

MISER SUR LA PRÉVENTION POUR VIEILLIR LE MIEUX POSSIBLE

17/11/2022

#Société

#Solidarités

#Personnes âgées



260 professionnels, associatifs et élus du monde médico-social, ont participé le 15 novembre au lancement d'Icope, programme de l'OMS de repérage et prévention des fragilités des plus de 60 ans.

Organisée par le Dispositif d'Appui à la Coordination (DAC) Santé Landes autour de conférences, la journée qui s'est déroulée à Mont-de-Marsan a enchaîné les interventions de haut-niveau avec, entre autres, le retour d'expérience du déploiement d'Icope dans le département de la Charente-Maritime par la directrice du DAC17, Anne-Marie Bridant, ou encore une conférence magistrale du Professeur Achille Tchalla du Laboratoire VieSanté de l'Université de Limoges et coordonnateur scientifique du projet VIVADOM.

Le constat présenté par Paul Carrère, vice-président du Conseil départemental des Landes délégué à l'Autonomie, est largement partagé : « *Dans les Landes aujourd'hui, 100 000 personnes âgées sont en situation de dépendance. Ce chiffre devrait augmenter de* »



30% à 40% dans les années à venir. Il faut que les personnes acceptent que, passé 60 ans, nous avons tous besoin d'aide et d'accompagnement » et l'Agence régionale de Santé (ARS) Nouvelle-Aquitaine, par la voix de Damien Sainte-Croix, directeur adjoint, confirme : « Le vieillissement de la population est le défi majeur de notre système santé ».



Dans les Landes, devant la forte dynamique de l'ensemble des acteurs sur ces questions et dans la continuité du plan Bien vieillir mis en œuvre par le Conseil départemental depuis 2019, la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées (Département, ARS, Caisses de retraite, CPAM, élus et acteurs sociaux,...) a décidé de déployer Icope, un dispositif de l'Organisation Mondiale de la Santé pour le repérage des fragilités des plus de 60 ans.

Limiter la dépendance

Ce programme de santé publique a pour but de limiter le nombre de personnes âgées dépendantes dans les années à venir grâce à une stratégie qui a prouvé son efficacité : la prévention. En effet, le dépistage précoce des problématiques liées au vieillissement permet aux personnes de garder leurs capacités le plus longtemps possible, de vivre en en bonne santé et ainsi éviter les situations de dépendance.

Mais pour cela, chacun doit prendre conscience du risque réel de perdre son autonomie passé un certain âge, mais aussi du fait qu'il existe des moyens de conserver une réelle qualité de vie de continuer à faire beaucoup si les choses sont prises à temps.

Jusqu'où le « Ça va bien » ?

Mobilisant l'ensemble des partenaires du territoire via la Conférence des financeurs présidée par le Conseil départemental, c'est l'association DAC Santé Landes qui est chargée d'accompagner le parcours des Landaises et Landais dans cette démarche de prévention. Et Icope (Integrated Care 

for Older People / Soins intégrés pour les personnes âgées) est un outil éprouvé et efficace pour y parvenir. « *En prenant en compte les capacités de la personne, les pathologies associées, l'environnement et le mode de vie, Icope permet à terme de développer un plan de personnalisé adapté* » explique Didier Simon, président du DAC.

Grâce à une application* téléchargeable sur téléphone mobile ou tablette, il est possible de suivre l'évolution de ses capacités physiques et mentales : mobilité, mémoire, nutrition, état psychologique, vision et audition. Elle se base sur des tests simples à réaliser soi-même. Par exemple pour la mobilité, cela consiste à se lever d'une chaise 5 fois d'affilée.

Réalisée tous les 6 mois, cette auto-analyse permet d'alerter sur les points de vigilance (perte de poids involontaire, sensation d'épuisement, faiblesse musculaire, pertes de capacités auditive et visuelle...) et d'enclencher les mesures qui permettront de gérer ou régler les difficultés rencontrées.



Les acteurs du territoire au cœur du dispositif

L'ensemble des professionnels et associatifs du monde médical, social et médico-social, vont être impliqués dans l'accompagnement du dispositif et des personnes, du dépistage en auto-évaluation par des personnels formés, à la mise en place d'un plan d'actions en concertation avec le médecin traitant.

« C'est en travaillant ensemble que nous pourrons y arriver et l'élan impulsé par l'ensemble des acteurs du territoire landais nous rend optimiste dans notre capacité collective à relever ce grand défi qu'est le maintien de la qualité de vie face au vieillissement, » conclut Paul Carrère.

**L'application Icope Monitor est d'ores-et-déjà disponible sur les plateformes de téléchargement d'applications.*

Pour aller plus loin

