

BIEN-VIEILLIR : UN ENJEU POUR LA SOCIÉTÉ

Le bien-vieillir est un concept d'autant plus d'actualité qu'à l'horizon 2040, les plus de 60 ans représenteront un tiers de la population.

Le professeur Alain Franco, gérontologue renommé et président de l'Université inter-âges du Dauphiné, en explique les enjeux à *La Cohorte*.

PROPOS RECUEILLIS PAR ÉLISABETH DE CONTENSON - PHOTOS SIMON DESROCHERS

"L'autonomie la plus longue possible des personnes âgées est un atout pour l'ensemble de la société, et pas seulement pour les générations âgées."

Qu'est-ce que le bien-vieillir et pourquoi vous y êtes-vous intéressé ?

Bien vieillir aujourd'hui, c'est pouvoir en vieillissant se soigner, s'alimenter correctement, garder le sens de l'esthétique, avoir des activités physiques et de loisir, une vie sociale et affective, une réflexion spirituelle, qu'elle soit religieuse ou non...

Dans tous ces domaines, la technologie a permis d'accomplir de nets progrès ces dernières années et le vieillissement s'améliore : la proportion de ceux qui vieillissent bien augmente nettement, notamment dans les villes, pour lesquelles circulent des chiffres atteignant 80 % des aînés - mais il reste beaucoup à faire !

Mon orientation vers l'étude du bien-vieillir s'est faite très naturellement, en pratique comme en théorie, en tant que médecin mais aussi professeur enseignant la gériatrie et la gérontologie dans les universités de Grenoble puis de Nice, et lorsque j'ai pris en 1989 la suite du gérontologue et gériatre Robert Hugonot en tant que responsable des services de médecine interne et gériatrique du CHU de Grenoble.

Le sujet s'inscrit dans une culture gérontologique française de la longévité individuelle et du vieillissement de la société, développée depuis les années soixante.

Quels sont les enjeux du vieillissement aujourd'hui ?

Connaissez-vous "l'âgisme", cette ségrégation par l'âge qui sévit plus ou moins partout dans le monde et affecte les "jeunes" mais surtout les "vieux", terme que j'utilise volontiers et qui me concerne directement ?

Le vieillissement fait peur... et génère des préjugés, masqués chez certains, moins chez d'autres : dans certains pays d'Afrique Centrale, par exemple, les vieilles dames veuves peuvent être culturellement discriminées. Au moindre soupçon de trouble

cognitif, on peut les traiter de sorcières, ce qui permet à des proches mal intentionnés de s'approprier leurs biens, ou même leur faire risquer une lapidation impunie. Dans certains pays d'Amérique Latine, un "vieux" est payé 1/10^e du salaire normal. Dans nos contrées, les personnes âgées vivent de plus en plus seules : à Paris, 40 % d'entre elles sont socialement isolées.

Accompagner le vieillissement, le rendre le plus facile possible, est un enjeu d'aujourd'hui. Et jusqu'au bout. 70 % des Français souhaitent mourir chez eux mais seuls 30 % y parviennent...

Dans une société où un quart de la population est composée de personnes âgées, on ne peut tolérer l'âgisme ! Or, des fractures anciennes et nouvelles l'alimentent...

Quelles sont ces fractures ?

Avant, dans les campagnes en particulier, les vieux habitaient avec leurs enfants dans la maison familiale. Accompagnés au quotidien, ils vivaient de leurs acquis, du soutien de leurs enfants et pouvaient transmettre leurs valeurs, histoire, traditions, aux générations suivantes.

Depuis le début du XX^e siècle, notre société s'est urbanisée, et les familles atomisées modifient profondément les relations inter-générationnelles. Tout change, et la société vieillissante risque de se fissurer. Face à ce que l'on nomme la "fracture numérique", ceux qui n'ont pas "pris le train en marche" sont devenus très dépendants des autres et confrontés à des difficultés, notamment pour les démarches administratives. Autre exemple de fracture : le développement des maisons de retraite. Un fait très positif en soi mais attention à ne pas les laisser se transformer en ghettos...

Comment lutter contre ces nouvelles inégalités ?

