



Pr Christophe Büla



Pr Gabriel Gold



Dr Jérôme Morisod

Le bon objectif à poursuivre

Vieillesse réussie : une utopie?

Nos interventions préventives visent idéalement à offrir à nos patients les meilleures chances d'atteindre leur objectif de vieillir le mieux possible, harmonieusement et dans de bonnes conditions, ... bref un vieillissement « réussi ». Mais qu'est ce que cela veut vraiment dire ? Une revue systématique récente s'est justement intéressée aux définitions opérationnelles du vieillissement réussi utilisées dans la littérature scientifique (1). Partant des 7282 articles initialement identifiés, les auteurs ont sélectionnés une centaine d'études rapportant pas moins de ... 105 définitions opérationnelles différentes du vieillissement réussi !

Les définitions proposées s'avèrent extrêmement variables, mais reposent sur 5 domaines conceptuels, combinés à des degrés divers selon les études. La plupart des définitions (92.4%) intègrent une dimension physiologique (par exemple l'état de santé, la fonction physique ou cognitive, la présence de maladies chroniques), et près de la moitié une dimension d'engagement (49.5%, engagement social, travail bénévole), et de bien-être (48.6%, bien-être affectif par exemple). Les ressources personnelles (par exemple capacité de résilience) et les facteurs extrinsèques (par exemple capacités financières) sont plus rarement intégrés dans ces définitions (25.7% et 5.7%, respectivement). Étonnamment, la majorité des définitions adoptent une vision monodimensionnelle du vieillissement réussi (le plus souvent physiologique), et seule une dizaine ont une approche multidimensionnelle, intégrant 4 ou 5 de ces dimensions. Reflet de cette hétérogénéité de

définitions, la proportion de personnes qualifiant pour un vieillissement réussi varie selon les études entre ... moins de 1% et plus de 90% !

Difficile dans ces conditions de vraiment savoir si nous sommes toujours dans la bonne direction et poursuivons réellement le bon objectif lorsque nous déployons notre arsenal d'interventions médicales, psychologiques, sociales ou même spirituelles. À l'instar des auteurs de cette revue, on perçoit une certaine urgence à mieux intégrer dans ces définitions ce que les personnes âgées nous disent de leurs souhaits de vieillissement. Le maintien de l'état de santé et cognitif, de l'activité physique, de la mobilité, et de l'indépendance y occupent certainement une place centrale. Le concept de vieillissement actif proposé par l'OMS (www.who.int/ageing/active_ageing/) qui y intègre la participation active aux plans social, économique, culturel, spirituel, et civil se rapproche certainement d'une définition à la fois plus globale et susceptible de mieux correspondre aux souhaits individuels. À chacun-e alors de tracer sa trajectoire idéale en connaissance de cause.

Pr Christophe Büla, Lausanne

Référence :

1. Cosco TD et al. Operational definitions of successful aging: a systematic review. *Int Psychoger* 2013; doi 10.1017