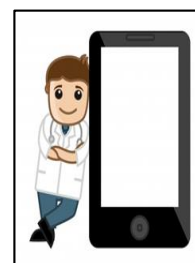


<https://www.cairn.info/revue-l-expansion-management-review-2011-4-page-24.htm>

La santé 2.0 est une déclinaison de l'appellation Web 2.0, qui offre à chacun la possibilité de communiquer et de partager de l'information ou des expériences vécues grâce aux nouvelles technologies en réseau. Il faut remonter à 1993, avec BrainTalk, un forum de discussion consacré aux problèmes neurologiques, pour voir apparaître les premières communautés de patients en ligne. Suivra, en 1995, PsychCentral, un site consacré à la santé mentale. Viennent ensuite de nouveaux réseaux sociaux spécialisés dans certaines pathologies (diabète, hépatites, sclérose en plaques...) et des blogs de patients témoignant au quotidien de l'évolution de leur maladie et participant ainsi à la diffusion de conseils en matière de santé. [Extrait d'auteur]

- * **Le CH de Rouffach enquête auprès des usagers en santé mentale sur leur utilisation d'appli.** SANTE MENTALE, 2015.

<https://www.santementale.fr/actualites/le-ch-de-rouffach-enquete-aupres-des-usagers-en-sante-mentale-sur-leur-utilisation-d-appli.html>



Au CH de Rouffach, le psychiatre Jean-Marie Sengelen mène une enquête à destination des usagers en santé mentale pour développer des applications pour smartphone. L'impact des technologies de l'information et de la communication (TIC) dans le champ de la santé ne cesse de croître. Ces dernières permettent au patient de suivre les paramètres de sa santé, de l'aider à adapter son mode de vie, de lui faciliter la prise de ses rendez-vous... Certes l'abondance quantitative que permettent des pathologies comme le diabète (ex : suivi quotidien de la glycémie) n'est pas transposable au champ de la santé mentale. Pourtant, donner les moyens au patient de comprendre les impacts positifs ou négatifs de son environnement sur ses symptômes, l'aider à gérer son traitement... sont autant de moyens de rendre les patients acteurs de leur santé grâce à l'utilisation de « l'e-santé ».

- * PETIT Amandine, RISLER Vanessa. **Le vélo connecté en groupe pour aider à maintenir l'abstinence.** SOINS PSYCHIATRIE, 2017 ; (311) : 34-36.



<http://www.em-consulte.com/article/1125623/le%20A0velo-connecte-en%20A0groupe-pour-aider-a%20A0maintenir-> [Article payant]

Dans le cadre des prises en charge individualisées des patients présentant une addiction, une stratégie de prévention de la rechute pour les personnes dépendantes à l'alcool ou ayant des troubles boulimiques est proposée au centre hospitalier Sainte-Anne. Un accompagnement soignant s'appuyant sur l'utilisation d'un vélo connecté en conduite virtuelle permet de recréer un environnement enrichi sur un plan social, moteur et cognitif. Un nouvel outil ludique est utilisé par l'équipe médicale et paramédicale de la Clinique des maladies mentales et de l'encéphale (CMME) du centre hospitalier (CH) Sainte-Anne (Paris, 75) pour accompagner la prise en soins des patients alcoolodépendants. L'introduction de vélos connectés permet d'organiser le soin autour d'un média innovant pour amener le patient à une activité dont l'objectif est de le stimuler physiquement, psychologiquement et émotionnellement afin de développer chez lui des motivations nouvelles. [Extrait d'auteur]

*



VERPEAUX Michel. **De la e-psychiatrie à la m-psychiatrie ?** L'INFORMATION PSYCHIATRIQUE, 2016 ; 92(6) : 435-438.

<https://www.cairn.info/revue-l-information-psychiatrique-2016-6-page-435.htm>
[Article payant]

