

# NOTIFICATIONS D'HYPERTENSION SUR L'APPLE WATCH

## CE QU'IL FAUT SAVOIR

MAXIME JOHNSON



La montre intelligente Apple Watch peut désormais informer un utilisateur qu'il souffre probablement d'hypertension artérielle.



Dr Martin Juneau

« Des signes d'hypertension ont été identifiés dans vos données cardiaques au cours des 30 derniers jours ». Voilà le message que des centaines, voire des milliers de Québécois propriétaires d'une Apple Watch pourraient recevoir sur leur téléphone intelligent au cours des prochains mois, avec l'arrivée de la nouvelle fonctionnalité « Notifications d'hypertension » d'Apple.

Voici cinq choses à savoir sur ces notifications, leur fonctionnement et leurs limites.

### L'APPLE WATCH NE MESURE PAS LA PRESSION

Bien que la montre intelligente d'Apple puisse désormais détecter l'hypertension, elle ne mesure pas la pression artérielle directement et ne permet donc pas d'obtenir de mesures précises de la pression artérielle systolique ou diastolique.

Ce sont plutôt certaines caractéristiques des vaisseaux sanguins influencées par la pression artérielle – comme leur élasticité – qui sont mesurées par le capteur cardiaque de la montre. L'Apple Watch est capable de détecter une hypertension

probable, à condition d'avoir été portée pendant au moins un mois, mais elle n'indique pas la gravité du trouble.

### UNE SENSIBILITÉ DE MOINS DE 50 %

Dans une étude clinique réalisée par Apple auprès d'environ 2000 participants<sup>1</sup>, l'entreprise a déterminé que la sensibilité de la fonctionnalité est de 41,2 % (intervalle de confiance [IC] à 95 % : 37,2 %–45,3 %). Elle grimpe à 53,7 % (IC à 95 % : 47,7 %–59,7 %) dans les cas plus graves, de stade 2. « C'est décevant, je m'attendais à mieux », juge le Dr Martin Juneau, cardiologue et directeur de l'Observatoire de la prévention de l'Institut de cardiologie de Montréal (ICM).

Il est d'ailleurs important que les propriétaires d'une Apple Watch qui pourraient se sentir en sécurité, puisqu'ils n'ont pas reçu de notification, comprennent que plus de la moitié des cas ne sont pas détectés. Et chez ceux qui sont atteints d'hypertension artérielle de stade 1, c'est encore pire : seuls 29,6 % (IC à 95 % : 24,5 %–35,1 %) des cas donnent lieu à une notification par l'Apple Watch.

« L'impact est surtout intéressant en termes de santé publique », affirme le cardiologue. Même si la majorité des cas ne seront pas détectés, beaucoup d'utilisateurs, à l'échelle populationnelle, risquent de découvrir qu'ils sont atteints d'hypertension. « Environ 50 % des gens dans la cinquantaine sont hypertendus, et la moitié d'entre eux ne le savent même pas », rappelle le Dr Juneau. Lors du dévoilement de la fonctionnalité, en septembre, Apple estimait qu'un million de personnes dans le monde recevraient une telle notification d'ici la fin 2025.

Si la sensibilité de la fonctionnalité est limitée, sa spécificité est en revanche supérieure, à 92,3 % (IC à 95 % : 90,6 %–93,7 %).

« Ils n'ont pas voulu déclencher un tsunami de visites médicales inutiles. Ils ne détectent pas tous les cas, mais ceux



Apple

qu'ils détectent sont généralement vrais. C'est une bonne stratégie », estime le Dr Juneau.

### UN SECOND OUTIL POUR PRENDRE SA PRESSION À LA MAISON

Les utilisateurs qui reçoivent une notification d'hypertension ne sont pas invités à se rendre au service des urgences ni à prendre rendez-vous rapidement avec leur médecin. Ils sont plutôt conviés à utiliser un nouvel outil qui explique comment mesurer leur pression à la maison avec un tensiomètre (connecté ou non) et à enregistrer leurs résultats dans l'application Santé de l'iPhone.

Un rapport est ensuite produit au format PDF pour que le patient puisse le présenter lors de son prochain rendez-vous médical. « Ça peut accélérer le processus lors de la visite », croit le directeur de l'Observatoire de la prévention de l'ICM.

### UNE PREMIÈRE, MAIS D'AUTRES FABRICANTS S'Y INTÉRESSENT

À l'heure actuelle, l'Apple Watch est la seule montre intelligente à offrir une telle fonctionnalité, mais d'autres fabricants y travaillent aussi. Google, par l'entremise de sa filiale Fitbit, a par exemple récemment lancé une étude auprès de 10 000 propriétaires de la Pixel Watch 3 pour mettre au point la détection de l'hypertension.

Les montres Galaxy Watch récentes de Samsung permettent déjà, quant à elles, de mesurer la pression, à condition d'être

calibrées tous les mois avec un tensiomètre. Elles n'alertent toutefois pas l'utilisateur en cas d'hypertension.

### LA FONCTION DOIT ÊTRE ACTIVÉE MANUELLEMENT

Les notifications d'hypertension sont offertes au Canada depuis l'automne sur les Apple Watch. Celles-ci doivent toutefois être activées manuellement dans l'application Santé de l'iPhone pour fonctionner.

Seulement les montres Apple Watch 9, Apple Watch Ultra 2 et les modèles plus récents offrent cette fonctionnalité, qui peut être employée par les utilisateurs de 22 ans et plus sans diagnostic d'hypertension. ■

### BIBLIOGRAPHIE

1. Hypertension notification feature on apple watch ; 2025. <https://bit.ly/4nUkZCu>

« Ils n'ont pas voulu déclencher un tsunami de visites médicales inutiles. Ils ne détectent pas tous les cas, mais ceux qu'ils détectent sont généralement vrais. C'est une bonne stratégie. »

- Dr Martin Juneau

Ateliers en webdiffusion – 2026

## L'organisation du travail et la gestion du temps

### Nouveauté dans notre atelier !

Découvrez comment les outils d'IA peuvent alléger votre charge administrative et optimiser votre gestion du temps.

Inscrivez-vous dès maintenant !



Mercredi  
11 février



Mercredi  
13 mai



FÉDÉRATION DES MÉDECINS  
OMNIPRATICIENS DU QUÉBEC