

# PEU D'APPLICATIONS POUR LA PRÉVENTION DE LA DÉPRESSION ET DU SUICIDE SATISFONT AUX DIRECTIVES CLINIQUES

Peu applications pour la prévention de la dépression et du suicide satisfont aux directives cliniques Smartphone tablet sleep Addiction 1 large bigstock 150x150

La plupart (93%) des applications mobiles pour la prévention du suicide et la dépression la gestion n'offre pas les six stratégies de prévention du suicide couramment recommandées dans les directives cliniques internationales, selon une nouvelle étude dirigée par l'Université technologique de Nanyang (NTU), Singapour.

Actuellement, plus de 10 000 applications de santé mentale sont disponibles sur l'App Store d'Apple et sur Google Play. Mais même si les interventions numériques en santé mentale semblent offrir une alternative prometteuse aux visites en personne, très peu d'applications disponibles dans les magasins d'applications ont été évaluées dans des essais cliniques ou par des organismes de réglementation.

L'étude, publiée en ligne dans la revue *BMC Medicine*, souligne la nécessité d'une conception responsable et de la création de lignes directrices pour les applications qui pourraient avoir un impact significatif sur la vie des gens.

Pour prévenir le suicide, les directives internationales du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommandent six stratégies fondées sur des preuves: le suivi de l'humeur et des pensées suicidaires, l'élaboration d'un plan de sécurité, la recommandation d'activités pour dissuader les pensées suicidaires, l'information et articles éducatifs sur les signes de suicidalité, l'accès aux réseaux de soutien et les conseils d'urgence.

La majorité des applications interrogées dans l'étude ont fourni des informations de contact d'urgence et un accès direct à une ligne d'assistance en cas de crise, mais les chercheurs ont constaté que moins d'une personne sur dix fournissait l'ensemble des stratégies de prévention du suicide.

La plupart des applications comprenaient au moins trois approches de prévention du suicide, le plus souvent des informations de contact d'urgence (94% des applications testées), un accès direct à une ligne d'assistance en cas de crise (67%) et une éducation liée au suicide (51%).

Des numéros de téléphone d'urgence incorrects ont été trouvés dans plusieurs applications disponibles dans le monde. Parmi les applications fournissant des informations incorrectes, deux ont été téléchargées plus d'un million de fois chacune.

«Certains patients peuvent se sentir plus à l'aise de discuter de leur état mental en ligne qu'en personne»,

Singapour, qui est directeur du Center for Population Health Sciences de NTU.

«Ils considèrent également Internet accessible, abordable et pratique. Avec les taux élevés d'utilisation des smartphones dans le monde, les applications de santé peuvent être un ajout crucial dans la façon dont les utilisateurs gèrent leur santé et leur bien-être à l'échelle mondiale. »

"Cependant, pour que cela devienne une réalité, le développement et la publication d'applications de santé doivent suivre un modèle transparent et fondé sur des preuves", a déclaré Car, qui dirige également le Centre collaborateur OMS de NTU pour la santé numérique et l'éducation à la santé.

Dans cette étude, l'équipe dirigée par NTU a examiné 69 applications issues d'une recherche systématique sur l'App Store d'Apple et Google Play. Au total, 20 étaient des applications de gestion de la dépression et 46 des applications de prévention du suicide.

Sur les 69 applications, trois couvraient les deux conditions. Les applications ont été identifiées sur la base de mots clés utilisés pour les décrire et sélectionnées selon un ensemble de critères, notamment les utilisateurs cibles indiqués, et la fourniture de conseils pour prévenir les tentatives de suicide. Les chercheurs ont ensuite évalué les applications par rapport aux stratégies cliniques énoncées dans les directives internationales, à l'aide d'une série de 50 questions basées sur des critères.

Wong Lai Chun, directeur adjoint principal des Samaritains de Singapour, une organisation à but non lucratif axée sur l'intervention en cas de crise et la prévention du suicide, a déconseillé de trop se fier aux applications mobiles.

«Le suicide étant un problème complexe et multiforme, l'intervention ne doit pas être remplacée par des applications mobiles mais plutôt comme un complément au pool de ressources existant», a déclaré Wong.

«Les résultats de l'étude ont soulevé la question préoccupante des informations inexactes et le manque d'assurance qualité pour les applications accessibles au grand public. Il est essentiel que les développeurs d'applications mobiles veillent à ce que les informations de leurs applications soient mises à jour. »

La source: Université technologique de Nanyang