Paul se réveille en sursaut au “ding” du SMS que sa toute nouvelle montre connectée vient de recevoir par le relais de son smartphone, suivi de l’habituel “Bonjour Paul, tu as bien dormi ? Cet interlocuteur virtuel lui fait un peu peur, même si c’est le cadeau de ses parents pour ses 35 ans. Ils ont réussi à le convaincre, avec l’aide des infirmières du CMP qui lui rendent visite régulièrement et de son psychiatre, qu’il en avait besoin pour qu’il soit mieux soigné et qu’il soit plus autonome par rapport à son entourage. Mais les voix qu’il entend de temps en temps lui disent le contraire et le menacent de représailles s’il garde ce qu’elles appellent “une machine pour surveiller et contrôler ses pensées”. Il faut dire que ses parents, avec lesquels il communique très souvent par téléphone, mais qui habitent à 150 km de son appartement, se sont sérieusement inquiétés après sa dernière tentative de suicide, qui a failli réussir, survenue 3 mois après l’arrêt, passé inaperçu, de son traitement contre les hallucinations. Cette petite histoire, fictive bien sûr, illustre à la fois les potentialités bénéfiques de la numérisation de la relation entre une équipe psychiatrique et un patient, psychotique dans notre exemple, et les risques qu’elle entraîne pour le respect de ses droits et de son libre arbitre. On abordera ainsi, brièvement dans ce texte, les avantages et les risques de cette nouvelle psychiatrie, voire de cette nouvelle « gestion » de la santé mentale, qui semblent malgré toutes les craintes qu’elles suscitent devoir continuer à se développer de façon exponentielle. [Résumé d’auteur]

Ouvrages



NORMAND Alexis. **Prévenir plutôt que guérir, la révolution de la e-santé.** Paris : Eyrolles ; 2017.

Le rapport patient-médecin a changé, le rapport du patient à sa santé aussi. Grâce aux objets connectés et aux applications de santé, le particulier dispose d’outils d’automesure et de diagnostic auparavant réservés au cabinet médical ou à l’hôpital. Les applis de suivi de l’activité physique, du sommeil ou de la nutrition sont elles aussi prises très au sérieux par les acteurs du système de santé qui y voient de puissants outils de prévention. Les géants du numérique (Google, Apple, Amazon, Microsoft, Samsung...) ne s’y sont pas trompés et

investissent massivement dans la e-santé ; le nombre de start-up du secteur explose également. [Résumé d’éditeur]

* TISSERON SERGE, TORDO Frédéric. **Robots, de nouveaux partenaires de soins psychiques.** Toulouse : Eres ; 2018.

Cet ouvrage fait le point des recherches actuelles sur les robots au service des malades, et nous aide à nous poser dès aujourd’hui la question : quels robots voulons-nous pour demain ? Les robots ne se contentent pas de capter et de traiter des informations : ils interagissent avec leurs utilisateurs, et certains sont même capables de parler. Ces capacités sont au cœur de leur utilisation en santé mentale, notamment dans les pathologies liées à l’autisme et au vieillissement. Mais, en interagissant avec nous, le robot peut aussi créer l’illusion qu’il se soucie de nous ! Et nous risquons d’oublier qu’il est une machine à simuler sans émotion ni douleur, qu’il est connecté en permanence à son fabricant à qui il transmet les données de nos vies personnelles. Le danger est de prendre peu à peu les robots comme des modèles pour l’humain. Le point sur les recherches scientifiques et leurs implications éthiques. [Résumé d’éditeur]



Rapports

** MANDELBROT Benoît. **Rapport d'étonnement de l'atelier Serious Games.** IHEST. Institut des Hautes Études pour la Science et la Technologie. 2011.
https://www.ihest.fr/IMG/pdf_atelier_seriousgame.pdf

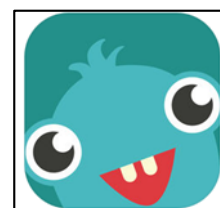
Le jeu est un système réclamant de l'adresse ou faisant intervenir le hasard, libre, choisi et consenti, dont l'issue est incertaine mais dont le déroulement est soumis à des règles invariables. C'est une activité improductive qui se situe dans un monde virtuel. Développés de manière empirique, les SG sont reconnus comme de nouveaux outils pour communiquer et faire s'approprier des valeurs, des savoirs et des savoir-faire, ils font désormais l'objet d'études et de publications. [Présentation]



Applications

Blue Buddy. **Combattre l'anorexie-boulimie.** 2018
<http://www.anorexiéboulimie-afdas.fr/rss-feed/391-blue-buddy-premiere-application-mobile-francaise-pour-les-personnes-souffrant-de-tca>

« Blue Buddy » est une application mobile destinée à accompagner les personnes concernées par les troubles des conduites alimentaires. Elle est d'ores et déjà disponible sur l'App Store d'Apple : <https://itunes.apple.com/fr/app/blue-buddy/id1221007158> Conçue avec des médecins, psychologues, nutritionnistes et patients-usagers du Centre TCA de l'hôpital Sainte-Anne, à Paris. Cette application a reçu le Prix New Health « Education Thérapeutique » au Challenge de l'Innovation en Santé.



RIOU-MILLIOT Sylvie. **Un jumeau numérique pour aider les schizophrènes.** SCIENCES ET AVENIR, 2017.
https://www.sciencesetavenir.fr/sante/des-resultats-encourageants-pour-le-projet-altereego-qui-vise-a-ameliorer-les-interactions-sociales-des-schizophrenes_118761

Le projet européen Alter Ego, qui utilise la réalité virtuelle pour améliorer les relations sociales des schizophrènes, connaît des premiers résultats encourageants.

