

**TEST LABO****I2 appa****BRAS****MEILLEUR CHOIX****OMRON EVOLV****170 €**★★★ | **17,7/20**

► **Fiabilité** Ce tensiomètre fait partie du haut de gamme. Il affiche les résultats sur son écran ou sur celui d'un smartphone connecté en Bluetooth, après installation de l'application Omron Connect. Dommage qu'il ne puisse gérer qu'un seul utilisateur; au regard du prix élevé, c'est un manque indéniable.

**Utilisation** Pour le reste, ce modèle est à la fois sophistiqué et d'usage confortable. Il peut enregistrer jusqu'à 100 mesures. Les mouvements et les irrégularités cardiaques susceptibles de les fausser sont détectés. Petits détails pratiques: il est sans fil et peut venir s'enrouler sur le bras dans n'importe quel sens. Le brassard livré s'adapte aux bras de 22 à 42 cm de circonférence. Une sacoche de rangement avec poignée de transport est fournie. Tout juste notre panel a-t-il regretté que les chiffres sur l'écran soient un peu petits. Notons que l'appareil fait un peu de bruit en fonctionnement, mais cela reste supportable.

**ANNE-SOPHIE STAMANE**  
RÉDACTRICE TECHNIQUE **GABRIELLE THÉRY**

**COMMENT NOUS AVONS PROCÉDÉ**

Nous avons vérifié que chaque autotensiomètre donnait des mesures exactes en nous basant sur trois méthodes reconnues: celle de la British Hypertension Society, celle de l'Association for the Advancement of Medical Instrumentation et celle de l'European Society of Hypertension. Concrètement, deux exemplaires de chaque modèle étaient testés sur 32 personnes. Un exemplaire était placé sur le bras ou poignet gauche, l'autre sur le bras ou

poignet droit. Une série de 7 mesures alternant prises avec tensiomètre manuel par un professionnel de santé spécialisé et prises avec autotensiomètre a été menée, pour un total de 14 prises par modèle et par cobaye. Le confort et la facilité d'utilisation ont également été évalués.

(1) Le résultat s'affiche sur l'écran du smartphone ou de la tablette.

● : oui ; - : non.  
★★★ TRÈS BON  
★★ BON ★ MOYEN  
■ MÉDIocre  
■ MAUVAIS



# reils pour surveiller votre tension

A. LECOMTE POUR QUE CHOISIR



## TERRAILLON TENSIOSMART

**108 €** | ★★★ | **17,6/20**

► **Fiabilité** Nos tests montrent qu'il est fiable et rapide. Il lui faut à peine 33 secondes pour prendre la tension. Il détecte également un rythme cardiaque irrégulier. Il peut garder en mémoire 60 mesures, qui plus est pour deux utilisateurs distincts. L'application gratuite Terraillon Wellness Coach, à installer sur smartphone ou tablette, réalise des courbes de suivi dans le temps. Un message d'erreur indique si le brassard est mal attaché ou si un mouvement a été détecté pendant la mesure. Un code couleur sur l'appareil situe le niveau de risque, ce qui n'est pas à prendre pour argent comptant.

**Utilisation** Le brassard réglable ne va pas au-delà de 32 cm de tour de bras. Après lecture attentive de la notice, l'usage au quotidien se révèle simple. L'appareil est doté d'une batterie lithium-ion et se recharge par un câble USB fourni. Aucune housse de transport n'est prévue, il faut conserver la boîte.

## POIGNET



## OMRON RS2

**30 €** | ★★ | **15,6/20**

► **Fiabilité** Les tensiomètres de poignet ont la réputation d'être moins fiables. S'il se situe un cran en dessous des meilleurs choix « bras », l'Omron RS2 donne toutefois des résultats tout à fait suffisants et détecte, comme les autres, les pulsations cardiaques irrégulières. Il signale également un éventuel mauvais positionnement de l'appareil. 30 valeurs peuvent être gardées en mémoire. Aucune possibilité, ici, de suivi sur une appli, ce qui n'est pas forcément un mal! Il faut noter la tension à chaque fois pour suivre son évolution.

**Utilisation** Ni les experts ni les panélistes n'ont trouvé à redire, les deux boutons et le grand écran facilitent l'utilisation. L'appareil est compact et léger. Les schémas sur l'étui et sur le brassard rappellent de façon simple et pertinente la bonne position à adopter lors de la prise de mesure. Un bémol: quand la tension mesurée est élevée, le symbole des pulsations cardiaques se met à clignoter, laissant à tort penser à un problème cardiaque.



## HARTMANN TENSO. MOBIL CLASSIC

**25 €** | ★★ | **13,6/20**

► **Fiabilité** Il est plus fiable que l'Omron RS2, s'approchant de près de l'une des trois normes que nous avons employées, mais il ne signale ni les arythmies qui risquent de fausser les mesures, ni les mouvements, ou encore le mauvais positionnement du bracelet.

**Utilisation** Cette référence est un tout petit peu moins simple et moins confortable à utiliser. Les testeurs n'ont pas apprécié la position recommandée pour la mesure: pour maintenir l'appareil au niveau du cœur, il faut attraper l'épaule opposée et soutenir le coude avec la main libre. C'est pourtant une position tout à fait correcte et validée par les spécialistes. Ce modèle est bon marché, compact et léger, c'est un bon point pour le ranger ou l'emporter en vacances. Il enregistre également 60 mesures de deux utilisateurs potentiels, avec la date et l'heure de la prise. Il peut servir occasionnellement pour une personne non enregistrée, mais ses valeurs ne seront pas stockées.

	PRIX	NOTE SUR 20	APPRECIATION GLOBALE					CARACTÉRISTIQUES					
			FIABILITÉ	CONFORT	DURÉE DE LA MESURE	FACILITÉ D'EMPLOI	CONVAINCANT	Bras ou poignet	Taille du brassard (tour de bras/poignet)	Connecté	Utilisateurs multiples	Détecteur d'arythmie	
1 Omron Evolv (HEM 7600T-E)	170	17,7	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	37	bras	22-42	●	●	-	●
2 Terraillon TensioSmart	108	17,6	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	33	bras	22-32	●	●	●	●
3 Hartmann Tensoval Duo Control II	65	16,1	★★★★	★★★★	★★★	★★	52	bras	22-32	-	●	●	●
4 Omron RS2	30	15,6	★★	★★	★★★★	★★★★	35	poignet	13,5-21,5	-	●	-	●
5 Omron M2 Basic	40	14,8	★★	★★★★	★★	★★	48	bras	22-32	-	●	-	-
6 Qardio Arm	130	14,4	★★	★★	★★	★★	40	bras	22-37	●	- <sup>(1)</sup>	●	●
7 Hartmann Tensoval Mobil Classic	25	13,6	★★	★★	★★	★★	36	poignet	12,5-21,5	-	●	●	-
8 Braun ExactFit 5 (BP6200)	65	13,5	★★	★	★★	★★	41	bras	22-32 et 32-42	-	●	●	●
9 iHealth Feel (BP5)	100	12,8	★★	★	★★	★★	38	bras	22-42	●	- <sup>(1)</sup>	●	●
10 Nokia BPM	100	12,5	★★	★	★★	★★	40	bras	22-42	●	- <sup>(1)</sup>	-	-
11 Beurer BM40	45	11	★	■	★★	★★★★	43	bras	22-35	-	●	●	●
12 iHealth View (BP7s)	80	10,4	★	■	★★	★★★★	41	poignet	13,5-22	●	●	●	-