En participant aux Nations unies en tant



“Il faut développer les valeurs et la communication intergénérationnelle : les aînés ont tant à transmettre aux jeunes ! Et vice versa !”

que délégué de l'Association internationale de Gérontologie et Gériatrie (IAGG) pour la défense des droits humains des personnes âgées, j'ai découvert l'importance de l'éthique relationnelle et du nécessaire respect de ces droits partout sur la planète, et notamment en matière de soin, de protection sociale, de travail, d'égalité, de non-violence et de maltraitance, etc.

Il est essentiel de sensibiliser la population par la formation, l'information, et par des campagnes à grande échelle pour faire comprendre à tous que l'autonomie la plus longue possible des personnes âgées est un atout pour l'ensemble de la société, et pas seulement pour les générations aînées. Les associations, au rôle prépondérant dans le tissu productif de notre pays, existeraient-elles sans tous leurs bénévoles retraités ?

Pour réduire les fractures évoquées ci-dessus, il faut développer les valeurs et la communication intergénérationnelle, afin d'améliorer la connaissance mutuelle : les aînés ont tant à transmettre aux jeunes ! Et vice versa ! Plusieurs pistes rendent possibles l'approche et la connaissance mutuelle entre générations. Les idées ne manquent pas. L'intégration d'une crèche dans une maison de retraite n'a pas qu'une valeur symbolique, tout comme développer des appartements partagés avec un étudiant qui prendra au moins un repas par semaine avec le senior qui l'héberge, et plus généralement l'action associative.

Vous proposez donc une approche globale du vieillissement...

Oui, peu à peu, on se rend compte qu'il ne représente pas qu'un problème médical. La santé ne doit pas faire négliger le reste... Certes, aujourd'hui, des organisations comme les Agences régionales de santé, départements, communes, bailleurs sociaux, ou associations diverses, cherchent

chacune à améliorer le quotidien des personnes âgées (aide à domicile, mobilité, logement...).

Or, ce qui est intéressant, c'est qu'elles prennent conscience d'agir ensemble, pour créer ainsi un écosystème du bien-vieillir, basé sur un maillage territorial, un outil collectif et universel économique, social et sanitaire.

En France, il en existe beaucoup qui s'ignorent. Il faut permettre à ces organisations de prendre conscience de leurs inter-relations pour améliorer la dynamique générale, en les incitant à tisser des liens de collaboration au service du mieux-être des personnes âgées, tout en préservant leur liberté d'initiative. Ces acteurs divers acceptent ainsi de contribuer à un objectif commun et de promouvoir leurs bonnes pratiques.

Pouvez-vous donner des exemples de coopération entre ces divers acteurs ?

Deux me viennent à l'esprit : le Gérontopôle de Toulouse, qui fédère des équipes de recherche et des cliniciens afin de dynamiser la recherche, la prévention et de promouvoir la santé des personnes âgées, ou l'écosystème Bien-Vieillir Grenoble-Isère, qui propose au-delà des soins un ensemble de services, en lien avec l'expression citoyenne et professionnelle des besoins sociaux et culturels de la population notamment vieillissante.

Un programme européen, AAL, dont je suis conseiller depuis l'origine et qui s'achève fin 2022, a travaillé ces dernières années à promouvoir de façon plus large ce concept. Il ne s'agira pas, bien évidemment de mettre en place le même écosystème dans tous les territoires ou tous les pays européens. Chaque écosystème est adapté à son territoire d'action, de même que l'humanité est composée d'individus tous différents. Il faut innover !

ALAIN FRANCO : LA BIO EXPRESS

Professeur honoraire de médecine interne, Alain Franco est né en 1944. Il a enseigné la gérontologie et la gériatrie ainsi que la gérontechnologie et réalisé la plus grande partie de sa carrière au CHU et à la Faculté de médecine de Grenoble.

Auteur de plus de 400 articles scientifiques ou ouvrages, il a été président de la Société française de gériatrie et gérontologie (SFGG) de 2000 à 2002, puis de l'International Society for Gerontechnology (ISG), de 2008 à 2014.

Il est chevalier de la Légion d'honneur depuis 2006 et officier de l'ordre national du Mérite depuis le 22 juin 2022, au titre de son activité dans le domaine de la santé et du vieillissement. Enfin, il est vice-président de l'Académie Delphinale et délégué international économique et social pour les droits humains des aînés à l'ONU, New-York et Genève, et expert de l'Organisation mondiale de la santé.