DOC
LE RENDEZ-VOUS
DES MÉDECINS
VAUDOIS

Vieillir en santé: enjeux et perspectives

Devenir l'acteur de son vieillissement en santé

Les plus de 65 ans pourraient représenter plus du quart de la population suisse en 2050. Or si l'espérance de vie en bonne santé a progressé de 2,6 ans depuis 1992, le constat concernant la santé des seniors doit être nuancé, car le processus de vieillissement reste très hétérogène d'une personne à l'autre [1].

Comment permettre à chacun-e de « développer et de maintenir ses aptitudes fonctionnelles afin de jouir d'un état de bien-être », c'est-à-dire de vieillir en santé selon la définition de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) ? L'efficacité d'interventions et comportements en santé, comme la pratique régulière d'activités physiques et intellectuelles, une alimentation équilibrée et diversifiée, le suivi des recommandations de prévention primaire, et la promotion des liens sociaux, est scientifiquement établie [2], [3].

Le système de santé suisse, très orienté vers la prise en soins curative, doit se tourner davantage vers la promotion de la santé pour favoriser le vieillissement en santé des seniors. Le Programme ICOPE (« Integrated Care for Older People »), lancé par l'OMS en 2017, vise notamment à promouvoir ces comportements de santé auprès des seniors [4].

Il est important que ce programme bénéficie à toute personne sans discrimination. Il est également essentiel qu'il s'appuie sur le réseau sanitaire et socio-associatif existant, très développé à Genève.

Itinéraire de santé personnalisé et coordonné

Le projet VIeSA (« vieillissement en santé »)*, débuté en novembre 2021, s'adosse et vient compléter le programme ICOPE dans le canton de Genève. Il a pour objectif principal d'évaluer la faisabilité, l'acceptabilité et l'utilisabilité d'un itinéraire personnalisé de vieillissement en santé avec un suivi interprofessionnel. Ce dernier serait intégré et coordonné dans le réseau genevois existant pour soutenir les capacités fonctionnelles.

Le projet VieSA proposera aux personnes de plus de 65 ans résidant à domicile au sein du canton de Genève de devenir actrices de leur vieillissement en santé. Il offrira, via un guide, une information accessible et scientifique, ainsi qu'un catalogue cartographiant les prestations en santé sociales qui favorisent l'adoption de comportements de santé.

Proposer aux seniors, à travers une dynamique positive, la possibilité d'adopter des modes de vie sains selon leurs préférences, tout en exploitant le réseau de proximité, c'est là tout l'enjeu du vieillissement en santé.

**Projet réalisé en collaboration avec l'institution genevoise de maintien à domicile (Imad), les Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), à la PLATEFORME du réseau séniors Genève, à la Haute école de santé de Genève HES-SO avec les soutiens de la Fondation Leenaards et la Loterie Romande.*

Catherine Busnel
Responsable de l'unité recherche et développement, imad – Institution genevoise de maintien à domicile

Prof. med. Christophe Graf
Chef du Département de Réadaptation et Gériatrie, Chef du Service de Gériatrie et de Réadaptation, Hôpitaux universitaires de Genève

Dr Samuel Périvier
Médecin adjoint, Département de réadaptation et gériatrie, Service de gériatrie, Hôpitaux universitaires de Genève

Ce contenu peut être utilisé dans un cadre privé ou pour la formation postgraduée et continue. Toute autre utilisation est subordonnée à l'autorisation écrite préalable de la Société Vaudoise de Médecine (SVM), éditrice et détentrice exclusive des droits.