Psycom. **Objets connectés, Big Data, e-learning, e-patients,...**

<http://www.psycom.org/Actualites/E-Sante>

Pour l'OMS, l'e-santé se définit comme « les services du numérique au service du bien-être de la personne ». Elle se définit également comme « l'utilisation des outils de production, de transmission, de gestion et de partage d'informations numérisées au bénéfice des pratiques tant médicales que médico-sociales ». Le développement de ces nouveaux outils est inéluctable et s'accompagne de l'émergence de nouveaux acteurs, de nouvelles interactions, et de questionnements éthiques. Il nous semble donc primordial de proposer à nos lecteurs des lectures à ce sujet.

Sites Web

CCOMS. **Le programme QualityRights et les droits en santé mentale.** 2018

<http://www.ccomssantementalelillefrance.org/sites/ccoms.org/files/pdf/29-03-18-13hQualityRights-CapDroits.pdf>



Les cinquièmes rencontres internationales du CCOMS se sont déroulées à Lille-Hellemmes les 29 et 30 mars 2018 sur le thème "Citoyenneté et empowerment en santé mentale : innovations participatives en France et à l'international". Nous assistons à une prise en compte croissante des savoirs expérientiels et à un développement des échanges entre professionnels, usagers et citoyens sur les questions de santé mentale et de bien-être. La deuxième journée a étudié comment le développement des nouvelles technologies en santé mentale, et son impact sur la diffusion et l'accès à l'information, ses usages et applications pratiques peuvent être des outils réels de citoyenneté et d'empowerment concret pour l'ensemble des acteurs.

FRANCE INTER. **La e-santé mentale.** 2018

<https://www.franceinter.fr/emissions/la-tete-au-carre/la-tete-au-carre-30-aout-2017>

Que ce soit pour surveiller ou alléger des symptômes, ou bien avertir un spécialiste en cas de problème, des milliers d'applications sont aujourd'hui proposées pour aider à lutter contre la dépression, l'anxiété, l'insomnie, les addictions... comment faire le tri ? Ces applications sont-elles validées scientifiquement ? Sur le web, la télémédecine en santé mentale se développe également, avec la possibilité de consulter un psychiatre en ligne. Quels sont les avantages et les limites d'une telle pratique ? Quelles sont les perspectives d'avenir en matière de santé mentale connectée ?

Vidéos

Le PsyLab

<https://www.youtube.com/LePsyLab>

Deux psychiatres, cinéphilés et soucieux de changer le regard que le grand public porte sur les maladies mentales et sur la psychiatrie, ont créé une chaîne YouTube : Le PsyLab. Chaque mois, ils postent une nouvelle vidéo pour expliquer les maladies mentales, décrypter leurs mécanismes et démonter les idées reçues. Ton décalé, succès assuré...



Psycom. **Qu'est-ce que le Cosmos mental® ?** 2018.

<http://www.psycom.org/Actualites/Comment-agir/Le-Cosmos-mental-un-clip-Psycom-pour-comprendre-la-sante-mentale-et-ce-qui-l-influence>

Le Cosmos mental® est un clip pédagogique Psycom, créé avec [Les Zégaux](#) , pour expliquer de manière imagée le concept de santé mentale. La métaphore du Cosmos illustre la complexité et la dynamique de la santé mentale, qui évolue tout au long de la vie. Dans sa fusée, l'individu voyage au milieu de planètes "ressources" et "obstacles", affronte des astéroïdes "accidents de parcours", rencontre des étoiles filantes "événements de vie" et tente de se maintenir sur la Voie lactée de "l'équilibre psychique".

Sources: Santépsy, BDSP, Cairn, EM-Consulte, Google Advanced Search, Google Scholar, Science Direct, HAL, [Theses.fr](http://theses.fr), Sudoc, Persée.

Recherche effectuée par Cécile Bourgois, Documentaliste - CH Sainte-Marie Privas, Béatrice Gautier, documentaliste - CESAME Angers, Céline Lohézic, Documentaliste – CH de Blain, Catherine Roux-Baillet, Documentaliste – CH Buëch-Durance, Sandrine Valette, Documentaliste – Centre psychothérapique de l'Ain



Vous êtes libre de reproduire, distribuer et communiquer ce document, selon les conditions suivantes : **Paternité** (vous devez citer Ascodoopsy comme auteur original) – Pas d'utilisation commerciale – Pas de modification

